

Анотація

С.Б.Брычок

Проблема изучения личности школьника в педагогическом наследии Василия Сухомлинского

В статье анализируются взгляды выдающегося украинского педагога Василия Сухомлинского на проблему изучения личности школьника, в частности, технология изучения индивидуально-типологических особенностей ученика, темперамента, характера, самооценки, эмоций, воли личности.

Ключевые слова: личность, школьник, изучение личности, психофизиологические, психические, личностные особенности ребенка.

Summary

S.B.Brychok

The Problem of Schollchild's Personality Study in the Pedagogical Heritage of Vasyli' Sukhomlins'kyi

The views of the prominent Ukrainian teacher V.Sukhomlins'kyi are analysed to the problem of study of personality of schoolboy, in particular technology of study individually typic features of student, temperament, character, self-appraisal, emotions, will of personality in the article.

Key words: personality, schoolboy, study of personality, psychophysiological, psychical, personality features of child.

Дата надходження статті:

„22” серпня 2011 р.

УДК 378.1

Н.О.БУРАКОВА,

аспірантка

(м.Херсон)

Питання шкільної гігієни учнів у науковому доробку В.О.Сухомлинського

У статті висвітлено основні погляди видатного педагога на розвиток дитячого організму та вплив оточуючого середовища на нього.

Ключові слова: учень, організм, анатомо-фізіологічні особливості, здоров'я.

Постановка проблеми у загальному вигляді... Дитина – жива істота, її мозок – найтонший, найніжніший орган, до якого треба ставитися дбайливо і обережно. Дати початкову освіту за три роки можна, але за умови постійного піклування про здоров'я дітей і нормальний розвиток дитячого організму. Джерело повноцінної розумової праці не в темпі і напруженості такої праці, а в правильній, продуманій її організації, у здійсненні багатогранно фізичного, інтелектуального, естетичного виховання. Особливо пильної уваги вихователя потребують духовне життя і здоров'я в молодшому віці, що на сьогодні є досить актуальним й обумовило вибір нашої публікації.

Про велику, вирішальну роль початкової школи говорять багато. „Міцний фундамент знань закладається в початкових класах”, „Початкові класи – це основа основ”, – ці слова можна почути, коли мова заходить про недоліки й прорахунки в навчанні та вихованні учнів середніх і старших класів, про поверхові, неміцні знання або систематичному порушенні правил і норм поведінки [4, с.100].

Аналіз досліджень і публікацій... Так, досвід переконує нас в тому, що початкова школа насамперед повинна навчити вчитися. Про це писали видатні педагоги – А. Дістерверг, Я. Коменський, К. Ушинський. Найважливіше завдання початкової школи – дати учням певне коло міцних знань і вмінь. Уміння вчитися включає в себе ряд навичок пов'язаних із оволодінням такими знаннями, як: вміння читати, писати, спостерігати явища навколишнього середовища, думати, висловлювати свою думку, дотримуватися елементарних правил особистої гігієни.

Формулювання цілей статті... Метою нашої публікації є аналіз провідних санітарно-гігієнічних положень початкової школи.

Виклад основного матеріалу... У роки навчання в I – IV класах – від 7 до 11 років – відбувається становлення людини. Звичайно, цей процес не завершується до закінчення початкових класів, та саме на ці роки припадає найбільш інтенсивний відрізок людського життя. Дитина в цей період повинна не тільки готуватися до подальшого навчання, накопичувати багаж знань і вмінь. Вона має жити багатим духовним життям. „Роки навчання в початкових класах – цілий період морального, інтелектуального, емоційного, фізичного, естетичного розвитку, який буде реальною справою, а не пустою розмовою лише за умови, що дитина живе багатим життям сьогодні, а не тільки готується до оволодіння знаннями завтра” [4, с.100].

Важливе виховне значення школи – приділяти максимум уваги фізичному вихованню дітей і насамперед зміцненню захисних сил їхнього організму, які запобігають захворюванню. Турбота школи про те, щоб дитина не хворіла, щоб її організм був несприйнятливим до хвороб, так само важлива, як і турбота про розумовий і моральний розвиток її вихованців [5, с.14].

Добре здоров'я, відчуття повноти, невичерпності, фізичних сил найважливіше джерело життєрадісного світосприймання, оптимізму, готовності подолати будь-які труднощі. „Хвора, квола, схильна до захворювань дитина – джерело багатьох негод” [5, с.125].

Відомо, що розумова праця і все духовне життя дитини залежить від її здоров'я, і саме тому починати вивчати дитину необхідно з огляду стану її здоров'я. Учителеві відводиться важливе завдання – запобігти розвиткові хвороби; зміцнити захисні сили організму: разом із батьками дитини встановити для неї режим праці та відпочинку, режим харчування.

