

УДК 37.015.311:37.015.3

*Наталія Свердлик,
м. Монастирище*

ФОРМУВАННЯ У БАТЬКІВ КОМПЕТЕНЦІ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДИТИНИ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ (У СИСТЕМІ „ХОРТИНГ“)

Постановка проблеми. Здоров'я дітей – одне з основних джерел щастя, радості та повноцінного життя батьків, вчителів, суспільства. Для України головною проблемою, яка пов'язана з майбутнім держави, є збереження та зміцнення здоров'я дітей та учнівської молоді. Турботу викликає різке погіршення стану фізичного розвитку молодого покоління, зниження рівня народжуваності й тривалості життя, зростання смертності, зокрема дитячої.

Сьогодні здоров'я розглядається як стан повного фізичного, духовного, психічного та соціального благополуччя людини. Знайти своє місце у мінливому світі, виявити здібності, мати життєву перспективу, стати корисною суспільству може тільки та людина, яка фізично розвинена, соціально адаптована, психічно врівноважена, має духовну основу. Навчити дітей берегти та зміцнювати своє здоров'я – один із пріоритетних напрямів державної політики в галузі освіти.

Мета статті описати зміст і форми роботи вчителів ЗОШ щодо формування компетенції батьків у процесі виховання ціннісного ставлення дитини до здорового способу життя.

Відповідно до мети статті виокремимо основні **завдання** дослідження:

- описати способи використання новітніх технологій у загальноосвітніх навчальних закладах щодо формування компетенції батьків у процесі виховання ціннісного ставлення дитини до здорового способу життя;
- окреслити значення психологічної комфортності, стабільності та соціального благополуччя для дитини як стимулів здорового способу життя та відновлення здоров'я;
- показати як застосовуються оздоровчі методики, які включають систематичний комплекс заходів щодо свідомого ставлення до власного здоров'я через виховання здорової особистості в системі „хортинг“.

Основними документами, що визначають мету, стратегічні напрямки та завдання, на які має бути спрямована реалізація державної політики у сфері освіти, є: Указ Президента України від 26.06. 2013 „Про національну стратегію розвитку освіти на період до 2021 року“, „Державний Стандарт початкової загальної освіти“ (2011) тощо.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Проблема готовності вчителів до впровадження здоров'язберезувальних технологій щодо виховання та навчання учнів має відображення у працях вітчизняних та зарубіжних учених-класиків з педагогіки та психології, зокрема: Г. Ващенко, Я. Коменського, А. Макаренка, С. Русової, Г. Сковороди, В. Сухомлинського, К. Ушинського та ін. Зазначене актуалізує проблему, означену в минулому, яка набула ще більшої гостроти на сучасному етапі розвитку шкільної освіти. У контексті досліджуваної нами теми науковий інтерес становлять праці вітчизняних учених (В. Андрущенко, І. Бега, С. Гончаренка, І. Зязюна, О. Киричука, В. Кременя, С. Максименка, Н. Ничкало та ін.), які присвячені модернізації системи

неперервної освіти. Вагомими є напрацювання Л. Лук'янової, С. Нікітчиної, О. Огієнко, В. Олійника, Л. Сігаєвої та ін., що висвітлюють напрями розвитку освіти дорослих в Україні. Значний внесок у розроблення теоретичних і методичних засад професійної освіти здійснили Р. Гуревич, О. Дубасенюк, О. Лавріненко, А. Нісімчук, Л. Онищук, О. Пехота, М. Солдатенко, Г. Яворська та ін. Ефективні підходи до практичного впровадження інноваційних педагогічних технологій в освітній процес розробили В. Биков, Н. Морзе, В. Сергієнко, О. Співаковський та ін. Методичні основи психолого-педагогічної підготовки вчителя розкрили: Л. Даниленко, А. Кузьмінський, О. Савченко, Л. Хомич та ін. Науково-методичні основи підготовки майбутніх учителів до формування здорового способу життя розкрили: В. Бобрицька, В. Оржеховська, Л. Сущенко та ін. Особливості організації внутрішньошкільної методичної роботи та її роль у системі неперервної освіти висвітлено у дослідженнях: І. Жерносека, Н. Клокар, М. Поташика та ін.

