

Борисенко Л.Л. Ідея ФВ у педагогічній спадщині В.Сухомлинського / Л. Л. Борисенко, О. С. Цвік // Матеріали регіональної науково-практичної конференції «Педагогічні вектори: В.О.Сухомлинський та сучасність». – Лисичанськ : ФОП Чернов О. Г. – 2018. – С. 32–37.

Анотація. У статті розглянуто питання актуальності ідей В.Сухомлинського щодо значення фізичного виховання. Однією з важливих засобів зміцнення здоров'я людини є фізична культура і спорт. Формування дієвої національної системи фізичного виховання вимагає вивчення і творчого осмислення багатой спадщини народної педагогіки та праці видатних українських педагогів і організаторів тіловиховання в минулому. Це зумовило цілеспрямоване вивчення і використання педагогічної спадщини В.О. Сухомлинського.

*Ключові слова: фізичне виховання, здоров'я, спадщина, народна педагогіка.*

Борисенко Лілія Леонідівна

Цвік Оксана Сергіївна

ВП «Лисичанський педагогічний коледж

Луганського національного університету імені Тараса Шевченка»

## **ІДЕЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ПЕДАГОГІЧНІЙ СПАДЩИНІ В.О.СУХОМЛИНСЬКОГО**

В здоровому тілі здоровий дух. Саме так звучить народна мудрість, яку можна зрозуміти як неможливість суміщення душевного спокою з різного роду недугами. На світі можна купити все крім здоров'я. І з даними постулатом важко не погодитися.

Сучасні темпи розвитку суспільства висувають все більш високі вимоги до людини і обсягом його діяльності, актуалізують питання підвищення фізичного, духовного, інтелектуального потенціалу особистості. В системі загальнокультурних цінностей високий рівень здоров'я людини багато в чому визначає можливість освоєння їм всіх інших цінностей, є основою, без якої процес розвитку людини малоефективний.

Однією з важливих засобів зміцнення здоров'я людини є фізична культура і спорт. Фізична активність людини, його потреба до руху – це

джерело життя. Рух – найважливіший природно-біологічний стимулятор росту, розвитку, підтримки і вдосконалення фізіологічних функцій, а також формування всього організму. Ще у Франції знаменитий лікар XVIII століття Тіссо сказав: «Рух як такий може за своєю дією замінити будь-який засіб, але всі лікувальні засоби світу не можуть замінити руху».

В епоху інформаційних технологій в сучасному суспільстві необхідно навчати і виховувати особистість учня, здатну не тільки бути відповідальною і підприємливою, а й здатну благополучно соціалізуватися в сучасному суспільстві.

Формування дієвої національної системи фізичного виховання вимагає вивчення і творчого осмислення багатой спадщини народної педагогіки та праці видатних українських педагогів і організаторів тіловиховання в минулому. Це зумовило цілеспрямоване вивчення і використання педагогічної спадщини В.О. Сухомлинського.

Широке поширення ідей українського педагога в сучасному освітньому просторі було обумовлено, на нашу думку, наступними факторами: виховання таких позитивних якостей як щирість і чесність, самоповага і віра в себе, працьовитість і хоробрість, цілеспрямованість, здатність до самоосвіти і вміння судити про моральні та ідейні постулатах

Проблема фізичного виховання, на думку В.О.Сухомлинського, – одна з найскладніших проблем, над якими необхідно сумлінно працювати. Ще в 50-70 роки минулого століття в роботах В.О.Сухомлинського представлена модель збереження та зміцнення здоров'я дітей.

Так в творі «Серце віддаю дітям» вперше зіткнулася з поняттям «медична педагогіка» та визначенням головних її принципів:

- берегти легко вразливу психіку дітей;
- всім укладом шкільного життя відволікати дітей від похмурих думок та переживань, збуджувати у них життєрадісні почуття;
- ні за яких обставин не давати зрозуміти дитині, що до неї ставляться як до хворого, коли виникає така потреба. [2, с.56]

«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы. Если измерить все мои заботы и тревоги о детях в течении первых четырёх лет обучения, то добрая половина их – о здоровье».[3, с.55]

В роботі з дітьми у В.О.Сухомлинського на першому місці завжди були збереження та зміцнення здоров'я дітей, збагачення духовного світу кожної дитини в процесі навчання та виховання.

На думку Сухомлинського, фізична культура є елементарною умовою повноти духовного життя, інтелектуального багатства, облагородження всіх інших сфер людської особистості. Під його керівництвом фізичне виховання у Павлиській школі спрямовувалось, перш за все, на зміцнення здоров'я дітей, досягнення гармонії здорового тіла і духу.

В.А. Сухомлинським запропоновані та апробовані в Павлиській школі ефективні шляхи зміцнення здоров'я дітей, удосконалення фізичного виховання учнів, і серед них:

1. Система бесід про людину і особливості людського організму.
2. Оптимальне чергування розумової та фізичної роботи.
3. Оздоровча спрямованість фізкультурних занять: уроків фізичної культури, ранкової зарядки, фізкультхвилинок, динамічних перерв.
4. Створення широкої мережі спортивних секцій і залучення школярів до активної участі в них ( «спорт – улюблене заняття кожного учня»).
5. Спортивні ігри, змагання, спартакіади (легка атлетика, гімнастика, плавання, верхова їзда, катання на ковзанах і лижах, велосипеді, зимові розваги, побудова снігової фортеці і т.п.).
6. Затвердження в свідомості учнів необхідність уважного і дбайливого ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших. Активна пропаганда і утвердження здорового способу життя.
7. Дотримання режиму дня.

