

В.О.СУХОМЛИНСЬКИЙ ПРО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

На основі аналізу педагогічної спадщини В.Сухомлинського висвітлено думки видатного педагога щодо проблеми збереження здоров'я дитини. Розкрито психолого-педагогічні засади організації здоров'язбережувального навчально-виховного процесу.

On the basis analysis of pedagogical heritage V.Suhomlinsky is shown opinion on the problems of conservation child's health. Come out psychological-pedagogical basis of development conservations for health's of teaching and educational process

Постановка проблеми. Проблема людини та її здоров'я – віковична проблема, стрижнем якої є шлях до вільного, гармонійного розвитку особистості. Звісно, що основи здоров'я закладаються у дитинстві. Але більшість показників здоров'я дітей України характеризуються негативними тенденціями. Медичні працівники не перестають бити тривогу з приводу сучасного рівня захворюваності підростаючого покоління. За даними сучасних досліджень майже 90 % школярів мають відхилення у здоров'ї, понад 50 % – незадовільну фізичну підготовку, близько 60 % мають низький рівень фізичного розвитку. Екологічний, соціальний, економічний стани, які є в нашій державі на цей час не дають змоги покращити показники захворюваності. Невтішною також є і зорієнтованість педагогічного процесу, який не тільки не покращує становище, а й навпаки погіршує його.

Тому необхідно шукати нові шляхи, способи та засоби для покращення та зміцнення здоров'я школярів загальноосвітніх навчальних закладів.

Аналіз актуальних досліджень. Аналіз педагогічної літератури свідчить, що до здоров'язбережувального педагогічного процесу зверталось багато видатних педагогів, таких як М.Драгоманова, О.Духновича, С.Русової, В.Сухомлинського, К.Ушинського. Наукові погляди на цю проблему можна розподілити за такими напрямками: валеологічний (І.Брехман, Г.Зайцев, М.Гриньова), психологічний (І.Бех, О.Хухлаєва та ін.) й педагогічний (В. Сухомлинський, Д. Белухін, О. Омельченко та ін.).

Також роблячи аналіз педагогічної спадщини видатних вчених, можна виділити декілька підходів до формування здоров'я в учасників освітнього процесу.

Культурологічний підхід розглядали Г.Апонасенко, С.Волкова, Л.Попова, О.Савченко та ін. В основу їхніх наукових поглядів покладене розуміння фізичної культури як невід'ємної частини загальної культури людини.

Фундаментом здоров'язбережувального навчально-виховного процесу, вважають Л.Ващенко, О.Овчарук, О.Савченко, є здоров'язбережувальна компетентність, тобто знання та вміння спрямовані на збереження власного та оточуючих здоров'я.

І.Бех, Є.Вайнер, О.Іонова, В.Сухомлинський, І.Якименська підтримували гуманістичний підхід до формування здоров'я у дітей, відносно до якого дитина виступає найважливішою педагогічною цінністю. У центрі навчально-виховного процесу вони ставлять учня, тому освітній процес треба пристосувати під дитину, а не навпаки, дитину під цей процес.

Людинознавча спрямованість педагогічних поглядів видатного педагога В. Сухомлинського, що виявляється у піклуванні про здоров'я дитини, про її психофізичний розвиток, свідчить про його небайдужість до цього питання. Тому, **метою статті** є висвітлення поглядів, практичного досвіду В.Сухомлинського щодо здоров'язбережувального навчально-виховного процесу.

Виклад основного матеріалу. В.Сухомлинський відмічав важливість педагогічного процесу у формуванні дбайливого ставлення до здоров'я дітей: «Турбота про здоров'я – це найважливіша праця вихователя. Якщо вимірити всі мої турботи й тривоги про дітей, то

добра половина їх – про здоров'я» [6: 103]. Під час навчального року діти більшість часу проводять у навчальних закладах, тому саме на педагогів покладається відповідальне завдання по збереженню здоров'я учнів.

Спеціальні дослідження засвідчують, що саме стан здоров'я має одне з вирішальних значень у виникненні різних відхилень у поведінці дітей [2: 14]. Це відмічає у своїх наукових творах і В.Сухомлинський. Він звертав увагу батьків і педагогів, що одне із перших причин відставання, неуспішності є саме проблеми у здоров'ї дитини: «Приблизно у 85 % усіх невстигаючих учнів головна причина відставання в навчанні – поганий стан здоров'я, якесь нездужання або захворювання, найчастіше зовсім непомітне й таке, що можна вилікувати тільки спільними зусиллями матері, батька, лікаря і вчителя» [6: 48]. Василь Олександрович стверджував, що слабка розумова діяльність у більшості випадків не є результатом органічних чи функціональних змін у головному мозку, а є наслідком загального нездужання організму, самотинної ослабленості дитини. На його думку, найбільш точно сутність виховання цієї категорії учнів відбиває поняття «медична педагогіка», засадами якої повинні бути певні принципи, а саме: щадити легко вразливу хворобливу психіку дитини; усім стилем, укладам шкільного життя відвертати дітей від тяжких думок і переживань, пробуджувати в них життєрадісні почуття; ні за яких обставин не дати зрозуміти дитині, що до неї ставляться як до хворої [6: 52].