Дослідженню теоретичних і прикладних аспектів проблеми здоров'язбереження молодого покоління приділяли увагу вітчизняні та зарубіжні вчені, зокрема: Г. Апанасенко, Л. Горяна, О. Дубогай, С. Лапаєнко, Л. Попова та ін. Сутність валеологічної культури учнів за сучасних умов навчання розкрили Т. Бойченко, О. Бондаренко, Л. Ващенко, М. Гончаренко, В. Горащук, В. Грибань, С. Кондратюк та ін. Соціальні проблеми здоров'я дітей і підлітків проаналізували Л. Бойко, Ю. Науменко, Є. Неведомська та ін. Головні чинники формування здоров'язбережувального освітнього середовища у школі визначили О. Ващенко, В. Звєкова, О. Клестова, К. Оглоблін та ін.

Виклад основного матеріалу. Найважливіша цінність суспільства – життя і здоров'я людини. Проблема збереження здоров'я населення й особливо молоді залишається однією з найбільш актуальних для держави. Стан здоров'я школярів у сучасній Україні викликає занепокоєння як у лікарів, так і в педагогів. Про це свідчать матеріали засобів масової інформації, а також статистичні дані.

Інтеграція України в європейський та світовий освітній простір обумовила необхідність переглянути деякі підходи до навчання школярів, проаналізувати чинники, що гальмують підвищення якості життя та формування самої життєспроможності особистості.

Новий Державний стандарт початкової загальної освіти забезпечує формування однієї з основних ключових компетентностей – здоров'язбережувальної, шляхом набуття учнями навичок збереження, зміцнення, використання здоров'я та дбайливого ставлення до нього, розвитку особистої фізичної культури через використання здоров'язбережувальних технологій.

Аналізуючи стан здоров'я молодого покоління, медики стверджують, що за останні десять років захворюваність дітей шкільного віку зросла на 27 %. Якщо в перших класах налічується близько 30 % дітей, які мають хронічні захворювання, то у п'ятому класі їх відсоток зростає до 50 %, а у дев'ятому – до 64 %. Учнівська молодь фактично позбавлена рухової активності, проводячи час біля екранів телевізорів та моніторів комп'ютерів, що призводить до великої кількості захворювань. Тому головним завданням у діяльності педагогів має стати збереження і зміцнення здоров'я дітей, формування у них позитивної мотивації до здорового способу життя. Мета сучасної школи – підготовка дітей до життя.

Кожен учень має отримати під час навчання знання, що знадобляться йому в майбутньому житті. Здійснення означеної мети можливе за умови запровадження технологій здоров'язбережувальної педагогіки. Учитель, володіючи сучасними педагогічними знаннями, перебуваючи у постійній взаємодії з учнями, їхніми батьками, медичними працівниками та шкільним психологом, планує й організовує свою діяльність з урахуванням пріоритетів збереження та зміцнення здоров'я всіх суб'єктів педагогічного процесу. Слід зазначити, що здоров'язбережувальна педагогіка не може бути представлена як конкретна освітня технологія. Водночас поняття „здоров'язбережувальні технології“ об'єднує в собі всі напрями діяльності загальноосвітнього закладу з формування, збереження та зміцнення здоров'я учнів. Усі педагогічні технології, якими користується вчитель на уроці, можуть бути визначені (кількісно чи якісно) за ступенем впливу їх на здоров'я учнів. Здоров'язбережувальні – ті, що створюють безпечні умови для перебування, навчання та праці у школі, що вирішують завдання раціональної організації виховного процесу (з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних вимог), відповідності навчального та фізичного навантаження можливостям дитини.

