УДК 371.2:37.03

ІСТОРІЯ СТАНОВЛЕННЯ ПЕДАГОГІЧНОЇ ДУМКИ В НАПРЯМІ ОЗДОРОВЛЕННЯ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ

Юрій МОРОЗ, Андріан ОСТАПОВ

Полтавський національний технічний університет імені Юрія Кондратюка

Анотація. У статті розглянуто історичний аналіз розвитку і становлення педагогічних основ оздоровлення як системи в розрізі розвитку людського суспільства, особливості формування системи збереження здоров'я.

Ключові слова*:* здоров'я, здоровий спосіб життя, оздоровлення, фізичне виховання, фізичний розвиток.

Актуальність. Звернення до оздоровлення учнів стає дуже актуальним сьогодні. Багато вчених, педагогів розглядають цю тему у своїх працях. Проблемою необхідності підвищення рівня культури як складника та характеристики способу життя займаються такі дослідники, як: В. Бабич,

В. Горащук, С. Литвин-Кіндратюк, О. Петрик. Особливості впливу мотивації та настанови на здоровий спосіб життя розглядають І. Брехман, О. Дубогай, В. Оржеховська, О. Петрик. Формуванню усвідомлення важливості здоров'я в ієрархії потреб, навчання здоровому способу життття присвячені праці М. Гриньової, В. Ільченко, С. Кодацької, О. Петрика.

Аналіз сучасних педагогічних і валеологічних джерел показав, що поняття „оздоровлення" переважною більшістю з них трактується як процес поновлення високого рівня життєздатності організму за допомогою специфічних заходів. У нормативних освітніх та адміністративних документах, як правило, йдеться про оздоровлення як одне з завдань діяльності ненавчальних дитячих закладів чи таких, де навчання не є основним (санаторно-курортних). При цьому, як зазначає Г.І. Шутка, основним напрямком діяльності є „активний відпочинок, який здійснюється за допомогою і з використанням фізичних вправ, рухливих і спортивних ігор на суші й на воді, купання й навчання плавання, змагання з різноманітних видів рухової діяльності ", що „мають за мету хоча б частково компенсувати недостатню оздоровчу ефективність шкільної системи фізичного виховання " [12,с. 20]. Таким чином, можемо простежити принаймні три тенденції щодо розуміння цього явища: по-перше, оздоровлення розглядається переважно в його медико-біологічному аспекті; по-друге, до його засобів належать виключно діяльність ігрового та неігрового характеру, що становить собою модифікацію відповідно до умов відпочинку системи фізичного виховання, близької до шкільної; по-третє, шкільні умови протиставляються умовам закладу, основною метою якого є оздоровлення, а отже, підкреслюється непридатність стандартних шкільних умов для виконання оздоровчих завдань. Та й самі ці умови звужуються до „шкільної системи фізичного виховання", яка тим самим теж протиставляється решті навчально-виховного процесу, „неоздоровчого" за своєю сутністю.

Ґрунтуючись на результатах проведеного теоретико-методичного пошуку, власних спостережень, виникла потреба в розширенні поглядів на оздоровлення на основі міркувань, що в застосуванні цього терміна спостерігається двозначність. Характерною для багатьох термінологічних лексем полісемія, коли одним словом називають і процес, і його результат. Результат оздоровчої діяльності нині прийнято невиправдано звужувати до суто фізіологічних параметрів, що, своєю чергою, збіднює уявлення про оздоровлення як процес. Разом з тим у дійсності завдання оздоровлення визначаються нерозривністю розвитку людського організму й особистості. Останнє належить до функцій освітнього закладу, а отже, опосередковано обґрунтовує іманентність оздоровчих завдань для навчально-виховної роботи як однієї з її складових і як запоруки її остаточного успіху.

Мета дослідження: проаналізувати особливості оздоровчих методик розвитку оздоровлення як системи, в історичному розрізі, розвитку людського суспільства.

© Мороз Ю., Остапов А., 2014

Основний матеріал дослідження. Явище, що його нині потрактовують як оздоровлення, зазнало тривалого розвитку і значної трансформації в історії людства. При аналізі історичних джерел і дослідницьких праць бачимо, що підхід до проблеми оздоровлення значною мірою зумовлювали економічні складники, опосередковуючись метою навчання та виховання дитини. Відповідно, у класових суспільствах він був неоднаковим стосовно дітей із різних верств населення, а зміст оздоровчої діяльності того чи іншого закладу часто визначали суб'єктивні фактори.