Турбота про здоров'я – це найважливіша праця вихователя. Від життєрадісності, бадьорості школярів залежить їхнє духовне життя, світогляд, розумовий розвиток, міцність знань, віра в свої сили. Ця турбота неможлива без постійного зв'язку з сім'єю. Вчителі початкової школи переважно з батьками радяться, особливо в перші два роки навчання про здоров'я малюків, адже саме в цей час в організмі дитини відбуваються складні, бурхливі й суперечливі процеси, які на все життя визначають функціонування найважливіших систем – нервової, серцево-судинної, органів дихання, травлення. Закладається анатомо-фізіологічна основа найголовнішої творчої духовної діяльності людини – праці [4, с.357].

Так, у своїй відомій праці „Павлиська середня школа” (1969) В. О. Сухомлинський розкриває нам, як саме фізична праця впливає на розвиток організму дитини. „Вихованці, які займаються фізичною працею (догляд за плодовими деревами і виноградом, вирощування саджанців, збирання насіння декоративних і плодкових дерев, відбір насіння зернових і технічних культур тощо) протягом усього перебування в школі, відзначаються чудовим фізичним розвитком, красою, гармонійною пропорційністю органів, пластичністю рухів, умінням докладати фізичних зусиль відповідно до мети руху. Характерною рисою їх фізичного розвитку є поєднання структурності, краси постави, пластичності рухів і фізичної сили” [5, с.138].

Фізична культура – найважливіший елемент здоров'я, джерело життєрадісності. На думку видатного педагога В. Сухомлинського „недопустимо гонитись за індивідуальними рекордами, спортивними досягненнями школи; фізкультура – це боротьба за здоров'я, за зміцнення фізичних і духовних сил вихованців у їх єдності” [5, с.64].

Необхідно, щоб учитель фізкультури разом із лікарем визначили режим і обсяг індивідуальних вправ для кожного школяра і дбав про їх дотримання та виконання. Адже бурхливий фізичний розвиток у підліткову і юнацькому віці потребує, щоб вихователь багато піклувався насамперед про гармонію фізичної і розумової праці своїх вихованців. Багаторічні спостереження колективу Павлиської середньої школи привели до висновку, що в „підлітковому віці велику небезпеку становить загроза підірвати сили людини, яка ще формується, непосильною, потворною розумовою працею – зубрінням. Ми не припускаємо, щоб учень початкової школи сидів щоденно по чотири-п'ять годин над домашніми завданнями (крім трьох-чотирьох годин шкільних занять), – це його калічить, на все життя згубно позначається на його здоров'ї, нівечить його красу: фігура стає сутулуватою, вузькогрудю, з'являється короткозорість” [5, с.129].

Отже, фізична культура повинна сформувати свідоме ставлення учнів до власного організму, виробити вміння берегти здоров'я, зміцнювати його правильним режимом праці, відпочинку, харчування, гімнастикою і спортом, загартовувати фізичні й нервові сили, запобігати загартовуванню про що ми будемо говорити далі у нашій роботі.

Фізична культура тісно пов'язана з культурою моральною й естетичною. Турбуючись про власне здоров'я, учні створюють і оберігають обстановку, необхідну для здоров'я, відпочинку, повноти життя інших людей. Чуйність до себе не повинна розвиватися за рахунок байдужості до інших.

Завдяки наполегливій праці колективу Павлиської середньої школи, учні отримували все для них необхідне: знання, догляд, підтримку, допомогу тощо. Велику увагу викладачі приділяли санітарно-гігієнічним вимогам до зовнішніх умов життя, до режиму праці та відпочинку школярів.

Отже, перш за все необхідно було слідкувати за тим, щоб учні молодших класів не займалися розумовою працею в закритому приміщенні більше трьох годин на день. Із перших днів перебування у школі всі учні працювали фізично – в кабінеті живої природи, в робочій кімнаті, на навчально-дослідній ділянці.

Улітку школярі протягом двох-трьох тижнів живуть у самодіяльному піонерському таборі, де праця поєднується з відпочинком – вони здебільшого доглядають полезахисні лісові полоси

поблизу водойм. Така праця має дуже велике значення для розвитку органів дихання і кровообігу, для посилення обміну речовин.

В організмі дитини, яка дихає повітрям, насиченим киснем лісів і полів, активізується обмін речовин, запобігаючи захворюванням. Із свого боку, учителі й шкільний колектив роблять все для того, щоб повітря було насичене фітонцидами, які вбивають мікроорганізми. Фітонциди багатьох сільськогосподарських рослин (особливо злакових) очищають дихальні шляхи і кровоносні судини від збудників простудних захворювань, ревматизму, туберкульозу. „Той, хто провів два місяці на косовиці, на збиранні пшениці, до того ж поблизу водоймища, протягом наступних шести місяців не захворіє ні на грип, ні на ангіну. Діти, які дихали всю весну і все літо повітрям, насиченим фітонцидами дерев, злакових культур і лугових трав, при правильному режимі і доброму харчуванні ніколи не захворюють на туберкульоз” [5, с.91].

