

9. Присяжнюк С.І. Використання здоров'язберезувальних технологій у фізичному вихованні студентів спеціального медичного відділення. Теорія та практика: [монографія] /С.І. Присяжнюк. – К.: ЦП „КОМПРИНТ”, 2012. – 464 с.

10. Раевский Р.Т. Здоровье, здоровый и оздоровительный образ жизни студентов /Р.Т. Раевский, С.М. Канишевский. – Одесса: Наука и техника, 2008. – 556 с.

11. Трахтенберг И.М. Гигиена умственного труда студентов /И.М. Трахтенберг, С.М. Рашман. – К.: Здоровье, 1973. – 172 с.

12. Трофимович В.В. Основы экологии /В.В. Трофимович. – К.: ІЗМН, 1996. – 212 с.

13. Федотов В.В. Рациональная организация умственного труда /В.В. Федотов. – М.: Экономика, 1987. – 109 с.

**Аннотация. Владимирова И.В. Пути формирования здорового образа жизни студенческой молодежи.**

В статье проанализированы основные причины неудовлетворительного состояния здоровья студенческой молодежи, рассматриваются и предложены пути улучшения данной ситуации. Обосновано использование ряда педагогических и культурно-просветительских мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни студенческой молодежи. Определены основные особенности и специфика влияния на студенческую среду разнообразных источников информации.

**Ключевые слова:** пропаганда здорового образа жизни, студенческая молодежь, педагогическая и культурно-просветительская работа, специальные медицинские группы.

**Annotation. Vladimirova I. W. Ways of promoting students healthy lifestyles.**

The main causes of poor health of today's youth as well as ways to improve this situation are analysed and proposed in the article. The application of a number of educational, cultural and educational activities aimed at promoting students healthy lifestyles has been grounded. The main peculiarities and specific features of the impact of various sources of information on the students environment have been determined.

**Key words:** healthy lifestyle promotion, students, educational, cultural and educational activities, special medical groups.

**Єрмакова Т.С.**

**Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди**

### **РОЛЬ ШКІЛЬНИХ ПРЕДМЕТІВ ОЗДОРОВЧОГО СПРЯМУВАННЯ У ФОРМУВАННІ ТА ЗБЕРЕЖЕННІ ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ СУЧАСНОЇ ШКОЛИ**

Цілісна система формування здорового способу життя й культури здоров'я школярів у загальноосвітніх навчальних закладах спостерігається переважно лише на рівні теорії, а не практики. Виявлено, що сучасні школярі дезінформовані у питаннях формування й збереження здоров'я; в них відсутнє цілісне уявлення про формування культури здоров'я. Визначено, що предмети оздоровчого спрямування є невід'ємним компонентом збереження, зміцнення й формування здоров'я школярів. Розкрито особливості дисциплін оздоровчого

спрямування в загальноосвітньому закладі. Доведено, що на сьогодні існує гостра проблема у виробленні єдиної концепції щодо збереження, зміцнення й формування здоров'я школярів.

**Ключові слова:** предмети, оздоровче спрямування, школа, формування, збереження, здоров'я, культура здоров'я.

**Вступ.** Людство, досягнувши величезних технічних успіхів, опинилось перед фактом, що здоров'я воно не примножило. Бажання забезпечити собі більш комфортні умови життя призвело до стрімкого науково-технічного розвитку, наслідком якого є збільшення небезпечних чинників та посилення їх негативного впливу на організм людини.

Сьогодні проблема загрози здоров'ю розглядається світовою спільнотою за такими відзначеними загрозами планетарного масштабу: загроза світової війни; екологічні катаклізми; контрасти в економічно рівних країнах планети; демографічна загроза; нестача ресурсів планети; наслідки науково-технічної революції. Тому здоров'я нації в даний момент розглядається як показник цивілізованості суспільства й якості життя її громадян.