Так, наприклад, у давній Індії (III тис. до н.е.) освіту могли здобувати лише представники двох вищих каст: брахманів та кшатріїв. При цьому зміст навчання брахманів – майбутніх священнослужителів – зводили переважно до вивчення священних писань, хоча їх залучали й до фізичної роботи в домі свого вчителя. Для кшатріїв – майбутніх військових – було передбачено вивчення математики, поезії, музики, етики, але значне місце відведено володінню зброєю, їзді верхи, танцям і, зокрема, гімнастиці [11,с. 442].

У Давній Греції виокремлюється кілька виховних систем, оскільки вона складалася з розрізнених за традиціями міст – держав. Найбільш відома з цих систем – спартанська, що досягла особливих успіхів у реалізації поставленої перед нею мети – виховання міцного, загартованого, витривалого воїна, здатного самовіддано служити державі, бути її надійним захисником. Проте цей результат був наслідком жорстокого штучного і природного відбору, базувався на створенні умов, у яких слабкий не мав права на існування. Спартанська виховна система виступає в історії одним із найяскравіших прикладів нехтування інтересами (і життям) особистості заради держави, демонструє парадоксальний підхід, коли ідеал виховання молодої людини не заперечував її фізичної загибелі під час самого виховання.

Система виховання в Афінах мала на меті насамперед гармонійно розвинену особистість, базувалася на принципі калокагатії (внутрішньої і зовнішньої досконалості). Як відзначає Г. Жураковський, освіта вільних афінян, зокрема, хлопчиків (дівчатка отримували домашнє виховання) була зорієнтована на естетичний та фізичний розвиток, про призначення якого Платон говорив: „...Дітей посилають до вчителя гімнастики з тим, щоб краще навчити їхнє тіло підкорятися доброчинному розуму, і для того, щоб тілесна слабкість не змусила їх проявляти боягузтво на війні чи в інших обставинах " [6, с. 419]. Загалом же, практицизм цієї системи освіти дуже незначний, що зумовлювалося подальшими життєвими перспективами вихованців (так, зокрема, до програми навчання не вводили жодної практичної дисципліни, вивчення якої дозволило б надалі заробляти на хліб).

Наскільки в аристократичній системі освіти Давньої Греції зневажали практицизм, настільки ж культивували його в подальших, більш демократичних системах освіти Західної Європи та Америки. Піклування про фізичний аспект розвитку дитини „з народу" в більшості відомих освітніх структур тут означало, найперше, піклування про її працездатність у майбутньому. При цьому оздоровчі завдання сприймали як другорядні, підпорядковані виховній меті, а засоби були досить суворими, особливо в закладах виховного (соціально-реабілітаційного) спрямування. Загалом же, ідея демократизації освіти найбільш помітна в епоху Відродження та Реформації. На початку XVI ст. Т. Мор створив „Золоту книгу про найкращий лад і про новий острів Утопія", де обстоював назрілу на той час необхідність надання всім громадянам освіти за сприяння держави. Т. Мор наголошував:" Поруч із вивченням математики, природознавства, астрономії, музики тощо велику увагу потрібно приділяти гімнастичним вправам, праці на свіжому повітрі, що складає стрижень фізичного виховання".

У релігійних системах виховання того часу спостерігається цікаве протистояння. Так, засновник протестантизму М. Лютер (1483–1546) ратував за обов'язкове, контрольоване державою початкове навчання для всього населення [11, с. 456]. І хоча він розглядав початкову школу насамперед як осередок релігійного виховання, проте поряд із вивченням Закону Божого і церковних співів передбачав опанування лічби, письма, читання тощо. Паралельно з цим було введено і фізичне виховання як необхідний складник виховної системи, зокрема, у школах „підвищеного типу". Водночас, наприклад, середні школи-колегіуми, створювані в католицьких країнах орденом єзуїтів, призначалися лише для дітей феодальної знаті й мали за освітній пріоритет розумовий розвиток та релігійне виховання.

Утім, вузькокласові підходи до освіти та виховання також простежуємо в роботах світських філософів і педагогів, зокрема, у пізніший період – у Дж. Локка. Виступаючи проти шкільної освіти, він сформулював і обстоював систему виховання джентльмена, що містила виховання „тіла, характеру й розуму" [11, с. 462]. Фізичне загартування, здатність стійко зносити незгоди й нестатки розглядали як одну з найвищих чеснот „ділової людини", що виховувалась цією системою, і справила значний вплив на розвиток європейської педагогіки.

Проте у вітчизняній практиці ідеї фізичного розвитку дитини тоді визначила, насамперед, так звана козацька педагогіка. Її ідеалом виступала вільна, незламна у своїх прагненнях людина, патріот, захисник свого народу. Відповідно, головним завданням було – готувати фізично загартованих, здорових, мужніх воїнів, яким водночас притаманні моральність і милосердя, лицарські якості. Відомо, що в січових школах, куди хлопчиків віддавали з 9 років, ієромонах як головний учитель, окрім наставництва, мав піклуватися і про здоров'я вихованців [11, с. 488].