Мета всіх здоров'язбережувальних освітніх технологій – сформувати в учнів необхідні знання, вміння та навички здорового способу життя, навчити їх використовувати отримані знання у повсякденному житті. У школі найбільш доцільними є технології, в основу яких покладено комплексний характер збереження здоров'я, в яких береться до уваги більшість чинників, що впливають на здоров'я, враховуються вікові та індивідуальні особливості учнів, контролюється виконання настанов, зміст яких має здоров'язбережувальний та профілактичний характер, в яких звертається увага на покращення санітарно-гігієнічних умов навчального закладу, матеріально-технічну та навчальну базу, соціально-психологічний клімат у колективі відповідно до сучасних вимог, на формування позитивного ставлення учнів до навчального закладу, взаємоповагу та взаєморозуміння між учителями й учнями та учнів між собою, на оцінку ефективності технології й на залучення батьків до збереження та зміцнення здоров'я дітей.

Звичайно, вирішення проблеми збереження здоров'я дітей та підлітків потребує великої уваги всіх зацікавлених у цьому: педагогів, медиків, батьків, представників громадськості. Однак особливе місце та відповідальність за здійснення оздоровчої діяльності відводиться освітній системі, яка має всі можливості для того, щоб зробити освітній процес здоров'язбережувальним. Практикують особистісно зорієнтований стиль навчання та стосунків з учнями; створюють освітнє середовище, що забезпечує комфортні та безпечні умови життєдіяльності учнів і вчителів та їхніх батьків. Особливо слід відзначити психологічний вплив, який чинять батьки на дитину. Високий авторитет батьків, базуючись на визнанні досвіду, заслуг і достоїнств, а не на страху, навчає дитину повазі до старших. Виховуючи в собі повагу до оточуючих, дитина виховує насамперед повагу до себе, дбає про своє здоров'я і здоров'я своїх рідних.

Василь Олександрович Сухомлинський писав у своїй відомій книзі „Серце віддаю дітям“: „Я не боюся ще й ще раз говорити: турбота про здоров'я – це найважливіша праця вихователя. Від життєрадісності, бадьорості дітей залежить

їхнє духовне життя, світогляд, розумовий розвиток, міцність знань, віра в свої сили“.

В охороні здоров'я та фізичному русі нашої країни значне місце займає впровадження різних форм і методів фізичної культури у повсякденне життя на основі обґрунтованих рекомендацій з питань раціонального режиму праці і відпочинку, оптимальної рухової активності. У світі існує багато бойових мистецтв, які пропагують культуру і традиції своїх держав і народів. Але серед них не було таких, які б розвивали традиції і культуру українського народу. А тепер є, і називається цей винахід українських патріотів-спортсменів *хортинг*.

Хортинг – молодий український національний вид спорту, який має тривке вікове підґрунтя. Як спортивний вид він є лише прикладною частиною способу життя – виховання людини духовної на підставі Віри й Національної Ідеї. Це нова система фізичної підготовки дітей та юнацтва, вид бойових єдиноборств, в якому оцінюються техніка удару і кидка, атака і захист, тут заохочують за сміливість і карають за боягузтво. Словом, – істинно козацька забава, спрямована на популяризацію фізкультури і спорту, патріотичне виховання, залучення дітей і юнацтва до здорового способу життя, виховання в душі патріотизму, любові до своєї Батьківщини.

Датою народження хортингу вважається 21 серпня 2009 року. Саме тоді вийшов наказ № 3000 Міністерства у справах сім'ї, молоді та спорту, яким хортинг визнано видом спорту. Слово „хортинг“ походить від назви славного острова Хортиця, де знаходилася Запорозька Січ. Національна гордість, ставлення до військової підготовки, виховання характеру та незламний дух наших козаків-переможців були взяті за основу при створенні хортингу як виду спорту. Організація фізично-духовного виховання на засадах українського національного виду спорту хортингу у загальноосвітніх навчальних закладах спрямована на проведення різноманітних заходів для формування фізичного, морального, духовного розвитку молодого покоління.

Мета виховної роботи засобами хортингу – формування особистості, громадянина, людини, спрямованої на здоровий спосіб життя, відданої своєму улюбленому виду спорту. Звідси й завдання, які вирішуються у процесі виховної діяльності, а саме:

- оздоровлення вихованців, виховання стійкого інтересу і цілеспрямованості у спорті, наполегливості, працьовитості, почуття міри;
- формування позитивних якостей характеру, здорових інтересів і потреб;
- прищеплення потрібних гігієнічних навичок, дисциплінованості.