Зараз прослідковується стрімке погіршення стану фізичного та розумового розвитку дітей, недостатня культура здоров'я молодого покоління. Ось деякі факти. За даними УкрНДІ охорони здоров'я дітей та підлітків, 5 % випускників шкіл закінчують школу здоровими [9; 2]. Тобто 95 % усіх підлітків мають відхилення в загальному стані здоров'я, з них 20 % мають по два та більше захворювань [5]. Збільшується кількість хронічних захворювань у дітей і підлітків; зменшується кількість дітей із першою групою здоров'я; збільшується кількість учнів, що мають відхилення у стані здоров'я на час закінчення школи. За даними Інституту гігієни та медичної екології імені О.М. Марзєєва, на сьогоднішній день більше 50% – незадовільну фізичну підготовку [3].

Така невтішна статистика дозволяє констатувати, що сучасне покоління характеризується відсутністю ціннісного відношення до свого власного здоров'я, дезінформованістю про шляхи зміцнення та збереження здоров'я, невмінням та небажанням вести здоровий спосіб життя, що не є узагальненою у суспільстві нормою та скоріше становить виняток ніж норму, та вимагає від сучасної системи освіти кроків щодо вирішення цієї проблеми.

Очевидним є те, що рівень здоров'я багато в чому залежить від якості та ефективності навчання, виховання, саморозвитку людини ще зі шкільного віку. Саме в цей час закладаються основи формування культури здоров'я особистості, яка відіграє значну роль у подальшому життєвому шляху людини та в цілому сприяє консолідації та зміцненню здоров'я нації.

У дослідженнях сучасних науковців актуальними є питання збереження, формування й зміцнення здоров'я, що розглядаються у різних аспектах і напрямках.

Так, висвітлення різних аспектів збереження здоров'я особистості, а також запобігання шкідливих звичок та формування здорового способу життя (І. Бех, В. Оржеховська, Н. Побірченко, С. Свириденко); дослідження соціально-педагогічних чинників, що впливають на стан здоров'я школярів (М. Безруких, О. Вакуленко, О. Іонова, О. Савченко, О. Яременко).

Слід відмітити, що серед чинників, що сприяють зниженню рівня здоров'я школярів, можна віднести й проблему збереження здоров'я в системі освіти, що відображена в працях М. Безруких, Т. Бурлакової, М. Віленського, С. Громбаха.

Накопичено й наукові данні про формування культури здоров'я школярів з точки зору загальної культури особистості та характеристики освіченості людини (В. Бабич, Л. Безугла, Я. Бєлогурова, Т. Бойченко, О. Виндюк, В. Горащук, Є. Дем'яненко, О. Дубогай, Ю. Драгнєв, С. Кириленко, В. Скуміна); сукупності духовних цінностей, у якій суспільство визнає за людиною стан фізичного, психічного та духовного благополуччя як вищу цінність (Ю. Бохонкова, Г. Кривошеєва, В. Лєсїк, Ю. Мельник, В. Трет'яченко); особливого роду ставлення до себе, яке властиве тільки людині (Н. Івановчик, С. Ісаєвич); вирішення проблеми професійної підготовки майбутніх учителів до формування в школярів високого рівня культури здоров'я (О. Болотїна, Л. Іванова, С. Горбушина, Л. Колмогорова, В. Лук'яненко, О. Куц, Н. Крутогорська, К. Оглоблїна, А. Радченко).

Активне сприйняття Україною світових тенденцій щодо поліпшення здоров'я населення через освіту, закони, програми, накази, заходи, що передбачають завдання, спрямовані на збереження, зміцнення й формування здоров'я дітей, молоді та дорослих, розвиток соціально-активної, фізично й духовно здорової особистості та в яких визначені основні напрямки роботи, в тому числі для освітньої сфери, зі збереження та зміцнення здоров'я населення лише надають підґрунтя для взаємодії різних соціальних інститутів та регламентують правові основи соціально-педагогічної діяльності у вирішенні проблеми формування здоров'я підростаючого покоління.