У різні часи вітчизняна школа то виокремлювала фізичне виховання в самостійний напрямок педагогічної діяльності, то розглядала як прийнятніші більш природні шляхи оздоровлення. Проте, аналізуючи погляди вітчизняних педагогів за останні два століття, прослідковується думка про те, що забезпечення фізичного здоров'я вихованців вони уявляли і як соціальну, і як особисту цінність; більшість прогресивних діячів у галузі освіти вважали його безумовним завданням діяльності педагога та школи в цілому.

Так, П.Ф. Лесгафт (1837–1909), відомий у педагогічній науці як творець оригінальної системи фізичного виховання, органічно пов'язував його з вихованням розумовим, моральним, естетичним, трудовим, широко застосовуючи при цьому теорію психофізичного монізму, засновану на впевненості в нероздільності і взаємозумовленості розумового та фізичного розвитку. Він обстоював принципи послідовності й поступовості фізичного розвитку, а також „закон гармонії", дотримання якого дає змогу людському організмові „вдосконалюватися і здійснювати якнайбільшу роботу при якнайменші траті матеріалу і сили" [8, с. 304]. Аналізуючи попередній педагогічний досвід фізичного виховання, учений констатував, що на той час більшість дослідників або обминали увагою фізичний розвиток, або надто поверхнево перелічували його прийоми, без будь – якої системи. Щодо цього П.Ф. Лесгафт стверджував, що єдиною дійсно послідовною та цілісною школою, де питанням розумового і фізичного розвитку приділяли однаково значну увагу, є лише класична грецька школа, а пізніші спроби – хаотичні та несвідомі. Учений цитує вислів Ж.-Ж. Руссо: "найбільша таємниця виховання полягає в тому, щоб розумові і фізичні вправи слугували відпочинком одна для одної". Саме цю ідею, розвинену П.Ф. Лесгафтом у працях і підтверджену цілою низкою роздумів, можна вважати не лише однією з найважливіших у його педагогічній системі, а й такою, що відображає досить актуальну нині проблему оздоровлення школярів так само вагому, як і 150 років тому. Він обстоював необхідність привчати дитину „діяти доцільно", стверджуючи, що освіта повинна дати дитині вміння свідомого ставлення до своєї фізичної активності, аналітичного підходу до організації фізичних і розумових навантажень з тим, щоб будь – яка діяльність відбувалася „вишукано й енергійно" [8, с. 308-309].

Аналізуючи історико – педагогічний контекст діяльності П.Ф. Лесгафта, можна стверджувати: саме він заклав засади системного підходу до управління фізичним розвитком дитини під час навчання. Проте цікаві міркування, настанови є і в роботах інших видатних педагогів цього періоду. Зокрема, наш співвітчизник О. Духнович (1803–1865) писав у 1857р.: „Вправляння тілесних сил є вельми корисне й потрібне... у благоустрої бо у тіла юних здоров'я старих основується, адже через вправу тіло зміцнюється і більш здібне буває до праці, і сильніше на всякий несподіваний випадок стихій природних; далі твердість тіла в молодості є напуття до старості..." [5, с. 207].

О. Духнович – прибічник практичного підходу до вибору здоров'язміцнювальних засобів. До них він відносив, насамперед, землеробську працю, оскільки „землеробство для людини є природна справа, воно... силу зміцнює, розум розвиває, також користь дає людині. Для того також потрібним є, щоб повсюди до школи належала велика загорода (город) або сад, у якому діти могли б забавлятися і в науці правильного землеробства вправлятися..." [5, с. 208]

Слід зазначити, що для вітчизняної практики характерний також розгляд фізичної праці як необхідного виховного чинника, своєрідної перестороги на шляху формування хибних рис особистості, таких, як безвідповідальність, легкодухість, розпуста, брехливість тощо. Так, наприклад, педагог і дитяча письменниця Єлизавета Миколаївна Водовозова, обстоюючи ідею гармонізації виховних впливів, пропагувала згубність безділля, вважаючи, що „труд і звичка до нього з раннього дитинства, інтерес до оточення необхідні для здоров'я, щастя і для підтримки гідності кожного", проте свою місію він виконує лише при дотриманні певних умов, а саме: бути різноманітним і чергуватися з відпочинком [2, с. 377].

