

the process of communicating with adults, with peers in the game. And all this should be a systematic training.

The main purpose of the correctional educator - maximum autonomy of mentally retarded children, the formation of self-help skills.

This is a global problem, relevant and requires new approaches and techniques.

**Keywords:** intellectual development, mental retardation, learning ability.

*Отримано 8.9.2014*

**УДК 376.1-058.862**

***О. В. Коган***

### **ВПЛИВ МОТИВАЦІЙНОГО КОМПОНЕНТУ НА ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У РОЗУМОВО ВІДСТАЛИХ УЧНІВ**

Анотація: у статті висвітлюються питання особливостей формування здорового способу життя у розумово відсталих учнів. Здійснено аналіз проблеми формування здорового способу життя у сучасній практиці. Визначено мотиваційний компонент формування здорового способу життя у розумово відсталих учнів та закономірності їх розвитку, що впливають на когнітивний, емоційно-мотиваційний та поведінковий компоненти здорового способу життя.

**Ключові слова:** здоровий спосіб життя, компоненти здорового способу життя, навчально - корекційний процес, розумова відсталість.

Влияние мотивационного компонента на формирования здорового способа жизни у умственно отсталых учащихся.

Аннотация: статья освещает вопросы особенностей формирования здорового способа жизни, проводится анализ формирования здорового образа жизни в современной практике. Определено мотивационный компонент формирования здорового способа жизни у умственно отсталых учащихся и закономерности их развития, которые влияют на когнитивный, эмоционально – мотивационный и поведенческий компоненты здорового способа жизни.

**Ключевые слова:** здоровый образ жизни, компоненты здорового

способа життя, учебно - корекционный процесс, умственная отсталость.

Серед пріоритетних напрямків розвитку освіти, що визначені Національною доктриною розвитку освіти України в XXI столітті, виділена пропаганда здорового способу життя, стимулювання прагнення до здорового способу життя.

Безпосередньо проблеми формування здорового способу життя дітей у спеціальній педагогіці вивчали Н. Денисенко, Л.С. Дробот, Г.М. Мерсіянова, Є. Павлютенков, І. Піскунова, І. Шишова та ін [5].

І. Шишова зазначає, що рівень здоров'я учнів з розумовою відсталістю є досить низьким. Таким учням притаманні не лише проблеми інтелектуального характеру, а й розлади опорно-рухової системи, низька опірність організму до різноманітних вірусів та інфекційних захворювань [5]. Внаслідок інтелектуального недорозвитку такі діти досить часто потрапляють під негативний вплив; вони схильні до дезадаптаційної поведінки, шкідливих звичок, вживання наркотичних речовин. Значна кількість учнів допоміжних шкіл, за результатами досліджень І. Піскунової, має обтяжену спадковість; чимала категорія дітей знаходилась у неповних та неблагополучних сім'ях, де дорослі пиячили, палили тощо.

При формуванні здорового способу життя у розумово відсталих учнів слід враховувати й те, що недорозвинута й неповноцінна пізнавальна діяльність цих дітей часто супроводжується емоційною і духовною незрілістю, легковірністю, схильністю до навіювання. Все це призводить до того, що учні часто потрапляють під вплив іншої особистості. І. Піскунова довела, що невпевненість у собі сприяє виникненню у цих дітей почуття залежності, звички виконувати забаганки інших, незважаючи на власні бажання та почуття. Неможливість самостійно знайти вихід зі складної ситуації, нерозуміння з боку оточуючих, загострення конфліктів у сім'ї наближають розумово відсталого підлітка до кримінального середовища, аморальних та антисоціальних дій, вживання наркотичних речовин”.

Аналіз психолого-педагогічної літератури свідчить, що однією із складових здорового способу життя є відповідна мотиваційна сфера дітей, спрямована на збереження та зміцнення власного здоров'я. Ця мотиваційна спрямованість повинна стати домінуючою, визначальною для поведінки дітей, їх бажання вести здоровий спосіб життя.

О.Воленко розробив мотиви здорового способу життя для впровадження

у школі. Він, зокрема, виділив наступні:

- зосередження уваги школярів на особистісному та соціальному значенні здоров'я і здорового способу життя;
- отримання інформації про здоров'я;
- вибір рішення [2].

