

ВАЛЕОЛОГІЧНЕ ВИХОВАННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ: СУТНІСТЬ ПРОБЛЕМИ

У статті автор розглядає актуальні питання валеологічного виховання молодших школярів, визначає сутність проблеми валеологічного виховання, як педагогічного впливу, зорієнтованого на формування індивідуального здоров'я школяра; подає основні підходи до визначення сутності валеологічного виховання молодших школярів.

Ключові слова: валеологічне виховання, збереження здоров'я, індивідуальне здоров'я школяра, культура індивідуального здоров'я, молодші школярі.

Запровадження валеологічного виховання у школу розкриває етап позитивного, життєрадісного розвитку і формування нового покоління, що є досить важливим фактором у розвитку суспільства. Неодноразово в процесі дослідження досягнень у сфері здоров'язабезпечення людини ми зустрічали факт усвідомлення здоров'я поряд із такими абстрактними категоріями, як щастя, доля, радість. Таким чином, валеологічне виховання є одним із першопрохідних процесів професійної системи підготовки людини до здорового життя, яка виходить на рівень психодуховного методу.

Інтеграція процесів формування, укріплення та збереження здоров'я у практику освіти свідчить про потребу людини розширювати зв'язки з довколишнім світом, насичувати життя різноманітними проявами передусім через власне пізнання і розвиток, розширення своїх можливостей. Піклування освіти питаннями здоров'я покликане сприяти повноцінному освоєнню дійсності, збагаченню досвіду особистості, реалізації потенціалу її гармонійного розвитку.

Поряд із формуванням моральних, світоглядних, інтелектуальних, творчих властивостей школяра, позитивного світосприймання довкілля учені заявляють про необхідність виховання індивідуального здоров'я, як стратегії власного розвитку. Сьогодні поступово набуває сили усвідомлення того, що не лише активна участь у розвитку науки і культури сприяє гармонізації людини з навколишнім світом, а й здатність володіти власним фізичним та психічним здоров'ям.

Система освіти в Україні базується на принципах забезпечення перспективного й системного навчання і виховання, врахуванню поступово підлягають різні сторони розвитку особистості, зокрема і валеологічно. Сучасні вчителі початкових класів наділяються новими професійними обов'язками, а перед вищими навчальними закладами постає нагальна потреба підготовки фахівців до здійснення валеологічного виховання.

Валеологічне виховання на сьогоднішній день певною мірою представлене у теоретико-методологічних і прикладних формах. Питання валеологічної освіти, педагогічних впливів з метою формування здоров'я школярів, збереження його та укріплення активно вивчаються дослідниками в таких напрямках: оздоровлення в умовах навчання (Н. Гонтаровська), методика викладання валеології (М. Гриньова), організація і методика проведення фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі навчального дня молодших школярів (О. Ващенко), інтеграційний підхід до виховання у молодших школярів здорового способу життя (С. Кондратюк), педагогічні аспекти формування здорового способу життя у молодших школярів, які проживають у зоні підвищеної радіоактивності (Ю. Цюпак), роль і місце педагогічної валеології в системі української національної освіти (А. Царенко).

Ознайомлення з працями фахівців у галузі валеології (Т. Бойченко, Г. Давидюк, Н. Колотій, І. Поташнюк, Н. П'ясецька та ін.) доводить факт того, що валеологічне виховання зорієнтоване на формування здатності особистості самовиявлятися, реалізовуватися за законами свого виду, зберігати генофонд і вміти використовувати усі свої здібності для сприйняття і перетворення навколишньої дійсності.

До багатьох пошуків учених у сфері валеологічної освіти і виховання спонукала певна розбіжність і невизначеність у предметі даної галузі і дисципліни. Окремі дослідники (О. Ващенко, Н. Колотій) вважають, що валеологія покликана вирішувати питання здоров'я індивіду з тією метою, щоб попередити значну кількість звернень за допомогою до медичних працівників, погоджуючись із думкою про медичні корені цієї дисципліни та описуючи її появу, як розширення розділів медицини, коли виникає потреба у більш досконалому вивченні окремих категорій. Найчастіше у прихильників даного переконання виникають розбіжності у предметі галузі, що визначається чи то профілактикою захворюванням, чи то знанням, слід володіти людиною, щоб захистити і зберегти своє здоров'я. Відомий вчений Є. Вайнер, вважає, що «валеологія – це міжнауковий напрям пізнання здоров'я людини, про шляхи його забезпечення, формування та збереження в конкретних умовах життєдіяльності» [1:

5].