Осмислюючи підходи до навчання та виховання дітей у Росії і Західній Європі впродовж останніх століть, В. Шпак, зокрема, відзначає, що наприкінці XIX ст. у більшості європейських країн набула гостроти проблема безпосереднього оздоровлення. Лікарські обстеження засвідчили у школах значну кількість астенічних дітей. Так, проведене 1885 року в Швеції дослідження стану здоров'я 18149 учнів початкових і середніх навчальних закладів виявило з-поміж них понад 37% хворих хлопчиків і 61% хворих дівчаток. Такі результати отримали також учені інших країн, у тому числі й Росії, що спричинило інтенсивний пошук адекватних засобів подолання проблеми. Увагу педагогів також привернули й дослідження щодо взаємозалежності асенізації і результативності навчальної діяльності дітей.

Саме в цей час, 1873 року, в Росії відкрили літні дитячі колонії, що було першим кроком із розмежування суто навчально-виховних та оздоровчих дитячих закладів. Проте і для освітніх закладів розробляли відповідні рекомендації, у педагогічний процес було „уведено як обов'язкові гімнастика, ігри, організація прогулянок ".

Зміна соціальної ситуації в післякріпосницькій Росії відобразилася і на педагогічних поглядах, що домінували в суспільстві, межі між класами стали менш чіткі; набула популярності ідея самоцінності дитячої особистості, необхідності бережного до неї ставлення. Виокремлення в кінці XIX ст. психології в самостійну науку, що відбулося, дозволяло аналізувати цю особистість більш повно, звертаючи увагу не лише на зовнішні форми поведінки, а й на її фізіологічні передумови. Розширилося й розуміння здоров'язберігального впливу педагога на дитину.

Ідею нероздільності „ розвитку фізичних і духовних сил " відстоював уродженець України, знаний педагог кінця XIX – початку XXст. М. Демков (1859–1939). „...Не можна заперечувати закону розвитку тіла й духу, не можна заперечувати, що це є основним законом життя..." [4, с. 449]. У роботі „Педагогічні правила і закони ", написаній для педагогічного просвітництва й адресованій, насамперед, величезній кількості народних учителів, що не мали глибокої і якісної професійної освіти, вчений наводить низку законів, виділяючи їх „із купи емпіричних правил" і бажаючи таким чином „дати більш міцні точки опори науковій системі виховання, яка все ще досі є справою майбутнього" [4, с. 451].

В. Вахтеров (1853–1924), порівнюючи „стару педагогіку" з новітніми, прогресивними тенденціями в цій галузі, також значну увагу приділяв фізичним аспектам навчальної діяльності, зокрема, активності учнів, проте здебільшого з точки зору гармонізації фізичного й розумового потенціалу, пояснення природної сутності процесу навчання. У його „Основах нової педагогіки" (1913) знаходимо пристрасну пропаганду такої навчально-виховної системи, яка б не відривала дитину від природи, розвивала цей взаємозв'язок найрізноманітнішими засобами. Одним із таких засобів названо екскурсію; даючи унікальні за глибиною та різнобічністю настанови щодо її організації, високо поціновуючи природознавчий та вітчизнознавчий потенціал, значення для підтримання оптимальних міжособистісних взаємин вчителя з учнями, В. Вахтеров не оминає і такого аспекту як запозичення від природи „життєвих сил" [1, с. 545]. У більш пізній роботі „Матеріали щодо реформи середньої школи" (1915), зокрема, в розділі „Записка про постановку фізичного виховання в середній школі", педагог „деякі види" екскурсій вважає різновидом фізичних вправ поряд із спортом, рухливими іграми, ручною працею тощо [1, с. 552–553]. Він також підкреслює нерозривність фізичного й тілесного виховання, вбачаючи наслідком правильного фізичного виховання „розвиток тих тілесних якостей, які утворюють життєздатний характер людини і громадянина, а саме: бадьорість, життєрадісний настрій, мужність, безстрашність, рішучість, енергія, активна воля, надзвичайна

уважність, винахідливість, витримка у праці, вміння допомогти собі та іншим і внутрішня дисципліна навіть у іграх" [1, с. 552-553].

Поступово спостерігаємо ще одну істотну тенденцію: засобом фізичного розвитку дедалі частіше називають ігри. Відомо, що ще П.Ф. Лесгафт надавав їм великого значення, вважаючи гру вправою, за допомогою якої дитина готується до життя [8, с. 302-309].

