

ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ У ЗАГАЛЬНООСВІТНЬОМУ ЗАКЛАДІ

Розкрито особливості формування культури здоров'я школярів у загальноосвітніх закладах сучасної України. Сучасне життя вимагає від людини бути освіченою в галузі культури здоров'я, зокрема це стосується всіх суб'єктів навчально-виховного процесу. Доведено, що культура здоров'я майбутнього педагога повинна бути одним з пріоритетних завдань вищого навчального закладу.

Ключові слова: формування, культура здоров'я, школярі, вчитель, школа, освіта.

Постановка проблеми

В останні 10-ліття світова наука зраховувала проблему здоров'я в широкому розумінні до кола глобальних проблем, вирішення яких обумовлює не тільки кількісні та якісні характеристики майбутнього розвитку людства, а й навіть сам факт його подальшого існування, як біологічного виду.

Проблема загрози здоров'ю сьогодні розглядається світовою спільнотою за наступними відзначеними загрозами планетарного масштабу: загроза світової війни; екологічні катаклізми; контрасти в економічно рівних країнах планети; демографічна загроза; нестача ресурсів планети; наслідки науково-технічної революції. Тому здоров'я нації в даний момент розглядається як показник цивілізованості суспільства та якості життя її громадян.

Сьогодні вже стало очевидним, що рівень здоров'я багато в чому залежить від якості та ефективності навчання, виховання, саморозвитку людини ще зі шкільного віку. Саме у цей час закладаються основи формування культури здоров'я особистості, яка відіграє значну роль у подальшому життєвому шляху людини та в цілому сприяє консолідації та зміцненню здоров'я нації.

Гармонійний й цілісний розвиток школяра, як особистості, що здатна в майбутньому до розв'язання соціальних та економічних проблем державотворення, формування у кожного переконання в необхідності бережливого ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих, формування прагнення до адекватного сприйняття знань і навичок з охорони здоров'я, їх втілення у повсякденне життя – все це має бути і є пріоритетними завданнями будь-якої держави.

Причину звернення дослідників до пошуку шляхів вирішення проблеми формування здоров'я зростаючого покоління визначено й Всесвітньою організацією охорони здоров'я, як умови і спосіб життя людини, де рівень здоров'я людини лише на 10-15% пов'язаний зі спадковістю, соціально-економічними та екологічними факторами, діяльністю системи охорони здоров'я, а на 50-55% від умов і способу життя людини.

За даними Міністерства освіти та охорони здоров'я України лише 4% випускників загальноосвітніх закладів можна назвати практично здоровими, 70-80% школярів мають нервово-психічні розлади, за період навчання в школі кількість хронічних захворювань у дітей збільшується в 1,5 – 2 рази; спостерігається значне омолодження "хвороб похилого віку", у тому числі онкологічних, випадки інсультів і інфарктів у дітей до 15 років [2].

Таким чином, очевидно, що першочергова роль у збереженні і формуванні здоров'я все ж належить самій людині, її способу життя, її цінностям, установкам, ступеню гармонізації її внутрішнього світу і відносин з оточенням.

Одним із виходів з критичної ситуації є формування культури здоров'я школярів, як комплексного підходу до формування та збереження здоров'я в організації навчально-виховного процесу. Адже, на сьогоднішній день, школа є єдиним освітнім закладом, де можна навчити школяра самому піклуватися про власне здоров'я, сформувати в нього установку на підтримку власного здоров'я, роз'яснити особливості дотримання та формування здорового способу життя, а, отже, сформувати культуру здоров'я [6].

Аналіз останніх досліджень і публікацій

В Україні за часів незалежності розроблено та впроваджено низку нормативно-правових документів, що передбачають завдання, спрямовані на збереження, зміцнення й формування здоров'я дітей, молоді та дорослих, розвиток соціально-активної, фізично й духовно здорової особистості (закони України "Про позашкільну освіту", "Основні законодавства України про охорону здоров'я", "Про соціальну роботу з дітьми та молоддю", "Про охорону дитинства", "Про фізичну культуру і спорт", Накази Президента України "Про невідкладні додаткові заходи щодо зміцнення моральності в суспільстві та утвердження здорового способу життя", Концепція загальної середньої освіти (12-річна школа), Концепція формування позитивної