**Мета** – розкрити особливості предметів оздоровчого спрямування у загальноосвітньому закладі.

**Результати дослідження.** Гармонійний й цілісний розвиток школяра, як особистості, що здатна в майбутньому до розв'язання соціальних та економічних проблем державотворення, формування у кожного переконання в необхідності бережливого ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих, формування прагнення до адекватного сприйняття знань і навичок з охорони здоров'я, їх втілення у повсякденне життя – все це має бути і є пріоритетними завданнями будь-якої держави.

Привертають до себе увагу такі поширені відхилення в стані здоров'я, як деформації хребта, грудної клітини та порушення постави, які становлять близько 34%. Понад 38% дітей мали неврологічну симптоматику, яка виявляється більше всього у підлітків старших класів. Велика кількість дітей мають потребу консультації психологів і лікарів. Це пов'язано, насамперед, із причинами, що негативно впливають на соматичне, психологічне і соціальне здоров'я. Дедалі наростаючий ритм сучасного життя, збільшення емоційної і нервово-психічної напруженості, зниження фізичної активності, погіршення харчування, поява факторів середовища, що негативно впливають на здоров'я, висувають нові завдання перед органами освіти, охорони здоров'я і соціальної служби зі збереження здоров'я дітей.

Згідно пояснювальної записки до програми «Освіта XXI» на вивчення всіх шкільних предметів припадає 80% навчального часу, з яких 35% відведено на суспільно-гуманітарні навчальні дисципліни, 25% - природничо-математичні, 15% - оздоровчо-трудова, 5% - естетичні.

Наявність в освітньому процесі таких шкільних предметів, як «Валеологія», «Безпека життя і діяльності людини», «Основи здоров'я», «Фізичне виховання», на жаль не дає таких бажаних результатів [8]. Хоча ці предмети сприяють засвоєнню валеологічних, культурологічних знань про здоров'я як цінність, умінь володіти оздоровчими технологіями, що впливають на духовний, психічний, фізичний аспекти здоров'я, поводитися в різних екстремальних ситуаціях, надавати долікарську допомогу тощо. До того ж сучасними науковцями

проводяться дослідження проблеми формування культури здоров'я школярів за різними напрямками начального процесу.

Завдання поліпшення здоров'я школярів і молоді не може бути вирішене тільки зусиллями медиків. Здоров'я має бути одним із результатів освіти. Тому вирішальне значення в вирішенні поставленої проблеми має поєднання теоретичних знань учнів про здоровий спосіб життя з досвідом його здійснення, з практичними заняттями фізичними вправами і спортом.

Найбільш цінним для здоров'я вважаються заняття фізичними вправами з навантаженням, спортивні ігри та змагання. При цьому слід брати до уваги й наполягати на домінуючих мотивах молоді щодо систематичних занять фізичною культурою і спортом: удосконалення стану здоров'я; досягнення впевненості у своїх можливостях; розвиток спортивної обдарованості; вдосконалення конституційних особливостей тіла, статури; етичні й естетичні параметри; активні форми відпочинку; випробування своїх можливостей у екстремальних умовах, професійно-прикладному значенні фізичної культури і спорту [1].

В даний час вважається доведеним сприятливий вплив активного рухового режиму, занять фізичною культурою і спортом, дотримання режиму праці і відпочинку на показники здоров'я дітей. Тим часом відомо, що лише 7-10 % дітей займаються спортом, а 43% дітей займаються фізкультурою тільки на уроках фізичного виховання.

У цьому разі фізичне виховання виступає важливим засобом формування, збереження й зміцнення здоров'я. Водночас дослідники відмічають деякі негативні тенденції фізичного виховання школярів у сучасній школі. Це пов'язано з тим, що в останні роки склалося стійке відставання сфери фізичного виховання від інших напрямів у освіті. Воно проявляється в тому, що підростаюче покоління більш вдало оволодіває науковими та гуманітарними знаннями, засвоює виробничі й інформаційні технології та разом з тим фізично не готове до трудової та військової діяльності, часто не здатне протистояти стресовим впливам соціуму на принципах здорового способу життя [4, с. 4-14].