У патріотичному вихованні старших підлітків під час занять хортингом використовуються різні організаційні форми. Як свідчить практика, найефективнішими формами організації і проведення з учнями активного дозвілля є змагання на призи відомих земляків, спортивні вечори, які сприяють формуванню активної життєвої позиції, організації здорового способу життя, розвитку фізичних і розумових якостей. Систематичне й цілеспрямоване застосування української боротьби хортинг допомагає формуванню у школярів свідомих переконань, розв'язанню оздоровчих, освітніх та виховних завдань, а також сприяє психологічній та фізичній підготовці учнівської молоді до

майбутньої професійної діяльності. Хортинг як комплексний вид бойового мистецтва, народжений в Україні, має в собі як філософські, так і психологічні важелі щодо виховання дітей та юнаків. Він базується на принципах спортивної підготовки як багаторічний, цілорічний, спеціально організований навчально-тренувальний процес всебічного розвитку, навчання та морально-етичного виховання спортсменів.

Сім'я – життєдайний осередок, що формує поняття про культуру сімейних взаємин, атмосферу любові, доброзичливості та підтримки, вона дає можливість свідомо ставитися до життя як найвищого дару природи. Проте досвід нашого педагогічного колективу Монастирищенського НВК „Лицей – ЗОШ І–ІІІ ст. „Ерудит“ Черкаської області свідчить, що активними учасниками навчально-виховного процесу, спрямованого на підвищення педагогічної культури батьків із формування здорового способу життя та покращення психологічного клімату в сім'ї в системі „хортинг“, є не лише шкільні вчителі, а й батьки учнів. Формування компетенції батьків здійснюється нами через шкільну раду, лекторій для батьків, батьківські університети, шкільні та класні батьківські збори, участь батьків у проведенні масових шкільних заходів по збереженню здоров'я. Для прикладу наведу попередній план роботи батьківського лекторію для 1–4 класів (табл. 1).

Таблиця 1.

**План роботи батьківського лекторію
„Університет батьківських знань“ на I семестр 2014-2015 н. р.**

№	Тема засідання	Термін
1 клас		
1.	Адаптація першокласників до навчання	<i>вересень</i>
2.	Як навчити дитину вчитися	<i>листопад</i>
3.	Вплив родини на профілактику шкідливих звичок у дітей	<i>грудень</i>
2 клас		
1.	Режим молодшого школяра як засіб збереження здоров'я	<i>вересень</i>
2.	Обговорення проекту „Шкільна форма - проблема сьогодення“	<i>жовтень</i>
3.	Піклування батьків про формування в учнів навичок здорового способу життя	<i>грудень</i>
3 клас		
4.	Єдині педагогічні вимоги сім'ї та школи у вихованні дитини	<i>вересень</i>
5.	Безпека життєдіяльності дитини вдома, на вулиці, у громадських місцях	<i>листопад</i>
6.	Моральне виховання у сім'ї	<i>грудень</i>
4 клас		
7.	Режим молодшого школяра як засіб збереження здоров'я	<i>вересень</i>
8.	Виховання свідомої дисципліни та відповідальності у дитини	<i>жовтень</i>
9.	Здорові батьки – здорові діти	<i>грудень</i>

У роботі засідань цього університету обов'язково бере участь шкільний психолог. У своїх виступах він доносить знання про індивідуально-психологічні особливості дітей різних вікових груп з метою раціональної організації сімейного виховання; висвітлює питання психологічних аспектів ранньої профілактики шкідливих звичок, зокрема вживання алкоголю та наркотиків, запобігання

бездоглядності та жорстокого ставлення до дітей у сім'ї. Докладніше про це може розповісти сама тематика його виступів.

Орієнтовна тематика виступів шкільного психолога на засіданнях батьківського університету.