Російський медик і педагог Є.А Покровський (1834-1895) одним з перших у Росії почав пропагувати дитячі ігри як засіб профілактики і лікування багатьох хвороб. Рухливі ігри та розваги він уважав важливим засобом загального, фізичного й розумового розвитку дітей. Покровський відзначав: гра в дитячому віці – явище об'єктивне, таке, що його не можна дозволити чи не дозволити, „вона є вираженням потреби людського організму в діяльності". При цьому, „викликаючи дитину на різноманітні рухи і напруження духу і тіла, зрозуміло, посильні, гра тим самим значно сприяє розвитку і зміцненню фізичних і духовних сил його..." [9, с. 281]. Зазначаючи, що „іграми можна користуватися з величезним успіхом правильно і методично в педагогіці для досягнення найрізноманітніших завдань", як-от вивчення назв і властивостей різних предметів, розвиток окоміру, корекція поведінки, Покровський наголошував, що „наука наша повинна спрямовувати з дитинства людину до тих шляхів, на яких організм кожної особи, як і суспільства в цілому, користувався б найкращим здоров'ям. Для забезпечення цього положення перше, що потрібно, – це міцність сил і непорушність здоров'я. Але як досягнути цього? Шляхом поступового зміцнення організму з раннього віку, а один із найліпших, найвірогідніших і найприємніших засобів для цього в ранньому віці – дитячі ігри" [9, с. 282].

Проте лише в пореволюційний період спостерігаємо розуміння гри як засобу оздоровлення, якому відведено значне місце у шкільному та повсякденному житті дитини.

Загалом можна констатувати, що на кінець XIX століття у вітчизняній педагогіці склалися усталені підходи до оздоровлення дітей, які відображали загальноєвропейський досвід у його багатовіковому розвитку. Аналіз цих підходів показав наявність двох взаємопов'язаних напрямків – прагматичного (зумовленого насамперед інтересами суспільства чи держави) та особистісно-розвивального (зумовленого, пердусім, інтересами окремо взятої особистості). Ці підходи – взаємодоповнювальні, такі, що враховують об'єктивні зв'язки між людиною і суспільством і простежуються у вітчизняній практиці до сьогодні.

Аналізуючи системи оздоровлення, котрі створювалися в радянському та пострадянському просторі за останні десятиліття, можна відзначити прагнення їх творців до інтеграції, відмови від абсолютизації гри, умовності в організації оздоровчої діяльності. Особливо це стосується сільських шкіл, де саме повсякденне життя школярів диктувало пріоритетні форми оздоровчої діяльності. У школі О. Захаренка, наприклад, ідею „середовищного підходу" проголошували однією з провідних. Її сенс саме й полягав у тому, що виховні завдання визначали, ґрунтуючись на потребах оточення. Проте загальні напрямки виховання знайшли відображення в системі виховних центрів, що виступали організаторами життя і творчості школярів різного віку. Таких центрів було кілька, і, оскільки мова саме про систему, перелічимо їх усі: власне шкільна будівля з її архітектурними та інтер'єрними складниками; шкільний двір з доріжками, клумбами, фонтаном, зеленими куточками класів, лавками для відпочинку; краєзнавчий музей, що відображає історію рідного села; шкільна обсерваторія; шкільна теплиця, де вирощували овочі для шкільної їдальні, розсаду для колгоспу, а також квіти; нарешті, центр здоров'я: зимовий та літній басейни і цілющий туєвий гайок [3, с. 42–43]. У Сахнівській школі основою оздоровлення слід вважати не якісь певні форми діяльності учнів чи адміністративні заходи, а органічне залучення дитини до різноманітного і багато в чому цілком серйозного, „дорослого" життя. Цікаво, що рушієм такого залучення О. Захаренко вважав емоційну насиченість діяльності, чого б вона не стосувалася. Естетизація середовища, забарвлення повсякденності грою, гумором, романтикою розглядав як обов'язкову умову ефективного виховного впливу, в тому числі оздоровчого.

Психологічний семінар, що функціонував у Павлиській школі, якою керував В. Сухомлинський, також постійно торкався проблем здоров'я учнів. Тут обговорювали питання

„Здоров'я і духовне життя дитини", „Режим праці і відпочинку", „Харчування і здоров'я дитини", „Запобігання захворюванням серця", „Слух і зір дитини" тощо. Про стан здоров'я дітей, які вступили до 1 класу, педагогічній раді доповідав лікар. За дітьми, в яких були виявлені слабкість серцево-судинної системи, дихальних шляхів, порушення обміну речовин, неврози, встановили постійний нагляд. „Ми стараємося запобігти розвиткові хвороби, зміцнити захисні сили організму: разом з батьками дитини ми встановлюємо для неї режим праці й відпочинку, режим харчування", – писав Сухомлинський у книзі „Павлиська середня школа" [10, с. 126].