На нашу думку, ці ж мотиви слід виховувати і в учнів допоміжних

шкіл.

Аналіз літературних джерел дозволив нам дійти висновку, що поведінкові реакції учнів спрямовані на формування здорового способу життя, обумовлені наступними мотиваціями - самозбереження, дотримання культурних вимог, вплив мікросоціуму, професійна орієнтація. Зупинимось на їх характеристичі.

Самозбереження - це головна мотивація поведінкових реакцій, спрямованих на здоровий спосіб життя, властива молодшим школярам.

Поведінка дітей у підлітковому віці здебільшого визначається мікросоціумом. Безумовно, це стосується і здорового способу життя. Для розумово відсталих учнів допоміжна школа є тим мікросоціальним середовищем, де вони оволодівають морально-етичними та правовими нормами поведінки, досвідом суспільних стосунків, позитивними звичками та якостями. З огляду на це виховання у розумово відсталих дітей життєвих позицій, системи потреб та мотивів, звичок здорового способу життя є пріоритетним завданням допоміжної школи.

Безумовно, що мотивація здорового способу життя у розумово відсталих учнів, пов'язана із професійною орієнтацією, не виражена так яскраво, як учнів загальноосвітніх шкіл I-III ступеня, проте це не зменшує ролі фізичного та трудового виховання у формуванні здорового способу життя учнів допоміжних шкіл. Е.А. Гордієнко, Г.Г. Занряєв вказують, що активне включення підлітка у трудові спортивні процеси, і, спеціалізація навчально-виховного процесу, зокрема, етичного, правового та корекційно-оздоровчого аспектів суттєво впливають на формування правильної поведінки та здоровий спосіб життя розумово відсталих учнів.

І. Піскунова розробила методикку формування здорового способу життя та профілактики наркоманії в учнів допоміжної школи [1]. Основними напрямками її методики є оптимізація навчального процесу; оздоровлення учнів школи; залучення родин школярів до співпраці в усіх видах діяльності; просвітницька антинаркотична робота серед батьків; підвищення культурного рівня школярів; формування естетичного смаку, підтримання потягу до різних задів творчості; привчання до цікавого проведення дозвілля; посилення особистісної уваги до кожної дитини; діагностичне обстеження психологом для зазначення типу темпераменту, рівня самооцінки, схильності до шкідливих звичок; диференціація виховання та індивідуальний підхід до кожного підлітка; допомога розумово відсталим учням в адаптації до сучасного життя.

І. Шишова запропонувала інноваційні методи та форми організації антинаркотичної роботи у спеціальній школі [5]. На її думку, важливими умовами для формування здорового способу життя та запобігання вживанню наркотичних засобів у спеціальній школі є: створення внутрішньо-шкільної концепції превентивного виховання; наявність позитивної загальношкільної атмосфери у поєднанні з високою вимогливістю до дисципліни; належна корекційно-оздоровча робота;

залучення до співпраці широких кіл громадськості; системність роботи; наявність у школі програми-мінімум та програми-максимум валеологічного розвитку дітей; постійне підвищення рівня дефектологічної та валеологічної освіти; самоосвіта педагогів; опанування педагогами сучасними технологіями діагностики та превентивного виховання учнів.

Наукові дослідження, проведені в нашій країні та за кордоном, свідчать, що найбільш ефективним засобом формування здорового способу життя учнів як з педагогічних, так і з економічних позицій є фізична культура [3]. Саме фізичний фактор найбільшою мірою визначає загальну культуру особистості, соціально психологічну адаптацію та поведінкові реакції під час навчання і в позанавчальній діяльності, слугує підґрунтям адекватного розв'язання соціально-економічних, виховних, оздоровчо-реабілітаційних завдань.

Як зазначає Е.С. Черник, “на сучасному етапі перебудови шкільної освіти, а саме допоміжної школи, фізичне виховання повинно виступати як основний фактор підвищення рухових можливостей розумово відсталих учнів у підготовці їх до життя і, в подальшому, до фізичної праці”.

