

Крошка С. А. Методичне забезпечення формування культури здоров'я учнів основної школи у позакласній роботі / С. А. Крошка // Лабіринти реальності : Збірник наукових праць / за заг. ред. д. філос. н. Журби М.А. – Рубіжне: вид-во СНУ ім. В. Даля, 2015. – 245 – 248.

У статті розкрито систематичну позакласну роботу з учнями щодо методичного забезпечення формування культури здоров'я учнів основної школи у позакласній роботі.

Ключові слова: здоров'я, культура, позакласна робота.

Валеологія та фізичне виховання / Методологічні аспекти фізичного виховання
молоді

Крошка С.А.

вчитель-методист, викладач фізичного виховання

ВП «Лисичанський педагогічний коледж Луганського національного
університету імені Тараса Шевченка»

Україна, м. Лисичанськ

Методичне забезпечення формування культури здоров'я учнів основної школи у позакласній роботі

Проблема зниження рівня здоров'я населення країни стоїть сьогодні надзвичайно гостро. Особливу тривогу викликає погіршення здоров'я підростаючого покоління, зокрема учнів основної школи. Зазначені негативні тенденції спонукали до появи нового напрямку у педагогіці – «культура здоров'я», засновником якого є вітчизняний науковець В. П. Горашук. На його думку «культура здоров'я – це важливий складовий компонент загальної культури людини, обумовлений матеріальним і духовним середовищем суспільства, що виражається в системі цінностей, знань, потреб, умінь і навичок з формування, збереження й зміцнення її здоров'я» [2, с. 167].

Слід відзначити, що у теперішній час розвиток нового напрямку – «культура здоров'я» набирає обертів. Так, даній проблемі приділяли увагу такі

вчені як: О. Ахвердова, В. Горашук, Г. Кривошеєва, С. Кириленко, В. Скумін [1, 2, 3, 4] та ін.

Не применшуючи значущості досліджень вищевказаних авторів, актуальним залишається питання визначення методичного забезпечення формування культури здоров'я учнів основної школи у позакласній роботі.

Здоров'я людини визначається комплексом факторів: спадковістю, якістю оточуючого середовища, якістю життя, способом життя людини. При цьому на думку вчених, частина впливу способу життя людини на здоров'я оцінюється в 50%. Тому формування у дітей валеологічної грамотності, виховання ціннісного відношення до свого здоров'я – найбільш вірний шлях рішення проблеми збереження здоров'я нації. Валеологічна грамотність передбачає не тільки знання про засоби збереження здоров'я, але й аналіз вчинків і способу життя з точки зору їх впливу на стан здоров'я. Одне з питань валеологічного виховання полягає в тому, щоб знайти правильне співвідношення внутрішнього і зовнішнього світу людини, допомогти школярам визначити ієрархію людських цінностей.

Невід'ємною частиною системи виховання в нашій країні є систематична позакласна робота з учнями. Це спеціально організовані позаурочні заняття, які сприяють поглибленню знань, розвитку умінь та навичок, задоволенню і розвитку інтересів, здібностей і забезпеченню розумового відпочинку школярів.

В позакласній роботі повторюються, поглиблюються й закріплюються валеологічні знання, які були отримані на уроках, виховується переконаність школярів і формується потреба у здоровому способі життя.

Організація позакласної роботи учнів основної школи – важлива й складна проблема. У сучасних умовах позаурочна діяльність школярів по формуванню культури здоров'я розглядається як найважливіший засіб всебічного розвитку, що сприяє розв'язанню завдання, визначеного в основних документах нашої держави.

У сучасних умовах доцільна організація вільного часу по формуванню культури здоров'я школярів – одна з умов здійснення комплексного підходу до

виховання. Основними завданнями по формуванню культури здоров'я школярів основної школи в позакласній роботі є: формування в учнів принципово нового підходу до свого здоров'я, спрямованого на його збереження й зміцнення; акцентування уваги на можливостях свого організму; диференційований підхід до різних методик оздоровлення і лікування тих чи інших захворювань; уміле використання медико-валеологічних знань; пропагування ідеї здорового способу життя.