До іншої категорії належать дослідження учених, яким вдалося встановити, що нова дисципліна, яка отримала назву «педагогічна валеологія», виникла з визнанням медичними працівниками і науковим світом незамінної важливості у комплексі якостей, що слугують здоров'ю, такого компоненту, як індивідуальний чинник здоров'я. Так, валеологічне виховання поступово заявляє про себе, як педагогічний вплив, зорієнтований на формування індивідуального здоров'я школяра. Як зазначають дослідники, зокрема Л. Татарникова, предметом валеології є індивідуальне здоров'я, що розглядається як самостійна медико-соціальна категорія, та можливості керування ним. Шкільна валеологія, на її погляд, покликана досліджувати закономірності залучення особистості до процесу самооздоровлення [4].

Отже, фахівці у галузі валеології, які претендують на її розвиток і масштабне впровадження визначають предметом валеології індивідуальне здоров'я, тим самим акцентуючи увагу на наявності самостійного предмету цієї галузі і доводячи її доцільність. Індивідуальне здоров'я вони розуміють як здатність людини самій собі зарадити, допомогти в силу того, що медицина виявляється іноді або повністю безсилою.

Окремі учені (О. Ващенко, С. Кондратюк) вказують, що для гармонійного розвитку молодші школярі мають бути обов'язково ознайомлені з системою природних факторів, що впливають на здоров'я (повітря, вода, сонце, ґрунт, рослини), особливостями природи, таких як ритмічність природних процесів (зміна дня і ночі, пір року) та організму людини (зміна активності й відпочинку, ритмічна робота серця, легень, шлунково-кишкового тракту та інших внутрішніх органів), залежністю стану здоров'я від повсякденного способу життя та ін.

Частина науковців вважає, що на сьогодні головним постулатом виховання валеологічних відносин людини і довкілля, людини і природи, універсумом виступає створення нової, не насильної, екозберігальної ідеології та світоорієнтації людини і суспільства..

Здоров'я людини передбачає не лише її резистентні можливості, а й сукупність повноцінних проявів у різноманітних видах діяльності. Це твердження розвивається далі (Цюпак Ю.) та доводиться, що валеологічне виховання має бути спрямоване не лише на показ шляхів самовиявлення, підготовки себе до здорового способу життя, а бути охарактеризовано підготовкою до позитивно забарвленого самовиявлення.

У ряді досліджень здоров'я часто визначається, передусім, через пристосованість до впливу оточення, здатність реагувати, змінюватися,

адаптуватися, протидіяти тощо. Звідси валеологічне виховання покликане підіймати такі важливі прояви самовизначення особистості, як її взаємодія з природою і довкіллям.

Валеологічне виховання також визначається як соціально-педагогічний вплив, передбачений створенням умов для відповідності кожного громадянина суспільним і виробничим стандартам здоров'я. Взаємодія людини і соціуму не менш позначається на здоров'ї, саме тому, за словами І. Сушевої, все більше утверджується точка зору, згідно з якою здоров'я визначається взаємодією біологічних і соціальних факторів, тобто зовнішні впливи опосередковуються особливостями функцій організму та його регуляторною системою.

Учені (Л. Сущенко, І. Сушева та ін.) переконані, що у процесі валеологічного виховання найважливішим є акцент на відповідність вимогам соціального середовища, доведення організму або підтримка його у такому стані, який забезпечуватиме повноцінне й ефективне виконання соціальних функцій. Саме тому активно здійснюються пошуки нових соціальних технологій і способів забезпечення необхідного рівня здорового розвитку людини, розвиваються напрями оптимізації способу життя та соціальної поведінки, активізуються оздоровчі системи та програми.

Валеологічне виховання у своїй сутності передбачає урахування багатьох факторів: рівня розвитку суспільної свідомості, стану медичного забезпечення, компетентності соціальних і освітніх працівників, а також готовності самих учнів до саморозвитку та збереження.

Валеологічне виховання у нашій країні, було запроваджено як обов'язкове з введенням такої дисципліни, як власне валеологія. Початок валеологічного виховання можна визначати як суто сімейним його забезпеченням, охоплюючи дошкільне, надалі шкільне, професійне та соціально-виробниче втручання (різні періоди розвитку особистості вимагають різних підходів).

Валеологічне виховання молодших школярів як сучасна педагогічна потреба є актуальним, передусім, у зв'язку з психологічними і фізичними особливостями даного вікового періоду. Відомим є той факт, що здоров'я, закладене у дитинстві, визначає здоров'я у старші періоди життя людини, те саме можна сказати і про виховання ставлення до нього, систему пріоритетів і переконань особистості.

