

СПІВПРАЦЯ ШКОЛИ ТА СІМ'Ї В КОНТЕКСТІ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ



Ганна Презлята, Інна Ткачівська, Зіновій Остап'як, Галина Ковальчук
Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

Анотація

В статті изложена программа сотрудничества школы и семьи относительно формирования здорового образа жизни детей.

Annotation

In the article ways are exposed and the program of collaboration of school and family is given in relation to forming of healthy way of life of children.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень. Важливим моментом у розробці стратегій формування здорового способу життя дітей як батьками, так і педагогами має бути знання ними особистісних якостей дитини: фізичне й психічне здоров'я, стійкість нервової системи, реакції на ті чи інші види подразнень, витривалість, готовність до співпраці й взаємодії, інтереси й можливості. Для успішного здійснення виховання дитини необхідно зосереджувати увагу батьків і педагогів на достовірності, об'єктивності й повноті інформації, на основі якої здійснюється формування здорового способу життя. Виходячи з цього, в нових соціально-економічних умовах важливо поєднувати елементи наукової педагогіки та родинно-національної етнопедагогіки, яка найкращим чином забезпечує можливості використання народних традицій, звичаїв і обрядів у підготовці батьків, вихователів і педагогів до здійснення ними виховної функції підвищення педагогічної культури сім'ї щодо утвердження пріоритетів здорового способу життя.

Таким чином, сучасна сім'я має стати головною ланкою у вихованні дитини, забезпеченні достатніх матеріальних та педагогічних умов для її фізичного, морального й духовного розвитку. Водночас сучасна сім'я і сама потребує ма-

теріальної, педагогічної та культурологічної допомоги.

У цій ситуації піднята проблема стає актуальною та практично значущою.

Дослідження різних аспектів формування здорового способу життя знаходимо у працях науковців [1; 2; 3].

Мета дослідження – розкрити шляхи співпраці школи та сім'ї щодо формування здорового способу життя.

Результати дослідження. Школа, трудові колективи, сім'я – найефективніші інституції формування здорового способу життя та культури здоров'я – недостатньо використовують свої можливості через брак досвіду та відповідних, належно забезпечених виховних технологій.

Численні дослідження Б.М. Мицкана, В.Г. Панка, Г.В. Презляти [1; 2; 3] переконливо доводять, що для дітей різних груп їх батьки є одним із основних джерел інформації з багатьох проблем. Крім цього, важлива роль у цій справі відводиться педагогам.

Існують різні форми участі батьків у шкільному житті: батьківська рада; вечори-дискусії, опитування; інформування батьків із загальних питань, пов'язаних з профілактичною роботою школи; дні відкритих дверей і екскурсії для батьків, учнів і вчителів; консультації батьків, які мають поребу на спеціальні знання



Програма співпраці школи і сім'ї з питань формування здорового способу життя

№	Форма	Характерні особливості	Зміст (питання для виступів)
1	Загальношкільні батьківські збори	Традиційна форма співпраці з батьками дітей різних вікових груп. Виступи повинні бути загальними, цікавими для всіх.	Роль фізичної культури у зміцненні здоров'я. Досвід народної етнопедагогіки щодо утвердження пріоритетів здорового способу життя. Формування здорового способу життя в сім'ї.
2	Класні батьківські збори	Просвітницько-інформаційний захід для батьків певного класу (вікової групи).	Руховий режим учнів класу. Аналіз матеріалів медичного обстеження. Контроль за виконанням домашніх завдань з фізичної культури, рівнем фізичної підготовленості. Активне дозвілля в сім'ї.
3	Педагогічний лекторій	Передбачає надання батькам систематизованих знань з проблем фізичного виховання, розкриває досвід використання різних засобів оздоровлення в сім'ї.	Природні засоби загартування у побуті сім'ї. Нетрадиційні оздоровчі системи, можливості їх використання в сім'ї. Досвід утвердження пріоритетів ЗСЖ у сім'ї. Навчання дітей плаванню. Перегляд кінофільмів, виставка літератури.
4	Семинари-практикуми	Практичні заняття з вивчення різних оздоровчих дидактичних моделей.	Розуміння комплексів ранкової зарядки. Ознайомлення з комплексами спеціальних вправ для розвитку фізичних якостей. Відпрацювання методики навчання дітей плаванню. Розуміння елементів туристичної техніки. Ознайомлення з контрольними тестами та критеріями оцінювання рівня фізичного розвитку, фізичної підготовленості школярів. Вивчення рухливих ігор для використання під час дозвілля в сім'ї.
5	Залучення батьків до спортивного життя школи	Участь батьків у змаганнях, виконання функції інструкторів, тренерів з конкретних видів спорту.	Участь у змаганнях у складі збірних команд класу ("Веселі старты", "Старты надій", "Тато, мама і я – спортивна сім'я"). Проведення занять спортивних секцій. Участь батьків у туристичних походах класів, де навчаються їх діти. Організація спортивно-оздоровчої роботи за місцем проживання (обладнаність занять, виготовлення саморобного дрібного інвентаря, придбання належного спортивного інвентаря для занять в сім'ї).
6	Відкриті уроки фізичної культури для батьків	Урок – основна форма фізичної культури в школі, відкритий урок дозволить ознайомитись з рівнем фізичного розвитку дитини, порівняти її можливості з можливостями учнів класу.	У змісті доцільно використати вправи, які дозволять розкрити можливості дітей з виконання різних рухових дій, передбачених чинною навчальною програмою, продемонструвати рівень розвитку фізичних якостей. На уроці переважає ігровий та змагальний методи.
7	Консультації для батьків	Передбачає надання конкретних рекомендацій, порад щодо підвищення рівня фізичної підготовленості школярів, їх рухової активності.	Це адресні рекомендації батькам на потребу з різних проблем: розвитку фізичних якостей (сили швидкості, спритності, витривалості, гнучкості тощо); обладнання спортивної бази в сім'ї; методика навчання плаванню; контроль за виконанням домашніх завдань з фізичної культури та ін.