Наприкінці 80-х рр. набув визнання досвід оздоровчої роботи в Зорінській школі Курської області Росії, директором якої був на той час Б.О. Полянський. Специфіка цього закладу полягала в тому, що навчалися там діти з семи довколишніх сіл, яких уранці привозили автобусом до школи, а ввечері – додому. Режим школи передбачав перебування в ній учнів із восьмої до вісімнадцятої години. Усі школярі залучені в цілорічну продуктивну працю та заняття спортом під керівництвом тренерів. Девіз школи говорив сам за себе: „Праця, здоровий спосіб життя". До структури виховної системи входили колектив загальноосвітньої школи з класами і групами подовженого дня, спортивний комплекс ДЮСШ, колектив учнівської виробничої бригади, профільні об'єднання за інтересами, групи вільного спілкування.

В умовах сьогодення в Україні відзначаємо розширення кола аспектів оздоровчої діяльності. Вивчивши публікації журналу „Початкова школа" за останні 5 років, можна помітити, що найбільш інтенсивно пропагувалася оздоровча діяльність міських шкіл (імовірно, це пов'язано з проблемами публікації матеріалів), причому дедалі частіше йдеться про медичні та валеологічні аспекти оздоровлення.

Так, система оздоровчої роботи, створена, починаючи з 2002 р., в ЗНВК № 23 м. Запоріжжя на основі реалізації експериментального проекту „Школа розвитку і здоров'я", передбачає співробітництво педагогів, медичних працівників, психолога, логопеда, вчителів фізкультури та ЛФК; співпрацю з Гуманітарним університетом та обласним інститутом післядипломної педагогічної освіти, зокрема кафедрою реабілітаційної педагогіки та здорового способу життя. Пріоритетний напрямок оздоровчої роботи – прагнення забезпечити гармонійне поєднання фізичного, психічного, соціального й духовного здоров'я, оскільки всі ці складники розглядаються як взаємопов'язані сторони загального здоров'я.

Істотною особливістю створеної системи є моніторинг здоров'я школярів засобами поглибленого медичного діагностичного огляду, що дозволяють оцінити індивідуальні особливості розвитку дитини, ефективність застосованих щодо неї оздоровчих заходів. З-поміж останніх: вживання кисневих коктейлів, масаж, аероіонотерапія, вітамінотерапія, фіто- та аромотерапія, методика ендогенного дихання.

Наступним компонентом системи є діяльність педагогів, для якої характерне впровадження інноваційних педагогічних та здоров'язберігальних технологій, застосування пальчикової гімнастики, гімнастики для очей, дихальних вправ тощо.

Організацію режиму дня теж розглядають як вагому оздоровчу проблему. Уранці діти роблять гімнастику під музичний супровід, далі, впродовж дня, передбачені прогулянки на свіжому повітрі та години здоров'я.

Нестандартними, цікавими є заняття з ЛФК, де діти, поділені на групи відповідно до медичних показників, виконують вправи під керівництвом спеціаліста, отримують індивідуальні рекомендації.

Важливий момент – випуск стіннівки та радіогазети, що, залучаючи учнів у творчу діяльність, слугують трибуною учнівської громадськості в обговоренні питань здоров'язберігальної діяльності.

Нарешті школа не обмежується лише роботою з учнями. Просвітництво поміж батьків, залучення їх до різноманітних заходів сприяє формуванню навколо дитини широкого оздоровчого середовища, надає логічного завершення оздоровчій роботі зі школярами.

Учені давно довели, що потребу в русі зумовлюють закономірності нормального розвитку організму. Інакше кажучи, рух – неодмінна умова зміцнення здоров'я, формування пра-

вильної постави й оволодіння основними руховими навичками. Науковими дослідженнями переконливо доведено, що люди, які систематично займаються спортом, менше стомлюються, у них вища творча активність. Незважаючи на очевидність сказаного вище, багато батьків з різних причин, будь-якими засобами оберігають своїх дітей від ігор, розваг, тренувань, помилково думаючи, що динаміка їх стомить, відверне від навчання. Але ж формула "Життя – це рух!" існує ще з часів античності. Проте не менш важливо, щоб і класовод не сприймав рух як недоречність на уроці. Проведення фізкультхвилинок, що практикують в більшості шкіл, значною мірою сприяє усуненню рухового дефіциту під час навчальних занять з математики, мови тощо.

Не втрачає актуальності й така форма оздоровчої роботи з молодшими школярами як загартування. Чим вищий рівень фізичної загартованості дитини, тим менше вона хворіє, тим вищі в неї фізична й розумова працездатність. З кожним роком зростає обсяг і складність навчальної роботи. Дітям необхідно дедалі більше сил та здоров'я для успішного оволодіння навчальним матеріалом. Щоб зберегти, а тим більше зміцнити своє здоров'я. У таких несприятливих умовах, сучасні учні повинні багато знати про фізичну культуру й уміти використовувати її засоби. Незнання способу або неправильне їх застосування може призвести (і призводить) до травм, перевтоми, зменшення захисних сил організму, різних захворювань. Завдання вчителів і батьків полягає в тому, щоб не тільки навчити дітей виконувати фізичні вправи, вправи для загартування, але і дати їм знання, сформувати необхідні практичні навички.