Молодший шкільний вік:

1. Психологічна готовність та адаптація дитини до школи. Складові шкільної готовності. Шляхи корекції неготовності до школи. Адаптованість до школи. Прояви дезадаптації. Допомога батьків у швидкій адаптації першокласника.
2. Психологічні умови успішного навчання молодшого школяра. Організація навчальної роботи молодшого школяра. Як допомогти дитині у приготуванні уроків. Уміння вчитися, його складові. Роль батьків у формуванні навчальних вмінь. Труднощі у навчанні та їх подолання. Класи інтенсивної педагогічної корекції та їх роль в оптимізації навчання.
3. Розвиток емоційної сфери молодшого школяра. Прояви порушень емоційно-вольової сфери дітей. Допомога батьків у подоланні тривожності, агресивності, страхів, інших емоційних порушень у дітей. Невротичні прояви та їх запобігання. Чи може бути гра ліками від тілесних і душевних хвороб. Як використовувати гру, коли дитина хворіє.
4. Побудова психологічного контакту між школярем і батьками. Типові помилки у вихованні та шляхи їх подолання. Стили сімейного виховання. Природність у вихованні дитини. Як карати і як хвалити. Безумовне прийняття дитини як запорука її психічного благополуччя.
5. Готовність до навчання в середній школі. Основні новоутворення молодшого шкільного віку (довільність, рефлексія, теоретичне мислення). Навчальні навички як передумова успішного навчання майбутнього п'ятикласника. Емоційні проблеми, пов'язані із закінченням початкової школи.
6. Попередження шкідливих звичок та пропагування переваг здорового способу життя.

З метою збереження та зміцнення здоров'я дітей проводиться анкетування батьків стосовно рівня захворюваності дітей, встановлення рівня обізнаності батьків щодо профілактики ускладнень хронічних захворювань, запобігання порушень постави, проблем запровадження активних форм оздоровчої роботи, відпочинку в сім'ї. З метою вирішення цих проблем закладом розроблено практичні завдання для батьків та учнів.

Практичні завдання для батьків та дітей

1. Протягом двох тижнів провести спостереження над тим, як у сім'ї організовано режим дня дитини відповідно до встановлених норм. У разі потреби вжити заходів щодо усунення помічених недоліків.
2. Провести спостереження, як син чи донька запам'ятовує матеріал підручника (скільки разів читає текст, чи розповідає про себе, вголос зміст прочитаного). На основі відтворення дитиною (дослівного, своїми

словами) змісту тексту, а також відповідей на поставлені запитання, встановити, наскільки ефективні прийоми запам'ятовування застосовує дитина.

3. Скласти власний режим дня і щоденно протягом двох тижнів відмічати виконання (або невиконання його пунктів) за допомогою позначок: „+“ або „-“.
4. Записати, скільки зауважень отримала(в) від батьків щодо порушення режиму дня.
5. Разом з учителем проаналізувати педагогічну ситуацію.

Діагностика здоров'я учнів

1. Анкетування учнів з метою виявлення ставлення до власного здоров'я.
2. Анкетування батьків з метою виявлення думки про вплив режиму дня на здоров'я учнів.
3. Оцінка стану здоров'я учнів.

Зразок анкети для учнів: „Моє здоров'я“

1. Чи є у тебе скарги на здоров'я?
2. Коли ти звертаєшся по допомогу до батьків в разі захворювання:
 - зразу відчувши слабкість;
 - коли стає дуже погано;
 - коли батьки самі помічають твоє погане самопочуття?Чи стежиш ти за своєю осанкою вдома під час виконання домашніх завдань?
3. Чи добре ти бачиш на класну дошку?
4. Що ти робиш вранці в першу чергу?
 - чистиш зуби;
 - робиш ранкову зарядку;
 - снідаєш;
 - дивишся телевізор.
5. Чи знаєш ти, що їжа «всухом'ятку» приносить шкоду здоров'ю?
6. Чи згоден ти, що повні люди частіше хворіють?
7. Як часто ти миєш руки?
8. Скільки разів на день чистиш зуби?
9. Коли звертаєшся до стоматолога:
 - тоді, коли болять зуби;
 - для перевірки стану зубів?
10. Чи вважаєш ти, що палити шкідливо?
11. Чи вважаєш ти, що палити небезпечно для всіх?