мотивації на здоровий спосіб життя у дітей та молоді, Концепція Державної програми "Репродуктивне здоров'я нації на 2006–2015 роки", Міжгалузева комплексна програма "Здоров'я нації" на 2002–2011 роки, Загальнодержавна соціальна програма "Здорова нація на 2009–2013 роки", Національна доктрина розвитку освіти України у ХХІ столітті, Національній доктрині розвитку фізичної культури і спорту, програма "Сприяння просвітницькій роботі "рівний – рівному" серед молоді України щодо здорового способу життя", Європейської стратегії ВООЗ "Здоров'я і розвиток дітей та підлітків"). Дані документи надають підґрунтя для взаємодії різних соціальних інститутів та регламентують правові основи соціально-педагогічної діяльності у вирішенні проблеми формування культури здоров'я підростаючого покоління.

Сучасними науковцями проблему формування культури здоров'я досліджено в різних аспектах, зокрема: висвітлення різних аспектів збереження здоров'я особистості, а також запобігання шкідливих звичок та формування здорового способу життя (І. Бех, В. Оржеховська, Н. Побірченко, С. Свириденко); формування культури здоров'я школярів (В. Бабич, В. Горащук, О. Дубогай, С. Кириленко, В. Скуміна); дослідження соціально-педагогічних чинників, що впливають на стан здоров'я школярів (М. Безруких, О. Вакуленко, О. Іонова, О. Савченко, О. Яременко); вирішення проблеми професійної підготовки майбутніх учителів до формування в школярів високого рівня культури здоров'я (Л. Безугла, О. Гладощук, Л. Іванова, С. Горбушина, Г. Кривошеєва, Н. Крутогорська, К. Оглобліна, Л. Соколенко).

Робота виконана за планом НДР Харківської державної академії дизайну і мистецтв.

Формулювання мети роботи

Мета – розкрити особливості формування культури здоров'я школярів у загальноосвітніх закладах сучасної України.

Виклад основного матеріалу

Теперішній час можна характеризувати як період з чи не найменшою відповідальністю шкільної молоді за своє здоров'я. Про це свідчать численні дослідження, які дозволяють констатувати, що у наш час курить кожен п'ятий п'ятикласник, майже половина восьмикласників і біля 60% випускників шкіл. Серед споживачів першого наркотику – тютюну – 6-8 % дітей молодших класів та навіть дошкільнят. Все це призводить до того, що в Україні щороку від паління помирає понад 100 000 українців, із них понад 10% пасивні курці. Але ще гіршою, на жаль, є ситуація стосовно вживання алкогольних напоїв. Так, цього року наша країна за поширеністю вживання алкогольних напоїв серед дітей шкільного віку посідає перше місце у світі. За оцінками експертів Європейського регіонального бюро ВООЗ, Україна входить до числа шести (із 50) країн Європи, де темпи вживання алкоголю, тютюну і наркотиків є найвищими. Щодня від уживання наркотичних речовин в Україні помирає троє молодих людей. Зазначимо, що ця офіційна статистика досить умовно відображає кількісний і якісний стан алкоголізму, наркоманії в Україні.

Привертають до себе увагу такі поширені відхилення в стані здоров'я, як деформації хребта, грудної клітини та порушення постави, які становлять близько 34%. Понад 38% дітей мали неврологічну симптоматику, які виявляються більше всього у підлітків старших класів. Велика кількість дітей мають потребу консультації психологів і лікарів. Це пов'язано, насамперед, із причинами що негативно впливають на соматичне, психологічне і соціальне здоров'я [7]. Дедалі наростаючий ритм сучасного життя, збільшення емоційної і нервово-психічної напруженості, зниження фізичної активності, погіршення харчування, поява факторів середовища, що негативно впливають на здоров'я, висувають нові завдання перед органами освіти, охорони здоров'я і соціальної служби зі збереження здоров'я дітей.

В даний час вважається доведеним сприятливий вплив активного рухового режиму, занять фізичною культурою і спортом, дотримання режиму праці і відпочинку на показники здоров'я дітей [11]. Тим часом відомо, що лише 7-10 % дітей займаються спортом, а 43% дітей займаються фізкультурою тільки на уроках фізичного виховання.

Організм дитини не можна розглядати як копію дорослого в мініатюрі. Чим молодша дитина, тим своєрідніший його організм і більше він відрізняється від дорослого. Не можна говорити про анатомо-фізіологічні норми для дітей, не диференціюючи ці показники у віковому розрізі, тому що показники властиві здоровим дітям одного віку можуть розцінюватися як патологічні для іншого.