Однією з причин такого явища є відсутність у школярів мотивації займатися фізичною культурою в наслідок того, що у школах фізична культура поступово зводиться до безглузвих фізичних вправ. Звідси зниження інтересу до занять фізичною культурою, недостатня готовність учнів перейти до організації самодіяльних форм занять нею.

Для розв'язання проблеми підвищення якості занять фізичною культурою важливе значення має досвід таких занять. Зокрема надання школярам під час занять фізичними вправами і спортом необхідної інформації про взаємозв'язок спортивних змагань із цінностями здорового способу життя; постановка завдань розробки програм збереження й зміцнення особистого здоров'я в майбутньому для кращого засвоєння цінностей здорового способу життя; знайомство й аналіз життя відомих особистостей, друзів щодо їхнього способу життя, що допомагає учням конкретизувати теоретичні знання про цінності здорового способу життя й сприяє розвитку мотивації до його самостійного ведення.

На сьогодні вивчення школярами українських шкіл важливих питань дотримання здорового способу життя передбачено також програмами з дисципліни «Валеологія». Ці питання включено й до предмету «Основи безпеки життєдіяльності», ідеями здорового способу життя пронизані майже всі предмети початкової школи, в середній школі вони розглядаються у програмах з біології, географії, екології, предметів гуманітарного циклу.

Ураховуючи те, що цілісна система формування здорового способу життя, зміцнення й формування здоров'я, освіченість у питаннях формування культури здоров'я школярів у загальноосвітніх навчальних закладах поки що спостерігається переважно лише на рівні теорії, а не практики, на сьогодні гостро постала проблема вироблення єдиної концепції, нових наскрізних навчальних планів і програм вивчення основ здорового способу життя учнями.

На нашу думку, ефективність розв'язання поставлених перед освітнім закладом питань значно б підвищилася, якщо здійснювалось безперервно – від дошкільнят до випускників загальноосвітньої школи і студентів вищої школи, з обов'язковим складанням заліків й іспитів. Звичайно, домогтися виконання цих складних завдань одразу неможливо, тому вони мають вирішуватися поетапно, в ході всього навчально-виховного процесу.

**ВИСНОВКИ.** Таким чином, метою функціонування системи повинно стати формування культури здоров'я учасників навчально-виховного процесу, що знаходить свій вияв у завданнях формування, зміцнення, збереження та передачі здоров'я. Кожне із завдань має свій зміст, передбачає спеціально сплановану діяльність учасників.

#### **ЛІТЕРАТУРА**

1. Біла книга національної освіти України / [Т.Ф. Алексеєнко, В.М. Аніщенко, Г.О. Балл та ін.]; за заг. ред. акад. В.Г. Кременя; НАПН України. – К.: Інформ. системи, 2010. – 342 с. – Бібліогр.: с. 315-335.
2. Довідник заступника директора школи з виховної роботи в запитаннях та відповідях/ Авт. – упоряди. Г.Л. Вороніна, Н.В. Кочанова. – Х.: Веста: Видавництво «Ранок», 2006.
3. Івановський С. Здорова дитина – майбутнє країни / С. Івановський // Директор школи – 2009 - №36. – С.4-6.
4. Латыпов И.К. Физическая культура и спорт в современной школе: проблемы и перспективы / И.К. Латыпов // Детский тренер. – 2008. – №3. – С. 4-14.
5. Нечволод І. Виховна робота в школі / І. Нечволод. - Х: Вид. група «Основа»: «Тріада+». 2007. – 112 с.
6. Омельченко С.О. Взаємодія соціальних інститутів суспільства у формуванні здорового способу життя дітей та підлітків / С.О. Омельченко. – Луганськ: Альма-матер, 2007. – С. 124.
7. Формування здорового способу життя молоді: стратегія розвитку українського суспільства: [у 2 ч.] / О.О. Яременко, О.В. Вакуленко, Ю.М. Галустьян та ін. – К.: Державний ін-т проблем сім'ї та молоді, 2005. – Ч.1. – 160 с.; Ч.2. – 212 с. - (Сер. «Бібліотечка слухача курсів підвищення кваліфікації Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту).
8. Формирование культуры здоровья в образовательных программах / Видюк А.П., Демьяненко Е.А., Белогурова Я.В. и др. // Здоров'я та освіта: проблеми та перспективи: Матеріали Всеукр. наук.-метод. конф. / За ред. А.Г. Рибковського – Донецьк: ДонДУ, 2000. – С. 18-20.
9. Черненко Т. За здоров'ям в школу / Т. Черненко, О. Кійло // Завуч. – 2008. – №19. – С. 15-17.