Анкета для батьків

1. Охарактеризуйте вплив режиму дня на здоров'я дітей.
2. Чи вважаєте Ви, що необхідно формувати культуру здоров'я учнів? (Навчати основам здорового способу життя)
3. Як Ви вважаєте, яка роль сім'ї у формуванні здорового способу життя в молодших школярів?

Результати анкетування дітей

На питання про стан осанки учнів отримали такі результати: за письмовим столом чи партою завжди намагаються сидіти правильно 58,5 %, „іноді“ – 7,5 %, а

інші не стежать за своєю осанкою, що свідчить про високий рівень ризику викривлення хребта.

Стан зору також викликає тривогу. Книгу на віддалі 35–40 см тримають 46,4 %, 50 % – на віддалі приблизно 15–20 см, а інші – на віддалі 45 см і далі. Близько 6 % дітей погано бачать дошку.

1. На питання про те, що ти робиш, коли прокидаєшся вранці, 71 % дітей відповіли, що йдуть чистити зуби, 12 % – робити ранкову зарядку, 9 % – йдуть снідати, 8 % – дивитися телевізор.
2. Відносно наступного важливого компоненту режиму дня – харчування отримали дані, які також ілюструють наявність проблем. Так, при анкетуванні дітей встановлено, що харчування у сім'ях одноманітне. Про шкідливість їжі „всухом’ятку“ знають 64 % опитаних, не знайомі з цим питанням 28 % і негативно відповіли 8 %; погоджуються з тим, що повні люди частіше хворіють – 36 % учнів, інші або не погоджуються, або не знають відповіді.
3. Про організацію гігієнічних умов навчання, особистої гігієни, гігієни побуту тощо учні знають, що від правильності уявлень про гігієнічні норми і правила в основному залежить стан здоров'я. Руки миють регулярно (після туалету, прогулянки, перед вживанням їжі) тільки 70 % учнів, зовсім не чистять зуби 4 %, кожен третій учень чистить зуби один раз на день. Звертаються до стоматолога тільки при наявності болю майже половина опитаних дітей.
4. Про шкідливість тютюнопаління більшість учнів знають, але тільки кожен п'ятий вважає його шкідливим для всіх.

Результати анкетування батьків

Опитані батьки (37 %) довели, що дотримання режиму дня є обов'язковим для дітей і дорослих; 58 % – вважають, що дотримання режиму дня позитивно впливає на здоров'я дітей; інші – не вважають, що режим дня безпосередньо впливає на здоров'я їхніх дітей.

Про необхідність формування культури здоров'я учнів думки батьків також розділилися: 54 % батьків вважають, що цим питанням повинна займатися школа; 35 % – переконані в необхідності формування культури здоров'я в сім'ї і в школі; решта опитаних – не визначилися. Майже половина опитаних вважають, що сім'я виступає головним чинником у формуванні здорового способу дітей молодшого шкільного віку; інші – переконані, що тільки суспільство формує навички дотримання здорового способу життя.

Ці показники свідчать на користь просвітницької роботи серед школярів та їхніх батьків.

Навчити дитину змалечку берегти своє здоров'я – завдання батьків. Наш порадижник допоможе Вам виховати у дитини прагнення бути здоровим, дорожити здоров'ям та цінувати його.

Порадижник для батьків

Будьте гарним прикладом для своїх дітей у ставленні до власного здоров'я.

1. Дотримуйтеся здорового способу життя.
2. Займайтесь фізичною культурою, виконуйте вранці вправи ранкової гімнастики. Виробляйте сталу звичку та потребу в цьому.