8	Відвідування батьків удома	Сприяє налагодженню контактів з сім'єю, з'ясуванню її способу життя.	Консультація щодо впровадження фізичної культури в побут школяра як вагомого засобу зміцнення здоров'я, утвердження пріоритетів здорового способу життя.
9	Листування	Повідомлення батьків про успіхи та невдачі учнів. Запрошення до школи.	Проводяться особистісно орієнтовані консультації, добираються спеціальні комплекси вправ; залучення батьків до співпраці з метою поліпшення рівня фізичної підготовленості учнів.

з питань попередження залежностей (наркоманії, алкоголізму, тютюнокуріння) та іншим питанням, пов'язаних зі здоров'ям; поради батькам з питань формування здорового способу життя; надання літератури, аудіо- та відеоматеріалів з питань здоров'я; домашні завдання, які потребують участі батьків.

Нині назріла потреба розробки програми батьківського всеобучу в умовах комплексу "Сім'я – навчально-оздоровчий заклад". Вона повинна спрямовуватися на просвітництво щодо значення та методики оперативного контролю за функціональним станом дітей тощо. Повідомлення доцільно здійснювати на загальних зборах (раз у місяць) та індивідуальних бесідах з батьками. До плану просвітницької роботи, на нашу думку, слід включати такі профілактичні теми, зокрема:

- вікові та індивідуальні особливості дітей;
- вплив систематичних занять фізичною культурою на стан здоров'я;
- організація занять фізичною культурою в сім'ї та школі;
- культура харчування в сім'ї;
- руховий режим школяра;
- значення особистого прикладу та авторитету батьків у фізичному вихованні дітей;
- методика проведення загартовувальних процедур (повітрям, водою);
- методика профілактичного масажу;
- методика оперативного кон-

тролю за функціональним станом дітей;

- вплив шкідливих звичок на здоров'я.

Під час висвітлення зазначених вище питань необхідно інформувати батьків про показники фізичного розвитку та фізичної працездатності дітей, обґрунтувати зв'язок частоти захворювань на респіраторні захворювання з низькими функціональними та антропометричними показниками.

У зміст програм домашніх профілактичних занять доцільно включати: масаж обличчя в поєднанні зі спеціальними водними процедурами, контрастне обливання і холодні ванни, масаж грудної клітки, дихальну гімнастику, ходьбу й біг підтюпцем (або інші фізичні вправи, ігри) з чергуванням природного і вираженого діафрагмального дихання, босоходіння, культуру харчування. Для контролю за станом здоров'я дітей у домашніх умовах батьків слід ознайомити з правилами ведення "Паспорта здоров'я". Сьогодні головним завданням впливу на спосіб життя дітей через сім'ю є донесення до батьків ґрунтовної інформації щодо попередження ризиків та шляхів бережливого ставлення до власного здоров'я і здоров'я молодого покоління. При цьому можуть використовуватись різні форми батьківського всеобучу: батьківські збори, семінари-практикуми, дискусії, круглі столи, відверті розмови, консультації, тренінги, день відкритих дверей, зустрічі з цікавими людь-

ми (психологи, медичні працівники, духовенство), залучення батьків до спортивно-оздоровчої роботи в школі.

Така цілеспрямована просвітницька діяльність із формування здорового способу життя дітей, серед батьків, на наш погляд, дасть позитивні результати і для самих батьків. Нижче пропонуємо форми батьківського просвітництва з питань фізичного виховання, як вагомого чинника утвердження пріоритетів здорового способу життя, що безперечно, буде наочним прикладом збереження і зміцнення здоров'я в умовах сім'ї.

Висновки. Таким чином, розроблена програма співпраці школи і сім'ї щодо формування здорового способу життя сприятиме забезпеченню достатніх матеріальних та педагогічних умов для фізичного, морального й духовного розвитку дитини.

ЛІТЕРАТУРА

1. Мицкан Б.М. Чинники здорового способу життя як засіб підвищення ефективності навчання / Б.М. Мицкан, Г.В. Презлята, М. Кловата, Є. Рут // Обрії. – 2006. – №2. – С. 95–99.
2. Панок В.Г. Формування здорового способу життя дітей і підлітків / В.Г. Панок – К.: Ніка-Центр, 2001. – С. 93-99.
3. Презлята Г.В. Формування здорового способу життя у сім'ї / Г.В. Презлята // Обрії. – 2006. – №1(22). – С. 32–36.