**Аннотація. Ермакова Т.С. Роль школьних предметів оздоровительної направленности в формировании и сохранении здоровья школьников современной школы.**

Целостная система формирования здорового образа жизни и культуры здоровья школьников в общеобразовательных учебных заведениях наблюдается преимущественно только на уровне теории, а не практики. Выявлено, что современные школьники дезинформированы в вопросах формирования и сохранения здоровья; у них отсутствует целостное представление о формировании культуры здоровья. Определено, что предметы оздоровительной направленности являются неотъемлемым компонентом сохранения, укрепления и формирования здоровья школьников. Раскрыты особенности дисциплин оздоровительной направленности в общеобразовательном заведении. Доказано, что сегодня существует острая потребность в создании единой концепции сбережения, укрепления и формирования здоровья школьников.

**Ключевые слова:** предметы, оздоровительная направленность, школа, формирование, сохранение, здоровье, культура здоровья.

**Annotation.** *Iermakova T.S. The role of school subjects of healthy direction in forming and maintaining the health of schoolchildren of the modern school.*

Holistic system of a healthy lifestyle and health culture of schoolchildren in secondary schools mainly observed only at the level of theory rather than practice. Revealed that modern schoolchildren are misinformed in the formation and preservation of health, they do not have a holistic view of building health culture. It was determined that the subjects of healthy direction are an integral component of conservation, health promotion and health of schoolchildren. The features of disciplines improving orientation in educational institution. It is proved that today there is an urgent need for a unified concept of savings, health promotion and health of schoolchildren.

**Key words:** subjects, healthy direction, school, forming, preservation, health, health culture.

**Срьоменко Е.А.**

*Інститут проблем виховання НАПН України*

### **ВИХОВАННЯ НАПОЛЕГЛИВОСТІ В ШКОЛЯРІВ 6-7 РОКІВ ЯК УМОВА ЕФЕКТИВНОСТІ НАВЧАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ ХОРТИНГОМ**

Метою дослідження є теоретично обґрунтувати і експериментально перевірити ефективність організаційних форм і методів виховання в учнів 1-2 класів наполегливості у процесі занять хортингом. У статті наданий досвід роботи, висвітлені різні моделі побудування занять з дітьми, особливості хортингу як педагогічного засобу виховання наполегливості у дітей 6-7 років, а також концепції і підходи до класифікації фізичних вправ та оздоровчого дитячого хортингу, критерії діагностування рівня вихованості наполегливості у молодших школярів, подано результати дослідження виховання наполегливості та ефективності організаційних форм у процесі занять хортингом. *Висновки:* використовуючи під час занять спеціальні фізичні вправи та досліджені педагогічні умови, розвивати треба не абстрактну волю дитини, а конкретно її компонент – наполегливість і її прояви, причому специфічними для них методами.

**Ключові слова:** виховання наполегливості, особистість, сфери розвитку, хортинг, методика, молодші школярі.

**Постановка проблеми.** Хортинг, як спортивне єдиноборство, характеризується високою емоційною та інтелектуальною насиченістю. Вольові особливості діяльності юних хортингістів 6-7 років визначаються