

Педагогічні працівники досить об'єктивно поставилися до оцінки (за 5-бальною шкалою) свого навчального закладу згідно з вимогами "Школи сприяння здоров'ю" та оцінили на "5" балів – 13%, на "4" бали – 64%, на "3" бали – 17%, на "2" бали – 3%. Проте до 3% респондентів не змогли оцінити діяльність школи тому, що робота в цьому напрямку тільки розпочалася.

Серед основних проблем навчальних закладів, які найчастіше виникають, були названі такі: відсутність необхідної науково-методичної літератури; недостатня кількість підручників та наочності з даного напрямку; слабка матеріально-технічна, спортивна база; незабезпеченість кадрами з викладання навчальних предметів "Фізична культура", "Валеологія", "Основи безпеки життєдіяльності" тощо; відсутність у школах медичних сестер, психологів, соціальних педагогів; несвоєчасність проходження вчителями курсів підвищення кваліфікації

У той же час, заступники директорів навчальних закладів від районних (міських) відділів (управлінь) освіти та методичних (інформаційно-методичних) кабінетів, Харківського обласного науково-методичного інституту безперервної освіти очікують на таку допомогу: забезпечення науково-методичною літературою, покращення стану матеріально-технічної бази, можливість одержувати узагальнені рекомендації з досвіду роботи вчителів та педагогічних колективів щодо формування основ здорового способу життя учнів, ефективних й науково перевірених шляхів створення навчальних закладів – шкіл сприяння здоров'ю. Особливо їх хвилює відсутність науково обґрунтованих та практично перевірених рекомендацій з питань створення системи роботи педагогічних колективів щодо розв'язання даної проблеми.

Таким чином, слід зробити висновок, що успішне досягнення визначеної мети можливе тільки при розробці методичного підходу до розв'язання вищезазначеної проблеми; комплексній, узгодженій роботі батьків, педагогів, лікарів, юристів і соціологів, державних установ та громадських організацій і реалізовано шляхом оптимізації підготовки педагогічних колективів навчальних закладів до цієї роботи.

ЛІТЕРАТУРА

1. Актуальні проблеми здоров'я та освіти дітей на початку 21 століття: Матеріали окремих доповідей та виступів спільної сесії Академії медичних наук України та Академії педагогічних наук України // Педагогічна газета. – 2001. – №8.
2. Здоров'я дітей – здоров'я нації: Думки, ідеї, пропозиції вчених-педагогів // Директор школи, ліцею, гімназії. – 2002. – №4. – С. 9-38.
3. Здоров'я дитина – запорука здоров'я нації // Директор школи. – 2002. – №39-40.
4. Савченко О. Реалізація оздоровчої функції шкільної освіти // Директор школи, ліцею, гімназії. – 2002. – №4. – С. 11-18.
4. Система активного формування здоров'я дітей і підлітків в умовах загальноосвітнього навчального закладу. Методичні рекомендації./ Г.М. Даниленко, С.М. Цилюрик, Л.І. Пономарьова та ін. – Харків: Інститут охорони здоров'я дітей і підлітків АМН України, 2002. – 24 с.

Г.Д. ГАЛАЙТАТИЙ

СТАН РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ВИКЛАДАЧІВ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ М. ЛЬВОВА

У роботі акцентується увага на проблемних питаннях фізичної культури та працездатності викладачів закладів освіти. Аналізуються причини розбіжностей рівня рухової активності викладачів у деяких розвинутих країнах.

В работе акцентируется внимание на проблемных вопросах физической культуры и работоспособности преподавателей учебных заведений. Анализируются причины различий двигательной активности преподавателей в некоторых развитых странах.

Attention on the problem questions of physical culture of teachers of educational establishments is accented in work. Causes of distinctions of level of motive activity of teachers are analysed in some developed countries.

Протягом 2003 – 2004 років групою фахівців фізичного виховання ЛДФЕІ вивчається рівень фізичної підготовленості та працездатності викладачів закладів освіти м. Львова.

Аналізується стан питання за літературними джерелами, вивчаються дані системного вивчення, статистично опрацьовуються показники лабораторних досліджень. Результати постійно публікуються в матеріалах наукових конференцій.

За даними вибірки (викладачі до 35 років, 177 чол.) встановлено значні порушення

фізіологічних норм розподілу часу на фізичні та розумові навантаження, норм харчування, регламентації рухових режимів у 76 % респондентів.

