

Карпенко Марина Ігорівна
к.п.н., доцент кафедри фізичної реабілітації та здоров'я людини
ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка»
м. Кременна

ПРИНЦИПИ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ ІНКЛЮЗИВНОЇ ШКОЛИ

Формування культури здоров'я, як складової частини загальної культури особистості, включає у себе систему знань, мотивацій і прагнень, вольових зусиль і емоцій, а також вмінь та навичок з формування, збереження та зміцнення здоров'я. Доцільність вибору форм і методів навчально-виховної валеологічної роботи у інклюзивній школі визначалася їх головним завданням – як вони впливають на весь організм дитини, який вклад вносять у процес цілісного розвитку особистості.

Визначимо ряд принципів формування культури здоров'я учнів інклюзивної школи:

– принцип *духовного катарсису, тобто внутрішнього очищення, ускладнення та піднесення особистості на основі орієнтації на соціально значущі, національні та загальнолюдські цілі, цінності та ідеали*. Потреба та здатність до духовного катарсису тісно поєднується в особистості з переживанням щастя. Виховувати людину щасливу – це одне й те саме, що сформувати в неї потребу й здатність до катарсису у всіх видах діяльності та сферах життя.

- принцип *духовної домінанти, підпорядкування всіх складників здоров'я особистості її духовному початку*. Духовний аспект здоров'я є системоутворювальним початком виховання, тобто головною метою та одночасно мірою гармонії внутрішнього та зовнішнього розвитку особистості;

- принцип *гармонії духовного, психічного та фізичного аспектів здоров'я особистості* передбачає органічний взаємозв'язок морального, розумового та тілесного розвитку школярів. Цей принцип є основою людського життя, адже вся навколишня природа й саме людина як її частина існують і розвиваються за

законами гармонії. Отже, виховання, у якому цей принцип береться за основу, формує гармонійно врівноважену, здорову особистість;

– принцип *природовідповідності, врахування індивідуальних, вікових, статевих особливостей здоров'я школярів*. Цей принцип у практичній діяльності педагогів реалізується у таких правилах: визначення максимально можливого для учнів конкретної статі та віку рівня розвитку особистих якостей, на формування яких слід орієнтуватися; опора у їх формуванні на індивідуальні мотиви й потреби учнів конкретної статі та віку; подолання протиріч, характерних для розвитку цієї статево-виховної групи;

– принцип *зв'язку валеологічного виховання з навчальною, трудовою, фізкультурною, суспільною, творчою, ігровою діяльністю школярів* передбачає збереження міцних зв'язків та відношень між різними сферами життєдіяльності учнів. Завдяки цьому забезпечується взаємна компенсація, взаємопідтримка, взаємодоповнення та інтеграція процесів в усіх сферах життєдіяльності вихованця;

– принцип *реалізації навчально-виховного процесу з виховання культури здоров'я школярів в умовах натурального природного середовища* передбачає формування відносин з навколишньою природною дійсністю і діяльністю людей, яка її перетворює;

– принцип *постійного поступового ускладнення змісту та видів валеологічної діяльності учнів на різних етапах шкільного життя* передбачає цілеспрямоване, систематичне та послідовне формування у дитини культури здоров'я, спираючись на її попередній досвід і досягнення у розвитку духовної, психічної і фізичної сфер;

– принцип *педагогічного гуманізму, любові та поваги до особистості дитини, морально-психологічної підтримки її зусиль щодо формування культури здоров'я* виявляє ставлення до особистості кожної дитини як до найвищої соціальної цінності в системі внутрішніх шкільних відносин. Зазначений принцип вимагає гуманізації змісту та форм міжособистісної

взаємодії педагога й вихованця і гуманістичного спрямування всієї системи формування культури здоров'я особистості;

– принцип *неповторної своєрідності культури здоров'я конкретної особистості, який вимагає індивідуальних шляхів її формування на індивідуально достатньому рівні*. Він передбачає визначення індивідуальної траєкторії валеологічного розвитку кожного учня, що відповідає індивідуальним особливостям його здоров'я та загального розвитку;

– принцип *валеологічного самовиховання та саморозвитку, активного формування особистістю культури здоров'я протягом усього життя* передбачає націлення особистості на активне самостійне здійснення валеологічної діяльності. Цей принцип відбито в таких правилах: розвиток особистості відбувається тільки в її особистій активній діяльності; формування культури здоров'я особистості відбувається за умови безперервної валеологічної освіти й виховання протягом усього життя;

– принцип *випереджувальної профілактики й попередження відхилень у здоров'ї та розвитку особистості* передбачає, що знання, вміння та навички, які можуть знадобитися людині в майбутньому, суб'єкт має отримувати заздалегідь з певним випередженням, при цьому валеологічна освіта й виховання у школі повинні мати пролонгований характер, проводитись не час від часу, а систематично та регулярно;

– принцип *контролю за результатами формування культури здоров'я* передбачає здійснення постійного зворотного зв'язку між суб'єктами виховного процесу, реалізується у роботі всієї школи і в роботі кожного вчителя (проведення діагностики, моніторингу здоров'я).

Таким чином, можна зробити висновок, що валеологічна робота в інклюзивній школі буде успішною лише за умови урахування індивідуально-вікових, статевих, фізіологічних і психологічних особливостей кожного учня. Подальшого дослідження потребують форми, методи та засоби здоров'ятворчої роботи із учнями.

Список літератури:

1. **Горащук В. П.** Формирование культуры здоровья школьников (теория и практика) / В. П. Горащук . – Луганск : Альма-матер, 2003. – 376 с.
2. **Карпенко М. І.** Проблема формування культури здоров'я школярів у педагогічній спадщині В. О. Сухомлинського : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Карпенко Марина Ігорівна. – Луганськ., 2013. – 226 с.
3. **Психологія** здоров'я / [Под ред. Г. С. Никифорова]. – СПб. : Питер, 2006. – 607 с.