Завдання поліпшення здоров'я школярів не може бути вирішене тільки зусиллями медиків. Здоров'я має бути одним із результатів освіти. Україна активно сприйняла світові тенденції щодо поліпшення здоров'я населення через освіту. Головне завдання сучасного суспільства – створення такої освітньої системи, яка б не тільки виховувала освічену людину, але й зберігала та розвивала її здоров'я.

На жаль, наш час характеризується відсутністю ціннісного відношення до свого власного здоров'я, дезінформованістю про шляхи зміцнення та збереження здоров'я, невміння та небажання вести здоровий спосіб життя, що не є узагальненою у суспільстві нормою та скоріше становить виняток ніж норму, вимагає від сучасної системи освіти кроків щодо вирішення цієї проблеми. Гостро постала проблема формування культури здоров'я школярів.

Школа – це життєвий простір людини, в якому вона знаходиться близько 70% свого часу, тому саме школа повинна давати знання і вміння організувати життя, берегти та поліпшувати здоров'я дитини. При цьому потрібно враховувати соціально-економічні, кліматичні та інші регіональні та індивідуальні особливості, в яких виховується дитина. Різке погіршення побутових умов, порушення системи шкільного

харчування, неповноцінний відпочинок, зниження рухової активності, зменшення щоденного фізичного навантаження, наслідки хімізації промислового прогресу, поява багатьох раніше заборонених харчових добавок та наповнювачів, вживання в їжу неякісних продуктів, наслідки Чорнобильської катастрофи та інші несприятливі екологічні фактори неминуче призводять до росту дитячої захворюваності. тому політика формування здорового способу життя повинна стати соціальною політикою [8]. Розробку здорової соціальної політики треба адаптувати до конкретних місцевих умов і вона повинна стати складовою частиною тієї соціальної політики, яка здійснюється в нашій країні.

Наявність в освітньому процесі таких шкільних предметів, як "Валеологія", "Безпека життя і діяльності людини", "Основи здоров'я", "Фізична підготовка", на жаль не дає таких бажаних результатів. До того ж, згідно пояснювальної записки до програми "Освіта ХХІ", на вивчення всіх шкільних предметів припадає 80% навчального часу, з яких 35% відведено на суспільно-гуманітарні навчальні дисципліни, 25% – природничо-математичні, 15% – оздоровчо-трудова, 5% – естетичні [3]. А впровадження авторських програм зі збереження, зміцнення й формування здоров'я має лише частковий вплив на учнів.

Погоджуючись з А. Еркеновою, зазначимо, що відсутність сформованості в школярів культури здоров'я є однією з головних причин того, що більшість з них не мають уявлення про формування, збереження і зміцнення здоров'я, а також спрямованості на ведення здорового способу життя [10]. Виховання культури здоров'я учнів загальноосвітніх закладів, як зазначає І. Поташнюк, повинно проводитися, з одного боку, на принципах сучасної педагогіки й основних положеннях реформування загальної середньої освіти, з іншого, – на гігієнічних засадах охорони здоров'я учнів у сучасних соціально-економічних умовах України [9].

С. Баріною було виділено фактори внутрішкільної загрози здоров'ю школярів: гігієнічні фактори (шум, освітлення, повітряне середовище, розмір приміщень, колір стін, відеоекранні фактори, відеоекранні засоби, якість води, екологічний стан прилеглої території); навчально-організаційні фактори (об'єм навантаження, розклад уроків, об'єм фізичного навантаження, медичне та психологічне забезпечення школи, участь батьків в житті школи, позиція та рівень компетентності керівництва з питань збереження та зміцнення здоров'я школярів); психолого-педагогічні фактори (психологічний клімат в класі, на уроці, наявність емоційних "разрядок", стиль педагогічного спілкування вчителя з учнем, ступінь реалізації вчителем індивідуального підходу до учнів, тощо) [1]. Слід зауважити, що навчально-організаційні фактори здебільшого залежать від адміністрації школи, в свою чергу психолого-педагогічні фактори – від вчителя.