На думку М.О. Козленка, завдяки систематичним заняттям фізичними вправами у режимі навчального дня, у позакласний час, у вихідні та канікулярні дні забезпечується оптимальне співвідношення між розумовою та фізичною діяльністю учнів допоміжної школи. А це є важливою умовою загального розвитку, підвищення працездатності, корекції.

А.А. Дмитрієв, С.Ю. Юровський, вважають, що у процесі занять фізкультурою повинні у єдності реалізовуватись завдання навчання здорового способу життя та корекції недоліків розумового і фізичного здоров'я, порушень рухової функції.

Необхідне оснащення і естетичне оформлення матеріально-спортивної бази, доступний, відповідний віку та психофізичним можливостям дітей добір вправ у процесі фізичного виховання, проведення змагань та спортивних ігор сприяють виникненню зацікавленості до занять, пов'язаних із ЗСЖ.

Досить перспективним є поєднання фізичної культури з таким новим напрямком сучасної педагогіки, як музично-терапевтична педагогіка (МТП). Вона може впроваджуватись і у допоміжних школах. Як зазначається в роботах Б. Шияна, Д. Кемпбел, науково-виробничих виданнях Міжнародного інноваційного центру гармонійного розвитку людини, Міністерства освіти і науки України, Інституту проблем виховання АПН України, МТП є ключем до вирішення багатьох соціальних, педагогічних, медичних проблем. Її впровадження сприятиме розумовому, фізичному, моральному і духовному розвитку дитини, орієнтації її на ЗСЖ. Це, в свою чергу, дозволить піднести освіту, в тому числі і спеціальну, на якісно новий рівень, особливо той її

напрямок, який пов'язаний із формуванням ЗСЖ.

Слід зазначити, що для розумово відсталих учнів вкрай актуальним є не тільки розвиток рухової активності у процесі фізичного виховання, а й виховний компонент. М.О. Козленко зазначає, що фізичне виховання учнів допоміжних шкіл здійснюється у єдності з іншими напрямками виховання і є органічною частиною усєї навчально-виховної роботи школи.

Фізичне виховання відіграє важливу роль у справі підготовки учнів допоміжних шкіл до трудової діяльності. В.І. Бондар вказує, що трудове виховання займає провідне місце у системі підготовки розумово відсталих дітей до самостійного життя. На думку вченого “праця відіграє таку саму важливу роль у формуванні фізичної досконалості, як спорт... Фізичне виховання в процесі трудової діяльності передбачає загальне підвищення життєвого тону у учнів і формування в них життєво важливих рухових реакцій”.

Як зазначає І. Піскунова: “в системі оздоровлення і профілактики шкідливих звичок трудове виховання є одним із найголовніших факторів формування особистості. Праця сприяє соціалізації та адаптації учнів допоміжних шкіл під час навчання та після його закінчення”.

Виконуючи корекційну функцію, трудове виховання водночас формує позитивні інтереси і нахили, сприяє соціалізації, розвитку критичності, самостійності, об'єктивної самооцінки та самоконтролю. Під час праці реалізується потреба розумово відсталих учнів у позитивній суспільній оцінці своїх дій та результатів роботи .

На формування позитивного ставлення учнів допоміжної школи до навчання здорового способу життя впливає комплекс чинників. І одним із найважливіших є узгодженість у діях всіх педагогічних працівників навчального закладу, а також особистість педагога, який втілює завдання із збереження та покращення здоров'я серед означеного контингенту дітей та підлітків. Покращення здоров'я підростаючого покоління є комплексною проблемою, і вирішити її неможливо без залучення лікарів, педагогів, психологів та інших фахівців. Особлива роль у розв'язанні цього завдання належатиме педагогам, оскільки більшість свого часу підлітки проводять у навчальних закладах. Тому дуже важливим є для органів освіти розробка та впровадження ефективних превентологічних програм, що сприятимуть здоров'ю учнів допоміжних шкіл.

Отже, при формуванні ЗСЖ у розумово відсталих учнів необхідно враховувати особливості їх психічного та фізичного розвитку.