У такому руслі валеологічне виховання передбачає формування ряду усвідомлень себе, свого призначення, цінностей здорової поведінки тощо. Узагальнюючи аналіз наукової літератури з досліджуваного питання, ми виділили наступні підходи до визначення сутності валеологічного

виховання, що зобразили за допомогою схеми (Схема 1).

На нашу думку, валеологічне виховання має будуватися на ідеї формування індивідуального здоров'я особистості, однак також враховувати існування соціального здоров'я – як такого, що генерує усі запоруки розвитку суспільства, і є таким як загальна характеристика здоров'я його членів, космічне здоров'я, етнічне здоров'я, сімейне здоров'я.

Валеологічне виховання як педагогічний вплив, що здійснюється з метою позитивного насичення життєдіяльності школяра шляхом розкриття його фізичних можливостей, займає ту нішу виховних впливів, яка створена на протидію усвідомленню турботам про здоров'я і у випадку негативних його проявів, або можливих загроз захворювань тощо, тобто, коли йдеться про застосування форм валеологічного впливу з метою усунення існуючих ризиків.

У даному випадку валеологічне виховання представляє собою процес, спрямований на створення морально-психологічної рівноваги, через визначення людиною свого місця у світі, усвідомлення нею сутності власного щастя, від чого воно залежить, своїх особистісних особливостей, ознак конституції, властивостей розвитку, творчої самореалізації.

Валеологічне виховання, що здійснюється у системі екологічного простору з метою збереження гармонійної єдності людини і природи, носить глибоко філософське підґрунття: взаємодію людини з довкіллям, людина в універсумі, гармонія і одноосібність людини і природи тощо.

Валеологічне виховання, що здійснюється у процесі впровадження досягнень медичних працівників у систему шкільної профілактики захворюваності має досить широке розповсюдження. Особливо простежується у тих випадках, коли вчителі вважають, що введення валеологічної освіти безпосередньо до навчального процесу певною мірою перекладає обов'язки працівників медичних кабінетів школи на педагогів.

Валеологічне виховання має ураховувати взаємодіючий процес, від якого залежить здоров'я людини і нації – суспільство та індивід, суспільне життя. У педагогічних дослідженнях останніх років широко виділяють серед компонентів здоров'я суспільний та індивідуальний.

Валеологічне виховання має навчати людину використовувати своє здоров'я та примножувати за певними законами, що існують як у соціумі, етносі, у природі, так і у свідомості самої особистості.

Таким чином, ми визначаємо валеологічне виховання як процес педагогічного впливу на школяра з метою створення культури індивідуального здоров'я та організації шкільного середовища, в якому учні могли б реалізувати свою валеологічну компетентність.

ЛІТЕРАТУРА

1. Вайнер Э.Н. Валеология: Учеб. для вузов. – М.: Флинта, 2001. – 414 с.
2. Ващенко Олена. Здоровий спосіб життя – важливий чинник виховання особистості: теоретико-методологічний аспект. // Початкова школа. – №4 – 2004. – С. 48-50.
3. Пясецька Н.А. Формування валеологічної культури майбутніх учителів у вищих закладах освіти І-ІІ рівнів акредитації: Автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / Київський національний ун-т ім. Тараса Шевченка. – К., 2004. – 20 с.
4. Татарникова Л.Г. Педагогическая валеология: Генезис. – Тенденции развития. – СПб., РЕТРОС, 1995. – 348 с.
5. Сущева І.В. Формування здорового способу життя гімназистів 1-3 класів у навчально-виховному процесі: Автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.07 / Інститут проблем виховання АПН України. – К., 2003. – 19 с.

ФИЛИППЬЕВА О.А.

ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ: СУЩНОСТЬ ПРОБЛЕМЫ

В статье автор рассматривает актуальные вопросы валеологического воспитания младших школьников, определяет сущность проблемы валеологического воспитания, как педагогического влияния, ориентированного на формирование индивидуального здоровья школьника, подаёт основные подходы к определению сущности валеологического воспитания младших школьников.

Ключевые слова: валеологическое воспитание, индивидуальное здоровье школьника, культура индивидуального здоровья, младшие школьники, сохранение здоровья.

FILIPPYEVA OL'GA ANATOL'EVNA

VALEOLOGICAL EDUCATION OF PRIMARY SCHOOL LPUPILS: THE POINT OF THE PROBLEM

The problems of valeological education of primary school pupils are analyzed in the article. The main methods of pedagogical valeology, as a new branch of pedagogical science, are described in the terms of preserving and strengthening primary school pupils' health and acquiring adequate knowledge by primary school teachers.

Key words: health preserving, individual health of pupils, individual health's culture, valeological education, primary school pupils.