Сучасний стан здоров'я школярів свідчить про те, що вирішення державного завдання щодо його формування часто залишається на декларативному рівні, а в останні роки школа, громадськість зняли з себе відповідальність за здоров'я своїх вихованців. Тому в сучасних умовах потрібно вважати саме педагогів шкіл найбільш зацікавленою стороною у збереженні здоров'я молодого покоління, впровадженні педагогічних технологій, що зберігають здоров'я кожному учаснику навчально-виховного процесу [5].

Збереження здоров'я дітей педагогічними засобами залежить певною мірою від зусиль та рівня культури здоров'я вчителів всіх спеціальностей [4]. Тому виховання культури здоров'я повинно бути одним з пріоритетних напрямів професійно-педагогічного становлення студентів. Культура здоров'я майбутнього педагога має на увазі освіченість у питаннях здоров'я та здорового способу життя, оволодіння сукупністю засобів формування, збереження та зміцнення власного здоров'я, вміння ефективно будувати процес виховання культури здоров'я учнів та використовувати в своїй роботі здоров'язберігаючі технології.

Висновки

Таким чином, ефективна освіта в галузі культури здоров'я може привести до зміни способу мислення, правильній оцінці та переоцінці негативних життєвих цінностей, появи необхідних навичок та, як результат, сформованості поведінки та способу життя.

Подальші дослідження передбачається провести в напрямку вивчення інших проблем формування культури здоров'я школярів у позашкільній діяльності.

Використані джерела

1. Барінова С.А. Формирование школьной среды как основополагающего фактора сохранения здоровья детей // Образовательная среда и проблемы сохранения здоровья детей и молодежи в условиях кризиса: IX Международная научно-практическая конференция, 1-3 апреля 2009. Калининград, 2009. – С. 89-92.
2. Біла книга національної освіти України / [Т.Ф. Алексеєнко, В.М. Аніщенко, Г.О. Балл та ін.]; за заг. ред. акад. В.Г. Кременя; НАПН України. – К.: Інформ. системи, 2010. – 342 с. – Бібліогр.: с. 315-335.
3. Верховна Рада України: Офіційний веб-сайт. – Режим доступу до сайту: <http://zakon.rada.gov.ua>
4. Волкова С.С. Здоровий учитель – здорова школа // Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку. Матеріали III міжнародної науково-практичної конференції. – Харків: Вид-во ХНПУ ім. Г.С. Сковороди. – 2007. – Т.1. – С. 40-43.

5. Волошин О.Р. Роль здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі / О.Р. Волошин // Педагогіка, психологія та медико-біологічні бпроблеми фізичного виховання і спорту. – 2012. – № 1. – С. 47-50.
6. Єрмакова Т.С. Основні напрями формування здорового способу життя школярів у навчально-виховному процесі / Т.С. Єрмакова // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2009. – № 11. – С. 27-32.
7. Науменко Ю.В. Здоровьесберегающая деятельность школы / Ю. Науменко // Педагогика. – 2005. – № 6. – С. 37-44.
8. Освіта і здоров'я: формування здоров'я дітей, підлітків та молоді в умовах навчального закладу: Матеріали III Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю. – Суми: СОППО, 2010. – 208 с.
9. Поташнюк І. Школа сприяння здоров'ю: теорія, практика, методи дослідження: навч. посіб. / І. Поташнюк. – Рівне; Луцьк: Надстир'я, 2006. – 141 с.
10. Эркенова А.В. Формирование здорового образа жизни у старшеклассников в условиях семьи и школы: Автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / А. В. Эркенова. – Карачево-Черкасский гос. ун-т. – Карачаевск, 2003. – 20 с.
11. Health and Health Behaviour among Young People. WHO Policy Series: Health policy for children and adolescents Issue 1. International Report / Editor C.Currie, K.Hurrelmann, W.Settortobulte, R.Smith, J.Todd. – Copenhagen: World Health Organization Regional Office for Europe. – 2000. – 132 p.

Iermakova T.S.

FORMING OF PUPILS' HEALTH CULTURE IN EDUCATIONAL ESTABLISHMENT

The features of health culture of pupils in educational establishments of modern Ukraine were reveal. Modern life requires a person to be educated in the field of health culture, in particular with regard to all the subjects of the educational process. It is proved that health culture of the future teacher should be a priority for higher education.

Key words: *forming, health culture, school, teacher, school, education.*

Стаття надійшла до редакції 10.09.2013 р.