Ми дійшли висновку, що формування здорового способу життя в учнів допоміжних шкіл повинно базуватись як на одержанні необхідних знань з питань здоров'я та ЗСЖ, формуванні вмінь та навичок, так і вихованні позитивної мотивації до цього. Цьому сприятиме вдосконалення системи валеологічного навчання і виховання, фізичної культури; урахування позитивного впливу трудового навчання на формування мотивації на здоровий спосіб життя; скоординована дія всіх

працівників допоміжного закладу у збереженні здоров'я і формуванні ЗСЖ у розумово відсталих учнів.

Для формування здорового способу життя, безперечно, великого значення набуває вивчення у курсі соціально-побутового орієнтування основ особистої гігієни.

У процесі вивчення соціально-побутового орієнтування учні допоміжних шкіл знайомляться із основами раціонального харчування, культурою поведінки, у них формуються та удосконалюються необхідні навички самообслуговування.

У програмі з соціально-побутового орієнтування вказується, що воно повинно мати логічне продовження в системі позакласної роботи. Тільки спільна діяльність учителя і вихователя дасть змогу домогтися бажаних результатів.

Отримання знань учнями допоміжних шкіл та формування у них позитивної мотивації є важливим фактором для формування здорового способу життя, але у змісті проаналізованих навчальних програм з цих предметів питання здорового способу життя висвітлюється фрагментарно, безсистемно, що не дає можливості комплексно впливати на формування здоров'я учнів на основі особистісно орієнтованого підходу, на їхню мотиваційну сферу. На нашу думку, відсутність цілісного підходу до формування здорового способу життя, проявляється і у нормативному підході до фізичного виховання, певній неузгодженості дій вчителя фізкультури з вчителями інших навчальних предметів та вихователями.

Серед конкретних завдань фізичного виховання у допоміжній школі виділяються такі: зміцнення здоров'я та загартовування організму; формування правильної статури; формування і удосконалення рухових вмінь та навичок; розвиток рухових якостей (сили, швидкості, спритності); корекція і компенсація порушень фізичного розвитку та психомоторики; формування і виховання гігієнічних навичок при виконанні фізичних вправ; підтримка фізичної працездатності; формування пізнавальних інтересів, теоретичних знань з фізичної культури; виховання інтересу до занять фізичними вправами, виховання морально-вольових якостей, сміливості, навичок культурної поведінки.

Розв'язання цих завдань покладено на уроки фізкультури. Як показав аналіз навчальних планів, кількість годин з фізичного виховання у навчальному процесі є незначною. Вважаємо, що це є одним із основних недоліків усього фізичного виховання учнів допоміжної школи. На нашу думку, має бути розроблена програма позакласних занять з фізичного виховання, яка повинна включати цілісну систему фізичних вправ, ігор, розваг. У ній має посісти певне місце комплексне навчання гігієнічним навичкам та знанням з формування основ ЗСЖ, спортивного виховання та деякі інші аспекти.

Аналіз літературних джерел та стану практики дозволяє нам дійти висновку, що одна з причин, що негативно впливають на стан фізичного

виховання учнів з розумовою відсталістю, полягає у недооцінці насамперед його значення як найбільш дієвого засобу для вирішення завдань корекційної, соціально-адаптивної і психологічної спрямованості виховання учнів допоміжної школи. Звідси виникає протиріччя між об'єктивною потребою в оновленні усієї системи шкільної фізкультурної діяльності та суб'єктивним недооцінюванням її провідної ролі у життєдіяльності дитини, розмежування взаємозв'язку понять психофізичного та інтелектуального розвитку, які є найбільш вагомими, необхідними, значущими у цілісному процесі виховання і становлення особистості дитини з розумовою відсталістю.