Центральний момент режиму – правильне чергування парці і відпочинку, неспання і сну. Вивчення праці дітей показало, що саме в цій галузі багато небезпек, які можуть згубно позначитися на здоров'ї та настрої. Нерівномірність праці, чергування періодів бездіяльності з періодами надмірного, неприпустимого напруження – серйозний бич не тільки здоров'я, а й моральності. На заняттях батьківської школи неодноразово обговорювалось питання про неприпустимість того, щоб дитина пізно лягала спати. Недосипання, млявість, що переходить у хронічне нездужання, негативно позначаються й на самопочутті, і на розумовому розвитку [5, с.130-131]. Інтенсивна розумова праця дитини молодшого віку після 12-13 годин (якщо вона прокидається о 6 годині ранку), згубно позначається на здоров'ї, та інтелектуальному розвитку: послаблюється пам'ять і яскравість сприймання, уповільнюються розумові функції, погіршуються сон і апетит. Необхідно, щоб діти молодшого віку (від 7-8 до 11-12 років) спали 10 годин [5, с.132].

Чим більше часу відводиться на інтенсивну фізичну і розумову працю на свіжому повітрі, тим гармонійніше функціонуватимуть і розвиватимуться всі органи, більша буде відновлююча роль сну.

У відпочинку вихованець повинен бачити один із засобів не тільки зміцнення здоров'я і фізичних сил, а й розвитку сил духовних. Привчання до активного, діяльного відпочинку з дитинства – одне з найважливіших правил виховання.

Праця на відкритому повітрі цілюще впливає на дітей з великою нервовою збудливістю – дратівливих, неспокійних. Окремі діти приходять до школи з функціональними розладами нервової системи, джерело яких – неправильне домашнє виховання, найчастіше надмірне піклування й опіка. Усунення цих розладів і недоліків – важливе завдання школи [5, с.140].

Також, на думку вченого, особливо важливим є виховання несприйнятливості до будь-яких інфекцій. В періоди різкої зміни погоди майже половина дітей у школі мають погане самопочуття, відчувають перші ознаки застуди. Навіть коли в дитини немає підвищеної температури, вона не може в такому хворобливому стані нормально працювати. Радикальних засобів, які б негайно вилікували нежить, немає. Медичною наукою доведено, що багато з різновидів нежиті – це не інфекційне захворювання, а реакція чутливого організму на різкі зміни навколишнього середовища. Багаторічний досвід показав – особливо чутливі ноги. „Коли ноги бояться найменшого охолодження, людина схильна до неінфекційних нежитей” [4, с.111]. Система зміцнення організму, яка склалася в Павлівській школі починалась із загартування ніг; при цьому, звичайно, брався до уваги загальний стан здоров'я дитини. Для загартування ніг нема якихось спеціальних вправ, розрахованих на певний строк. Необхідно постійно дотримуватись загального режиму, не привчати дітей до тепличних умов, не виявляти надмірного піклування, яке ослабляло б захисні сили організму. Якщо дитина влітку не ходить босоніж – ніякі купання й обтирання мокрим рушником не допоможуть.

У гармонійному розвитку дитини все взаємозв'язане. Здоров'я залежить від того, які домашні завдання задаються дитині, як і коли вона їх виконує. Величезну роль відіграє емоційне забарвлення самостійної розумової праці дома. Якщо дитина береться за книжку без бажання, це не тільки пригнічує її духовні сили, а й несприятливо позначається на складній системі взаємодії внутрішніх органів [4, с.105-106]. Існує багато випадків, коли в дитини, що переживає відразу до занять, серйозно розладнувалося травлення, виникали шлунково-кишкові захворювання.

Велике значення в зміцненні здоров'я мають гімнастичні вправи і купання. Крім зарядки після пробудження (дома), у школі проводяться гімнастичні вправи перед уроками – спеціально для вироблення постави. Перед 30-хвилинною перервою вчителі проводять фізкультурну хвилинку (за спеціальним комплексом для кожного віку). Ще в праці „Школи радості”, що ввійшла до збірки „Серце віддаю дітям” зазначається, що діти звикли до ранкової гімнастики і дуже важливо, щоб ця звичка збереглася.

В організмі підлітка все перебуває в становленні й перебудові. Складні анатомо-фізіологічні процеси зумовлюють посилений обмін речовин, який вимагає правильного харчування. Харчування має бути простим (це дуже важливо), повноцінним за калорійністю й регулярним.