Уже з першого класу діти повинні отримувати елементарну інформацію про здоровий спосіб життя, правила застосування прийомів фізичної культури повсякденно. Зростаючи, вони вчаться з "букв" складати "слова", зі "слів" – "речення", із "речень" – особисту "книгу" під назвою "Здоровий спосіб життя". Зі зміною умов праці, побуту, віку, стану здоров'я, появою нових відкриттів у галузі гігієни, фізичної культури цю "книгу" уточнюють, доповнюють, удосконалюють. Але які б зміни не вносилися у спосіб життя, вони будуть завжди ґрунтуватися на абетці фізичного загартування, засвоєній у дитинстві. Ця абетка буде залишатися тривалий час незмінною, тому що вона складена з урахуванням об'єктивних законів функціонування й розвитку організму людини.

Проблемі оздоровлення школярів приділяють увагу фахівці різних педагогічних спеціальностей, роблячи акцент на відповідних аспектах здоров'язберігальної діяльності.

Зокрема, академік Віра Ільченко говорить про оздоровчі параметри освітньої програми „Довкілля" як про її значущі характеристики. Наголошуючи на тому, що навчально-виховний процес повинен максимально сприяти зміцненню здоров'я дітей, дослідниця переконана: особливої уваги в розрізі сказаного набуває зміст освіти. За приклад наводить зміст зазначеної програми, в основу конструювання якого покладена принцип інтеграції. „Послідовна систематизація знань під час їх засвоєння учнями є умовою зцілення не тільки свідомості, а і всього організму дитини", – вважає вона, а задоволення, яке одержують учні від навчання, – одна з основних умов їхнього оздоровлення [7, с. 107].

Цікавою видається також думка В. Ільченко щодо реалізації оздоровчих завдань під час уроків серед природи, що їх програма „Довкілля" передбачає для учнів 1–6 класів. „Безпосереднє спілкування з природою є оздоровчим заходом не тільки через те, що діти дихають свіжим повітрям і сприймають сонячне світло. Такі уроки сприяють оздоровленню дітей ще і через те, що під час них вони вчаться логіці природи..." [7, с. 109]. „Природні" уроки передбачено проводити у дні свят українського народу не стільки з метою релігійної пропаганди, скільки тому, що „ці дні визначені народом як такі, в які „планувалося" екологічне, моральне виховання дітей не випадково. У цьому „плані виховної роботи" відбиті інтуїтивні передчуття про зв'язок життєдіяльності людини з біоритмом місцевості, з космічними явищами. І саме в ці дні необхідно дати учням можливість спілкуватися з природою, виконувати екологічну програму, яка існувала віками на цій землі".

Зараз ми дедалі більше усвідомлюємо, що для того, аби уникнути хвороб і активно зміцнювати здоров'я дітей, необхідно навчати їх, як це робити. Передбачається, що, передаючи школяреві знання, уміння і навички, ми залишаємо йому можливість вибору і прийняття рі-

шень, що стосується здоров'я. Знання, уміння і навички учні одержують на заняттях із фізичної підготовки, але основою оздоровчого виховання молодших школярів є урок здоров'я. Проводить його вчитель загальноосвітніх дисциплін початкової школи.

На уроках здоров'я учні одержують знання про навколишній світ, людину, про руховий режим, загартовування, правильне ставлення до природи і людей харчування, режим дня, особисту гігієну, активний і пасивний відпочинок, сон, засоби відновлення організму, самоконтроль за здоров'ям. Ці знання відразу ж закріплюють практично.

Останнім часом до навчальних програм початкової школи введено предмет „Основи здоров'я". Дотримуючись стандартних вимог, учителі все ж адаптують навчальний матеріал до умов конкретного класу, школи, місцевості, забезпечують засвоєння його під час активної комунікативної взаємодії з учнями, залучення їх до різноманітних видів навчально-пізнавальної діяльності.

У молодшому шкільному віці закладаються основи фізичної культури людини, інтереси, мотивації і потреби в систематичній фізичній активності. Цей вік особливо сприятливий для оволодіння базовими компонентами культури рухів, освоєння великого арсеналу рухових координацій, техніки різноманітних фізичних вправ. Сьогодення висуває до фахівців у галузі початкової освіти настійну вимогу виробити більш універсальні підходи до проблеми оздоровлення школярів, узагальнити наявний позитивний досвід у цій сфері, надавши водночас такій роботі актуальних форм і змісту. Існує нагальна потреба висвітлення теоретико-педагогічних та організаційних основ оздоровчої роботи в навчально-виховному процесі, адекватних сучасним оздоровчим проблемам загальноосвітньої школи.