Видатний педагог був переконаний, що фізичний стан дитини та духовне життя є життєвопов'язаними, нерозривними та цілісними: «Добре, міцне здоров'я, відчуття повноти, невичерпності фізичних сил – дуже важлива умова життєрадісного світосприймання, оптимізму, готовності долати труднощі. Духовне життя дитини – її інтелектуальний розвиток, мислення, пам'ять, увага, гра, почуття, воля – великою мірою залежить від «гри» її фізичних сил» [4: 192-193]. Соматично ослаблена дитина не зможе радіти життю, як її повний сил одноліток, тому необхідно, у першу чергу, не спрямовувати корекційну роботу на психологічний стан дитини, а шукати причину і проводити фізично-оздоровчу роботу.

Так, наприклад, піклуючись про здоров'я учнів, В.Сухомлинський велику увагу приділяв різним видам загартування, особливо ранкова гімнастика й обтирання мокрим рушником [6: 386], а також для фізичного здоров'я школяра «особливе значення має загартування сонцем» [6: 389].

У своїх працях учений пише про свої висновки, що робота в лісі в морозний день, при яскравому лютневому сонці, – це чудесний спосіб зміцнення здоров'я, виховання стійкості й витримки [6: 391]. В.Сухомлинський говорив, що «праця й відпочинок у зимові дні були джерелом гармонії фізичного й духовного» [6: 393]. На жаль, сучасне шкільне навантаження учнів, велика кількість домашнього завдання, а також збільшення обсягу матеріалу, який направлений на самостійне вивчення, призводить до того, що діти рідше бувають на вулиці, під час перерв не бувають на вулиці. Дефіцит свіжого повітря може призвести до кисневого голодування організму, що дуже небезпечно для формуючого організму. Вчений, знаючи про це, вчив дітей правильному диханню під час відпочинку, роботи, ходіння, класних занять.

Педагог у своїх турботах про здоров'я підлітків і, насамперед, серця, дійшов до висновку, що «робота і відпочинок на свіжому повітрі, радість духовного спілкування в колективі, насолода красою буття – усе вкрай необхідне для того, щоб зміцнити серце саме тоді, коли воно в бурхливому процесі становлення, глибоких внутрішніх змін» [6: 393].

Тому, якщо не можливо зменшити обсяг матеріалу, який вивчається, то необхідно так організувати навчально-виховний процес, щоб діти частіше бували на свіжому повітрі: знову ввести режим шкільного розпорядку ранкові гімнастики на свіжому повітрі, уроки праці на повітрі, деякі уроки природничого характеру проводити у формі екскурсій.

На думку Василя Олександровича, «попереджаючи простудні захворювання, загартовуючи організм, зміцнюючи й оберігаючи серце, ми піклуємося про продовження життя» [6: 393].

В. Сухомлинський відмічав у своїх працях не тільки залежність духовного життя від фізичних сил, а й навпаки вплив душевної гармонії на фізичний стан учнів: «турбота про

людське здоров'я, тим більше про стан здоров'я дитини, – це не просто комплекс санітарно-гігієнічних норм і правил, не перелік вимог до режиму, харчування, праці, відпочинку. Це насамперед турбота про гармонійну повноту всіх фізичних і духовних сил, і вінцем цієї гармонії є радість творчості» [6: 109].

Розкриваючи значення гармонії здорового тіла, В. Сухомлинський концентрує увагу на тому, що на неї впливає дитяча радість й творчість. «Не даючи можливості, міркуючи, пізнавати і, пізнаючи, міркувати, а це і є початок самоствердження, учитель без кінця мучить серце підлітка. Кілька років такого смикання, і воно грубіє, стає байдужим. Для такого серця часто немає нічого святого. Підсвідомість перестає бути чуйним охоронцем совісті. Але справа не обмежується моральними втратами. Велика шкода наноситься здоров'ю. Для тих, хто виховується в душі безсловесної покірності, характерне почуття пригніченості. Їм недоступно оптимістичне, життєрадісне світосприйняття» [6: 401].