Невисокі результати фізкультурної діяльності розумово відсталих школярів обумовлюються об'єктивними та суб'єктивними умовами. До об'єктивних умов, у першу чергу, слід віднести відсутність державної концепції розвитку освітньої галузі „Основи здоров'я і фізична культура” для розумово відсталих дітей; єдиних стандартів щодо організаційних, програмно-нормативних та наукових основ фізкультурної діяльності у системі спеціальних закладів освіти; вкрай слабе фінансове і матеріально-технічне забезпечення таких освітніх закладів; катастрофічна нестача професійних педагогічних кадрів та їхній недостатній фаховий рівень; повна відсутність базових положень щодо реалізації фізкультурно-реабілітаційної роботи у контексті безперервної освіти; практично повна відсутність методичного забезпечення навчального процесу тощо.

Отже, сама постановка фізичного виховання та валеології у спеціальних закладах освіти є недостатньою для формування здорового способу життя. У першу чергу це пов'язано із застарілою орієнтацією фізичного виховання в частині його системоутворюючих положень: забезпечення мінімально необхідної рухової активності, по можливості запобігання деструктивним процесам у формуванні та діяльності опорно-рухового апарату, інших органів і систем організму, створення мінімально необхідного кола життєво важливих рухових умінь, навичок та досягнення максимально можливого розвитку фізичних здібностей, у більшості випадків, без урахування сучасних вітчизняних досягнень суміжних галузей науки та світових тенденцій. При цьому, зовсім не враховуються такі важливі компоненти, як виховання ціннісних орієнтацій на фізичне і духовне удосконалення особистості з розумовою відсталістю, формування у неї мотивації до систематичних занять фізичними вправами, набуття досвіду спілкування, формування гуманістичних відношень, створення повноцінного життєвого та діяльного простору для реалізації власної системи цінностей за допомогою фізичної культури і спорту.

Можна констатувати суттєві розбіжності між встановленням закономірностей розвитку і формування особистості розумово відсталої дитини, її соціально-психологічної адаптації, психофізичної абілітації та реабілітації у соціальній психології, корекційній педагогіці, біології,

медицині з одного боку та у галузі „Основи здоров'я і фізична культура” з іншого. Має місце невідповідність між наявними науковими розробками з фізичного виховання розумово відсталих дітей та їх висвітленням у відповідній навчально-методичній літературі або практичним застосуванням: більшість спеціальних закладів освіти користуються науково-методичними розробками з фізичного виховання, датованими 70-80-ми роками минулого сторіччя. А виконані дисертаційні дослідження з цієї проблеми є доступними тільки для обмеженого кола фахівців та й кількість їх є незначною.

Дотепер залишається незагальненим передовий, інноваційний світовий і вітчизняний досвід з організаційно-методичних і програмно-нормативних основ фізичного виховання цієї категорії учнів; технологій педагогічного управління їхнім психофізичним і моторним потенціалом, фізичним станом за допомогою фізичних вправ; формування мотивів і потреб у систематичних заняттях фізкультурною чи спортивною діяльністю; формування знань і методичних умінь з використання засобів фізичної культури для підтримки нормального психофізичного стану, а також навичок їх практичної реалізації у повсякденній життєдіяльності.

#### Список використаної літератури

1. Беспалько В. В. Визначення медико – соціальних чинників ризику виникнення наркоманії серед учнів навчальних закладів. – Кам'янець-Подільський, Абетка – НОВА, 2002. – 20с.
2. Валеологічна освіта та виховання: сучасні підходи до досліджень і шляхи їх розвитку в Україні: Зб. Науково-практичних статей. За заг. редакцією В. М. Оржеховської. К.: МАГІСТР. 1999 – 120 с.
3. Воленко А. М. Как растить здоровое поколение. О новой программе для начальной школы. Педагогіка. – 1995. – с. 52 – 56.
4. Дробот Л. С. Видрич Н. І. Соціально – побутове орієнтування для вчителів та учнів допоміжної школи: посібник для вчителів. – К.: ІСДО, 1995. – 152 с.
5. Шишова І. М. Інноваційні методи та форми організації антинаркотичної роботи у спеціальній школі. Дефектологія. – 2002. – с. 26 – 29.

Annotation: in the article the questions of features of forming of healthy way of life are illuminated for the students of auxiliary school. The analysis of problem of forming of healthy way of life is carried out at auxiliary school in modern practice.

**Keywords:** healthy way of life, auxiliary school, mental backwardness.

*Отримано 8.9.2014*