3. Практикуйте вдома певну систему оздоровлення всіх членів родини, в тому числі й дитини.
4. Налаштовуйте сім'ю на активно-динамічний відпочинок.
5. Організуйте сімейні прогулянки на природу, щоб змалечку привити дітям бережливе ставлення до навколишнього середовища.
6. Пам'ятайте, що здоровий спосіб життя – це правильно організована діяльність, сприятливі умови побуту, активний відпочинок і здоровий мікроклімат у родині.
7. Не паліть і не пийте спиртних напоїв у присутності дітей. Пам'ятайте! Діти схильні імітувати ваші дії у школі.
8. Формуйте у дітей світоглядно-оздоровчу поведінку на основі реалізації принципів: пізнай себе, створи себе і допоможи собі сам.
9. Привчайте дітей щоденно піклуватися про своє здоров'я:
 - виконувати різні фізичні вправи;
 - правильно харчуватись;
 - загартовуватись;
 - спілкуватися з друзями;
 - дотримуватися особистої гігієни;
 - дотримуватися режиму дня;
 - знаходити час для розваг на свіжому повітрі, дивитися цікаві телепередачі, користуватися бібліотекою, Інтернет-ресурсами.

Зміст здоров'язбережувальних технологій в загальноосвітніх навчальних закладах у процесі занять хортингом спрямовується на залучення учнів до позакласної діяльності, яка сприяє задоволенню потреб учнів у формуванні нових взаємостосунків; самостійності під час практичної діяльності; позитивної мотивації до спортивних занять у домашніх умовах та за місцем проживання.

Особливо слід відзначити психологічний вплив, який чинить хортинг на дитину. Організм дитини постійно у стадії розвитку і зростання. Зрозуміло, що фізичні навантаження під час занять нормуються відповідно віку і не перевищують допустимих. У фізичному плані хортинг для дитини корисний насамперед як комплекс спортивних вправ. Правильна постава, вміння контролювати рухи, відмінна фізична форма – все це хортинг, безперечно, дасть дитині. Але батькам не слід думати, що, опанувавши прийомами хортингу, ваша дитина буде постійно вплутуватися у вуличні бійки. Навпаки, специфічне виховання юних хортингістів полягає у тому, що бійки їх цікавити не будуть. Якщо ж ситуація складеться так, що бійки не минути, то, повірте, прийоми хортингу виявляться корисним умінням.

Усвідомлення дорослими цінностей здоров'я дитини – умова для його збереження з раннього віку. Усім педагогам слід постійно проводити просвітницьку, пропагандистську, агітаційну роботу серед батьків та громадськості з метою пропаганди переваги здорового способу життя та популяризації хортингу в Україні.

Висновки:

1. Результати дослідження дають можливість констатувати, що впровадження здоров'язберігаючих технологій у навчальному процесі

засобами хортингу тісно пов'язані із загальноосвітніми виховними завданнями.

2. Аналіз отриманих результатів показав, що ефективність впровадження здоров'язбережувальної компетентності в процесі занять хортингом підвищилася за таких педагогічних умов: тісного взаємозв'язку батьків і педагогічних колективів; правильної педагогічної спрямованості форм і методів організації здорового способу життя учнів загальноосвітніх навчальних закладів; удосконалення змісту здоров'язбережувального виховання учнів у процесі занять хортингом; використання особистісно орієнтованого й індивідуального підходу до дітей; відповідність змісту здоров'язбережувального виховання в процесі занять хортингом інтересам учнів; застосування організаційних здібностей школярів у процесі проведення змагань з хортингу в школі, сім'ї та за місцем проживання; дотримання принципу доступності на кожному етапі роботи; створення ситуацій успіху та суперництва; усвідомлення кожним учнем свого обов'язку й відповідальності за школу, клас, свою команду; створення позитивного емоційного фону під час спортивної діяльності, доброзичливої атмосфери на заняттях тощо.
3. Результати дослідження дають можливість констатувати, що формування компетенції батьків у вихованні ціннісного ставлення дитини до здорового способу життя, психологічної комфортності, стабільності та соціального благополуччя через пріоритетність здорового способу життя та відновлення здоров'я, утвердження свідомого громадянського ставлення до власного здоров'я та здоров'я дітей знижує рівень захворюваності серед учнів.
4. Аналіз отриманих результатів свідчить, що за цілеспрямованого формування здоров'язбережувальної компетенції батьків у вихованні ціннісного ставлення дитини до здорового способу життя учні набувають навичок збереження, зміцнення, використання здоров'я та дбайливого ставлення до нього, займаються фізичною культурою, підвищують рівень знань.
5. Гармонійне й своєчасне задоволення потреб дітей у фізичному розвитку сприяє їхньому духовному оздоровленню та в складній життєвій ситуації вчить робити правильний вибір, негативно ставитися до шкідливих звичок, організовувати збалансоване харчування, дотримуватися раціонального режиму дня.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Батьківські збори. – Х. : Видавнича група „Основа“, 2012. – 288 с.
2. Божко Л. „Орієнтир – здоровий спосіб життя“ / Л. Божко // Психолог (вкладка), № 18 (306), травень, 2008.
3. Ващенко О. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі / О. Ващенко, С. Свириденко // Здоров'я та фізична культура. – 2006. – № 8. – С.1–6.
4. Горяна Л. Г. Соціальне здоров'я людини як показник культури спілкування / Л. Г. Горяна // Безпека життєдіяльності. – 2005. – № 1. – С. 64–68.