Висновок. Розглядаючи результати досліджень учених щодо шляхів поліпшення здоров'я населення в цілому і школярів зокрема, було з'ясовано, що цю проблему розглядають із кількох точок зору: медицини; біології; валеології; фізичного виховання; педагогіки; соціології; психології. Такі підходи не виключають, а зумовлюють і доповнюють один одного. Розв'язуючи завдання оздоровлення школярів, слід здійснювати його одночасно в кількох аспектах, виділяючи найбільш значущі об'єктивні риси.

Процес оздоровлення і його результат можуть бути оптимальними лише при врахуванні нерозривності двох аспектів розвитку дитини: фізичного та особистісного. Освітній заклад може й повинен бути водночас закладом оздоровчим.

Список літератури

1. *Вахтеров В. П.* Материалы по реформе средней школы / В. П. Вахтеров // Антология педагогической мысли России второй половины Х1Х – начала ХХ в. – М. : 1990. – С. 546 – 563.

2. *Водовозова Е. Н.* Как предохранять детей от нервности и нервных заболеваний / Е. Н. Водовозов // Антология педагогической мысли России второй половины Х1Х – начала ХХ в. / сост. П. А. Лебедев. – М. 1990. – С. 373 – 378.

3. Воспитательная система школы: проблемы и поиски / [сост. Н. Л. Селиванова]. – М. : Знание, 1989. – 80 с.

4. *Демков М. И.* Педагогические правила и законы / М. И. Демков // Антология педагогической мысли России второй половины Х1Х – начала ХХ в. – М., 1990. – С. 447 – 453.

5. *Духнович А. В.* Народная педагогия в пользу училищ и учителей сельских / Александр Духнович // Антология педагогической мысли Украинской ССР. – М. 1988. – С. 203 – 208.

6. *Жураковский Г.Е.* Очерки по истории педагогики в связи с историей классовой борьбы / Г. Е. Жураковский // Антология педагогической мысли Украинской ССР. – М., 1988. – С.417 – 423.

7. *Ільченко В. Р.* Оздоровчі аспекти змісту освітньої програми „Довкілля" / В. Р. Ільченко // Реалії та перспективи виконання на Полтавщині національної програми „Діти України". – Полтава 1997. – С. 107 – 109.

8. *Лесгафт П. Ф.* Задачи физического развития в школе / П. Ф. Лесгафт // Антология педагогической мысли России второй половины ХІХ – начала ХХ в. – М., 1990. – С. 302 – 309.

9. *Покровский Е. А*. Значение детских игр в отношении воспитания и здоровья / А. Е. Покровский // Антология педагогической мысли России второй половины Х1Х – начала ХХ в. – М., 1990. – С. 278 – 282.

10. *Сухомлинський В. О*. Вибрані твори : у 5 т. Т. 4. Павлиська середня школа / Василь Олександрович Сухомлинський. – К. : Рад. шк. 1976. – С. 7 – 393.

11. *Фіцула М. М*. Педагогіка : [посібник] / М. М. Фіцула. – К. : Академія, 2002. – 528 с.

12. *Шутка Г. І.* Соціально-педагогічні умови вдосконалення фізичного стану дітей у літньому оздоровчому таборі : автореф. дис. ... канд. пед. наук. НПУ ім. М. П. Драгоманова.– К. : 2001. – 20 с.

ИСТОРИЯ СТАНОВЛЕНИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ МЫСЛИ В НАПРАВЛЕНИИ ОЗДОРОВЛЕНИЯ ШКОЛЬНОЙ МОЛОДЁЖИ

Юрий МОРОЗ, Андриан ОСТАПОВ

Полтавский национальный технический университет имени Юрия Кондратюка

Аннотация. В статье рассматривается исторический анализ развития и становления педагогических основ оздоровления как системы в разрезе развития человеческого общества, особенности формирования системы сохранения здоровья.

Ключевые слова: здоровье, здоровый образ жизни, оздоровление, физическое воспитание, физическое развитие.

HISTORY OF HEALTH EDUCATIONAL FORMATION THOUGHT IN THE DIRECTION OF IMPROVEMENT OF SCHOOL YOUTH

Yurij MOROZ , Adrian OSTAPOV

Poltava National Technical Yuri Kondratyuk University

Abstract : The article deals with the historical analysis of the development and establishment of educational systems as a foundation for recovery in the context of human development, especially the formation of health maintenance.

Key words: health, healthy way of life, health improvemant, physical education, physical development.