Процес формування культури здоров'я школярів в позакласній роботі ґрунтується на сутнісному аналізі культури здоров'я, її критеріях та показниках, а також на вікових психологічних особливостях школярів. Він складається з психолого-педагогічних умов, формування методів і засобів культури здоров'я. Процес реалізується в декілька етапів: самопізнання свого організму, рівня культури здоров'я; самооцінювання стану свого здоров'я; самооздоровлення.

Процеси самопізнання, самооцінювання і самооздоровлення не тільки пов'язані один з одним, а й взаємозумовлені. Перший етап формування культури здоров'я школярів характеризується поглибленням знань з медико-валеологічних дисциплін, самостійне вивчення свого здоров'я, рівня культури, індивідуальних особливостей організму. Закладається основа формування настанови на здоров'я, на активне становлення до нього. На цьому етапі для вивчення початкового рівня культури здоров'я застосовуються методи педагогічного дослідження. Учні ведуть валеологічний щоденник, фіксуючи в ньому всі сторони своєї життєдіяльності.

Другий етап характеризується самостійністю адекватного оцінювання свого стану здоров'я, рівня його культури. Він є надзвичайно важливим, оскільки підбиває своєрідний підсумок попереднього стану і націлює на наступний. На цьому етапі діти заповнюють «Картку оцінки і самооцінки здоров'я».

Третій етап характеризується дійовим, активним ставленням учнів до самих себе, до свого здоров'я. Створення потрібних умов для вироблення потреби в проведенні розроблених заходів із самооздоровлення організму.

Важливим аспектом роботи з формування культури здоров'я в позакласній роботі є творчі завдання, які спонукають до активного, самостійного пошуку наукової інформації про здоров'я.

Однією з найважливіших ознак системного підходу до формування культури здоров'я є те, що вона має здійснюватись лише на основі ґрунтовного і постійного аналізу інформації про дієвість системи на всіх етапах.

Система формування культури здоров'я виникає лише при наявності певного контингенту людей – учнів і вчителів. Процес формування культури здоров'я учнів передбачає осмислення вчителем необхідності та значущості цієї роботи широким культурологічним кругозір, високий рівень розвитку культури здоров'я вчителя, його готовність до постійного пошуку й оновлення розвитку культури здоров'я.

Методичний аспект процесу формування культури здоров'я школярів в позакласній роботі пов'язаний з тим, як розуміє вчитель теоретико-методологічні основи формування культури здоров'я учнів, сутність і структуру культури здоров'я, її критерії і показники та рівні сформованості; якими формами і методами організації педагогічного впливу користується, як уміє добирати педагогічні засоби, оптимальні для кожного конкретного випадку.

Ми вважаємо, що культура здоров'я є цілісним утворенням, що реалізовується у структурі особистості через розвиток особистісних особливостей, які становлять її світоглядно-моральну спрямованість на формування в неї культури здоров'я як невід'ємної умови успішної життєвої та фахової самореалізації, самовдосконалення.

Перспективою подальших досліджень є розроблення наукових основ процесу формування культури здоров'я, комплексної програми підготовки майбутніх педагогів до збереження і зміцнення професійного здоров'я.

Література

- 1. Ахвердова О.А., Магин В.А.** К исследованию феномена «Культура здоров'я» в области профессионального образования / О.А. Ахвердова, В.А. Магин // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 9. – С. 5.
- 2. Горащук В.П.** Теоретичні та методичні засади формування культури здоров'я школярів : дис. д-ра пед. наук : 13.00.01 / Горащук Валерій Павлович / Луган. нац. пед. ун-т ім. Тараса Шевченка. – Х., 2004. – 414 с.
- 3. Кириленко С.В.** Соціально-педагогічні умови формування культури здоров'я старшокласників : дис... канд. пед. наук : 13.00.07 / Кириленко Світлана Володимирівна / Інститут проблем виховання Академії пед. наук України. – К., 2004. – 240 с.
- 4. Скумин В.А.** Культура здоровья — фундаментальная наука о человеке / В.А. Скумин – Новочебоксарск: ТЕРОС, 1995. – 132 с.