8. Створення позитивного психологічного мікроклімату в навчальному закладі [1, с.218].

Спорт стає засобом виховання лише тоді, коли він – улюблене заняття кожного. На думку Сухомлинського, гармонія здорового тіла і духу неможлива без радості. Тим більше, що здоров'я дитини – це не просто комплекс санітарно-гігієнічних норм і правил, не зведення вимог до режиму, харчування, праці, відпочинку. Це, перш за все, – турбота про гармонійну повноту всіх фізичних і духовних сил, і вінцем цієї гармонії є радість творчості [1, с.53].

Аналізуючи свої спостереження, Сухомлинський виявив, що є зовсім недопустимою напружена розумова праця в останні 5-7 годин перед сном. «Если ребенок в течении нескольких часов перед сном сидит за уроками, он становится неуспевающим. Пассивность умственного труда на уроках – это чаще всего результат того, что ребенок сидит над книгой в те часы, когда ему надо быть на воздухе – в саду, играть в снежки» [3, с.59].

Єдиною правильною профілактикою багатьох хвороб В.О.Сухомлинський вважав раціональне поєднання праці та відпочинку, довготривале перебування на свіжому повітрі, виправдане та чітко дозоване фізичне навантаження, своєчасне засинання при відчиненому вікні, повноцінне харчування.

Він жорстко критикував тих педагогів, які намагаються заповнити кожную хвилину навчанням, «виплескуючи» на дитину велику кількість знань, що необхідно засвоїти та ще й при цьому тримаючи її постійно за столом, без прогулянки та рухливих ігор [1, с.52].

«Ребенок – живое существо, его мозг – тончайший, нежнейший орган, к которому надо относиться заботливо и осторожно. Дать начальное образование за три года можно, но при условии постоянной заботы о здоровье детей и нормальном развитии детского организма.

Источник полноценного умственного труда не в его темпе и напряжённости, а в правильной продуманной его организации, в

осуществлении многогранного физического, интеллектуального, эстетического воспитания [3, с. 59].

Турбота педагога з фізичного виховання про учнів відрізняється своєю специфікою. У центрі уваги в даному випадку знаходиться не стільки особистість учня, скільки його життя і здоров'я: під час виконання вправ велика небезпека травмування. Турботливим можна вважати викладача з фізичної культури, який організовує урок так, щоб вихованці уникли надмірних навантажень, іноді тягнуть за собою збої в роботі організму. Інтенсивність, об'єм, характер фізичних вправ диференціюються залежно від стану здоров'я учня, рівня працездатності, індивідуальних і індивідуальна особливостей. Ці особливості багато в чому визначають оволодіння новими видами рухової активності, здачу нормативів. Педагог повинен подбати про те, щоб учні, що відрізняються слабкою фізичною підготовленістю або мають нестандартну статура, не відчували сильного дискомфорту на заняттях. Їх потрібно оцінювати не тільки за об'єктивними показниками (швидкості бігу, довжини стрибка), але і відзначати навіть невеликі успіхи. Коректність вчителя в словесній оцінці фізичних можливостей і якостей учнів підсилює переживання ними позитивних емоцій від своєї активності. Це сприяє формуванню позитивної «Я»-концепції, де уявлення про своє тіло і його оцінка займають важливе місце [3, 20]. В. О. Сухомлинський писав, що не можна перетворювати спорт із засобу фізичного виховання всіх дітей в засіб боротьби за особистий успіх, розділяючи дітей на здібних і нездатних до спорту [2,86]. У той же час на уроках фізкультури можна створити ситуацію успіху для дітей, які зазнають труднощі у навчанні або в поведінці. Для них особливе значення має ситуація, коли вчитель зауважує їх досягнення, хвалить за результати. Це дозволяє не тільки одному педагогу, а й школі як соціального інституту не втратити можливості надавати позитивний вплив на формування особистості таких учнів. Відзначаючи їх успіхи, вчитель сприяє зміцненню у хлопців впевненості в собі, яка буде стимулювати подолання труднощів як на спортивному поприщі, так і в навчальній діяльності.

Отже можна говорити про те, педагогічна спадщина В.А. Сухомлинського містить в собі аксіологічні аспекти зміцнення здоров'я школярів, засновані на досягненнях філософської, психологічної та педагогічної думки, досвід вітчизняної і зарубіжної педагогіки і психології, традиціях народної педагогіки.

### **Література:**

1. Сухомлинский В.А. Павлышская средняя школа / В.А. Сухомлинский// Избр. пед.соч. в 5-ти т. – К.: Радянська школа, 1980, – Т. 4. – С. 7-412.
2. Сухомлинський В.А. Серце віддаю дітям. – К.: Рад. школа, 1988. – 220
3. Сухомлинський В.О. Сто порад учителям // Вибрані педагогічні твори: В 5-ти т. – К., 1976. – Т.2. – С.419-656.