5. Горяна Л. Г. Методика впровадження здоров'язбережувальних фізкультурхвилинок у навчально-виховний процес закладів освіти / Л. Г. Горяна. – К. : – СПД ФО Куц В. Н., 2012. – С. 4–6.
6. Горяна Л. Г. Науково-педагогічні основи впровадження здоров'язбережувальних технологій у шкільні дисципліни / Л. Г. Горяна // Культура безпеки та здоров'я : науково-метод. альманах. – К. : ВІТАС. 2010. – Вип. 2. – С. 30–32.
7. Єрмоменко Е. А. Тренування з хортингу : навч.-метод. посіб. / Е. А. Єрмоменко. – К. : Паливода А. В., 2009. – 227 с.
8. Тимчик М. В. Патріотичне виховання старших підлітків у процесі фізкультурно-масової роботи : дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. : 13.00.07 „Теорія і методика виховання“ / Тимчик Микола Валерійович. – К., 2013. – 222 с.

REFERENCES

1. *Batkivski zbory*. (2012). [Parent Meeting]. Kharkiv: Vydavnycha hrupa „Osнова“.
2. Bozhko, L. (2008). Oriientyr – zdorovyi sposib zhyttia [Landmark - Healthy Living]. *Psykholog (vkladka)*, 18(306), traven.
3. Vashchenko, O., & Svyrydenko, S. (2006). Hotovnist vchytelia do vykorystannia zdoroviazberihaiuchykh tekhnolohii u navchalno-vykhovnomu protsesi [Ready for teachers to use technology in the health of the educational process]. *Zdorovia ta fizychna kultura*, 8, 1–6.
4. Horiانا, L. H. (2005). Sotsialne zdorovia liudyny yak pokaznyk kultury spilkuvannia [Social health as an indicator of cultural communication]. *Bezpeka zhyttiediialnosti*, 1, 64-68.
5. Horiانا, L. H. (2012). Metodyka vprovadzhennia zdoroviazberezhualnykh fizkultkhyvlynok u navchalno-vykhovnyi protses zakladiv osvity [Methods of implementation maintaining health fizkulthvylynok in the educational process of educational institutions]. Kyiv: SPD FO Kuts V. N.
6. Horiانا, L. H. (2010). Naukovo-pedahohichni osnovy vprovadzhennia zdoroviazberezhualnykh tekhnolohii u shkilni dystsypliny [Scientific and pedagogical bases zdorov'yazberezhualnyh implementation of technology in school discipline]. *Kultura bezpeky ta zdorovia: Issue 2* (pp. 30–32). Kyiv: VITAS.
7. Yeromenko, E. A. (2009). *Trenuvannia v khortynhu* [Training in Horting]. Kyiv: Palyvoda A. V.
8. Tymchuk, M. V. (2013). *Patriotychnе vykhovannia starshykh pidlitkiv u protsesi fizkulturno-masovoi roboty* [Patriotic education of senior adolescents in the process of physical culture and mass work]. (Candidate dissertation). Kyiv.