Водночас виявлено, що загальноосвітній і культурний рівень наших викладачів є достатній для розуміння, що людина повинна перебувати в гармонії із собою та зовнішнім світом, існувати в структурі світобудови, бути фізично досконалою, оптимістично мислячою, активізувати резервні можливості головного мозку, підтримувати імунітет, прагнути духовної досконалості.

Встановлено ряд причин, чому рухова активність цих викладачів системно не регламентується, хоча саме вони є прикладом для своїх вихованців практично у всьому, в т.ч. і за рівнем фізичної культури.

Спортивні зали в закладах освіти недостатньо обладнані, взимку погано опалюються. Бракує кімнат для переодягання, практично відсутні душові. Нами встановлено також, що пересічний вчитель не може дозволити придбати собі навіть належний спортивний одяг, не може подолати накопичений бар'єр сприймання своєї вже нестандартної фігури, та багато іншого. Але головна причина полягає в тому, що цим питанням не приділяється належної уваги на державному рівні.

За даними літератури нами встановлено, що вчителі навчальних закладів Японії і Канади, які 2-3 рази на тиждень по дві години приділяють фізичним вправам, хворіють у 5-7 разів менше. Водночас відомо, що у цих країнах біля 20% постійно знаходяться у стані захворювань на ГРЗ, або у стані одужання. Так, за статистикою МОЗ України (для порівняння) до 65-70 - ти років доживають 10 % викладачів. В Канаді ця цифра коливається в межах 90 %.

Як приклад, наводимо перелік статутних положень окремих навчальних закладів Канади – за що можна звільнити вчителя з роботи:

- 1.- За приниження національної гідності учня.
- 2.- За нанесення фізичного насильства учневі – рукоприкладство.
- 3.- За невідвідування вчителем спортивних залів.

Пояснюється це тим, що зберегти здоров'я легше, ніж повертати загублене, платити за лікування, виплачувати заробітну плату тим, хто замінює. Дорого обходиться період ремісії здоров'я вчителя для учнів, для самого навчального процесу. Таким чином профілактика і зміцнення здоров'я дешевші та ефективніші в покращенні якості життя, ніж лікування.

За рекомендаціями ВООЗ для того, щоб здоров'я нації знаходилося на задовільному рівні, необхідно виділяти на охорону здоров'я 3% національного доходу, на доброму рівні - 4%, на відмінному-5%. На Україні закладається тільки 2%, але реально виділяється ще менше.

Загальновідомо також, що наше здоров'я на 20% залежить від можливостей сучасної медицини і на 80% - від власних зусиль, вміння надати собі допомогу у критичній ситуації, а також від профілактичних заходів. Вважається що у цілому світі серед працівників освіти тільки 10% практично здорових людей (за даними дослідження Міжнародної асоціації здоров'я, 1999р.). Статистика Міжнародної Асоціації лікарів висвітлює, що тільки ГРЗ забирають у викладача від 10-ти до 30-ти % творчого часу. До 70-ти відсотків відхилень у здоров'ї вчителів є психосоматичними. До перерахованих вище слід додати виразку шлунку та дванадцятипалої кишки, цукровий діабет, сексуальні розлади. Кожний третій вчитель палить. Неврози різного характеру і ступеню, гіпертонія, тромбози, зайва вага, остеохондроз - професійні захворювання викладачів, причиною яких є гіподинамія.

Здоровий спосіб життя став національною ідеєю в розвинутих країнах. Так, канадські вчені провели тестування 38000 мешканців Торонто і теж прийшли до сумних висновків: тучні люди переважно мають інтелект нижчий, ніж худі, в них постійно погіршуються показники кардіограми, зростає тиск, зменшується швидкість розумових операцій, знижується якість мислення. Водночас наводяться дані про 13,3 тисяч людей, які протягом року повністювилікувались тільки за рахунок спеціальних фізичних вправ для очей, витрачаючи усього по 30-50 хв. на добу

Як показали наші опитування, більшість вчителів знають, що фізичні вправи – головна умова зміцнення здоров'я, що активний рух дозволяє тримати м'язи у стабільно міцному стані, а значить, не боятись багатьох захворювань опорно-рухової системи. Знають, що фізичні вправи, і навіть прості прогулянки сприяють більш повному кровонаповненню всіх судин. Зменшується вага, а значить, і ризик атеросклерозу. Серце працює в оптимальному режимі, фізична активність зменшує серцево-судинні захворювання, люди менше страждають психічними розладами. Фізична активність дозволяє збільшити тривалість життя, а значить, і працездатність. Але ступінь реалізації цих знань надзвичайно низький.