Спостерігаючи протягом ряду років фізичний і розумовий розвиток багатьох дітей можна зробити висновок, що здоров'я людини в зрілі роки великою мірою залежить від того, як поєднується повноцінне харчування з працею, відпочинком (сном), повітрям, розумним і постійним загартуванням організму. Харчування повинно бути не тільки достатньої калорійності, а й багатим на легкозасвоювані вуглеводи, що містяться у молоці, маслі, цукрі, також компоненти, що відіграють велику роль у формуванні організму (особливо білки і вітаміни). Особливо велике значення в харчуванні дитини мають молоко і цукор, зокрема фруктозний цукор [5, с.136-137].

Від харчування в роки дитинства залежить гармонія, пропорційність тіла, зокрема правильний розвиток кісткової тканини і особливо грудної клітини. Якщо ж приймати їжу з відсутніми у ній мінеральними речовинами і мікроелементами непропорційно розвиватимуться окремі частини скелета, що на все життя позначиться на поставі.

Відсутність апетиту – грізний бич здоров'я, джерело хвороб і нездужань. Головна причина цього – багатогодинне сидіння в задушному класі, одноманітність розумової праці, відсутність різноманітної діяльності на свіжому повітрі і взагалі „кисневе голодування”, – дитина цілий день дихає повітрям, насиченим вуглекислотою. Тривале перебування в приміщенні, насиченому вуглекислотою, веде до захворювання залоз внутрішньої секреції, що відіграють важливу роль у травленні. Причому ці захворювання стають хронічними і не піддаються ніякому виліковуванню. Серйозні захворювання органів травлення викликаються також і тим, що батьки, прагнучи пробудити апетит, дають дітям різні ласощі, зокрема солодощі. Не допустити „кисневого голодування”, домагатися повноцінного атмосферного режиму – в цьому одна з найважливіших передумов турботи про здоров'я [4, с.105].

Висновки... Сила і можливість виховання невечерпні. Усі без винятку діти, які не мають патологічних відхилень у розумовому розвитку, можуть успішно оволодіти середньою освітою. Неуспішність, другорічництво – це результати поганої навчально-виховної роботи. Завдання школи не тільки в тому, щоб дати кожному знання, необхідні для трудової і повноцінної громадської діяльності, а й у тому, щоб дати кожному щастя особистого духовного життя.

Турбота про людське здоров'я, тим більше про здоров'я дитини, – це не просто комплекс санітарно-гігієнічних норм і правил, не перелік вимог до режиму, харчування, праці, відпочинку. Це насамперед турбота про гармонійну повноту всіх фізичних і духовних сил, і вінцем цієї гармонії є радість творчості.

Зміцнити здоров'я людини в дитинстві, не допустити, щоб дитина вступала в юність кволою і млявою, – це означає дати їй всю повноту життєвих радощів.

Список використаних джерел та літератури:

1. Сухомлинський В. О. Народження громадянина / В. О. Сухомлинський // Вибрані твори : у 5 т. – К. : Радянська школа, 1977. – Т. 3. – С. 283–582.
2. Сухомлинський В. О. Батьківська педагогіка / упоряд. і авт. вступ. статті В. Ф. Шморгун. – К. : Радянська школа, 1978. – 263 с.
3. Сухомлинський В. О. Моя педагогічна система: [З неопублікованої книги „Педагогічна культура”] / В. О. Сухомлинський // Радянська школа. – 1988. – № 6. – С. 87–91; № 7. – С. 79–84; № 8. – С. 87–91; № 9. – С. 86–91.
4. Сухомлинський В. О. Серце віддаю дітям / В. О. Сухомлинський // Вибрані твори : у 5 т. – К. : Радянська школа, 1977. – Т. 3. – С. 7–279.
5. Сухомлинський В. О. Павлівська середня школа / В. О. Сухомлинський // Вибрані твори : у 5 т. – К. : Радянська школа, 1977. – Т. 4. – С. 7–385.
6. Сухомлинський В. О. Методика виховання колективу / В. О. Сухомлинський // Вибрані твори : у 5 т. – К. : Радянська школа, 1976. – Т. 1. – С. 403–637.

Анотація
Н.А.Буракова

Вопросы школьной гигиены учеников в научных работах В.А.Сухомлинского

В статье освещены основные взгляды выдающегося педагога на развитие детского организма и влияние окружающей среды на него.

Ключевые слова: *ученик, организм, анатомо-физиологические особенности, здоровье.*

Summary

N.A.Burakova

The Questions of School Hygiene of Pupils in the Scientific Works of V.O.Sukhomlyns'kyi

The article highlights the major outstanding teacher views on the development of the child's body and the effect of environment on it.

Keywords: *student body, anatomical and physiological characteristics, health.*