Це краще розуміють у розвинутих країнах, і тому успішний розвиток масової фізичної культури на Заході пов'язаний з діяльністю спортивних клубів. За офіційними статистичними

даний на 200 чоловік у Канаді та Швейцарії припадає 1 сучасний спортивний фітнес – клуб, в Люксембурзі – один клуб на 250 чоловік, в Англії – на 380, в Данії - на 500 чоловік, в Австрії – на 500, а вже в Угорщині 1 на 3000, у Литві – 8500, в Польщі – на 19000, в Болгарії на 130000. За нашими даними Львові є тільки один клуб відповідного профілю - “Гранд-Софія”.

Отже проблема посилення рухової активності викладачів є однією з передумов до соціальних і економічних перетворень і повинна стати предметом глибоких наукових досліджень, як на Львівщині, так і в цілому в нашій державі.

ЛІТЕРАТУРА

1. Державна національна програма “Освіта”(“Україна ХХІ століття”). – Київ, 1994.
2. Костюк Г.С. Навчально – виховний процес і психічний розвиток особистості./ За ред. Л.М. Прокопенко. – Київ, 1989
3. Про основні напрямки реформування вищої освіти в Україні/ Указ президента України від 12 вересня 1995 р.// Урядовий кур’єр, 1995.
4. Головина Е.И, Панина А.В. Психология человеческого взаимопонимания. – К.:1980.-187с.
5. Ромашова Т.Н., Сердечный В.В. Физическая подготовленность абитуриентов вуза: результаты исследований и градация уровней их трудоспособности.//Актуальні проблеми фізичного виховання у вузі. – Донецьк, 2001. – С.135-136
6. Смирнова О.Л. Оцінка аеробної продуктивності у процесі занять фізичною культурою. Автореферат дисертації кандидата медичних наук. – Дніпропетровськ,1998. – 16 с.
7. Шигалевский В.В., Андрющук А.А. Компьютерные технологии оценки физического состояния и физической подготовленности молодежи. Монография. – Луганск: Изд-во Восточноукр. гос.ун-та,1999. – 160 с.

Т.П. ДЕМЕНТЬЄВА

РОЛЬ РОДИННОГО ВИХОВАННЯ В ЗБЕРЕЖЕННІ НАВКОЛИШНЬОГО СЕРЕДОВИЩА

Однією з актуальних задач по збереженню навколишнього середовища та здоров'я населення України є свідоме ставлення і культура поводження з відходами, проблеми раціонального збору сміття в побутових умовах. А тому, важливе значення у вихованні підростаючого покоління є родинне виховання.

Одной из актуальных задач по сохранению окружающей среды и здоровья населения Украины является сознательное отношение к проблеме рационального в бытовых условиях. Поэтому большую роль в воспитании подрастающего поколения играет семейное воспитание.

On of the challenging problems concerned environmental protection is conscious attitude to all sorts of wastes, rubbish separating in the home conditions.

That's why family education is of great importance for upbringing of young generation. Ecological culture grows green in youngsters in their families.

So family education is one of the constituents of the environmental protection and health of children.

У концепції екологічної освіти України як елементу концепції гармонійного розвитку держави зазначено, що підготовка громадян з високим рівнем екологічних знань, екологічної свідомості і культури на основі нових критеріїв оцінки взаємовідносин людського суспільства й природи (не насильство, а гармонійне співіснування з нею!) повинна стати одним з головних важелів у вирішенні надзвичайно гострих екологічних і соціально-економічних проблем рідного краю. Однією з актуальних задач по збереженню навколишнього середовища та здоров'я людей є свідоме й культурне поводження з відходами, проблеми роздільного збору сміття в побутових умовах, промисловості, сільському господарстві. А тому важливе значення у вихованні підростаючого покоління є сім'я – батьки, де екологічна культура, свідомість прищеплюються з молоком матері.

Основні конкретні завдання, на які має орієнтуватися сім'я вже з молодшого дошкільного віку, це:

- виховання любові, чуйності, доброзичливості до об'єктів природи;
- виховання потреби у спілкуванні з природою, уміння спостерігати й відчувати її красу та гармонію, прагнення до пізнання природи;
- виховання культури поведінки, відповідальності за свої вчинки в природі;