Наполягаючи на творчій, дослідницькій побудові навчально-виховного процесу, В.Сухомлинський відзначав важливість дослідницького елемента в навчанні. Саме дослідження дає поштовх до креативних шляхів вирішення ситуації, а значить, – це шлях до нових відкриттів, до радості від пізнання. «Чому на сторінках, присвячених здоров'ю, мова йде про дитячу творчість? Тому що це дитяча радість, а без радості неможлива гармонія здорового тіла і здорового духу» [6: 11].

Він вважав, що для досягнення вершини гармонії тіла й духу – це перебування дитини під враженням казкових, фантастичних образів, зачарування природою – «красою полів, метінням зірок, нескінченою піснею коників і пахоців польових квітів» [6: 109]. Мешканцям як мегаполісів, так і невеликих міст, це побачити дуже важко, а точніше не можливо, тому це досягти на сучасному уроці можливо за допомогою технічних засобів навчання та живопису. Звісно, це не замінить живодайний потенціал природи, але трохи зменшить той дефіцит естетичної наповнюваності життя, який дає сьогодні.

Педагог розглядав здоров'я школяра як цілісну систему. «Анатомо-фізіологічні процеси, що відбуваються в цьому віці, настільки тісно зв'язані з духовним життям і формуванням свідомості, значною мірою відбивають майбутнє людини, що фізична культура вже не може обмежуватися культурою тіла й здоров'я» [6: 382]. Таким чином, він відзначає єдність духовного, психічного й фізичного аспектів здоров'я особистості.

Але усього цього можна досягти тільки за допомоги цілеспрямованого організованого здоров'язбережувального навчально-виховного процесу. В.Сухомлинський багато уваги приділяв педагогічно-доцільній організації процесу навчання, методам та формам викладання.

У першу чергу Василь Олександрович наголошував на тому, що підбирати навчальний матеріал відповідно до вікових особливостей дітей.

Так, «художнє, емоційно насичене мислення» – є характерною рисою молодших школярів, тому «істина, в якій узагальнюються предмети та явища оточуючого світу, стає особистим переконанням дітей за умови, що вона одухотворена яскравими образами, що впливають на почуття» [6: 18].

Виходячи з цього, на думку В.Сухомлинського, діти повинні не просто засвоїти знання, а пройти «емоційну школу – школу пізнання серцем» [6: 18].

Другим важливим моментом у формуванні здоров'язбережувального навчально-виховного процесу, на думку В.Сухомлинського, є запобігання перевантаження учнів. Вирішити цю проблему можливо, працюючи за наступними напрямками.

Насамперед, вважає великий педагог, навчальне навантаження слід розподілити за порами року. Він пояснює це тим, що «рік складається з періодів, у кожному з яких життєдіяльність людського організму різна. Добре відомо, наприклад, що навесні захисні сили організму послаблюються, на осінь – зміцнюються. Враховувати ці циклічні коливання особливо важливо в школі, адже ми маємо справу з організмом, який росте, розвивається, з мозком, який формується» [5: 488]. Тому, особливо в початкових класах, В.Сухомлинський радить до кінця лютого в основному закінчити вивчення теоретичних узагальнень, а весною

зосередитися на тих видах роботи, які поглиблюють, систематизують здобуті раніше знання, а також посилюють вироблення вмінь, необхідних для успішного навчання в подальшому.

В.Сухомлинський у своїх працях висловлює досить негативне ставлення до прийомів так званого ефективного, «прискореного» навчання, що само собою не може бути пов'язаним з формуванням здорової особистості. В їх основі, на думку вченого «...погляд на голову дитини як на електронний механізм, здатний без кінця нагромаджувати й засвоювати. Дитина – жива істота, її мозок – найтонший, найніжніший орган, до якого треба ставитися дбайливо й обережно. Поцінність розумової праці визначається не тільки й не просто її темпом і напруженістю, а насамперед правильною, продуктивною, розумною її організацією» [4: 193].

В. Сухомлинський вважає, що поспіх, нервозність недопустимі у школі, оскільки «надмірне розумове напруження призводить до того, що у дітей тьмяніють очі, затуманюється погляд, рухи стають млявими. І ось дитина вже ні на що не здатна, їй аби тільки на свіже повітря, а вчитель тримає її «в голоблях» і підганяє: швидше, швидше...» [6: 49].

Також, щоб запобігти інтелектуального перевантаження дітей під час навчання, на думку В.Сухомлинського, слід дотримуватись таких основних вимог:

- з малечку турбуватися про багатий інтелектуальний фон, на якому відбувається розумовий розвиток дитини в сім'ї, а тому постійно дбати про педагогічну культуру батьків;
- не допускати диспропорції в уміннях і знаннях;
- індивідуально підходити до учня, бачити розумову роботу кожної дитини;
- турбуватися про повсякчасний розвиток знань, щоб вони не залишалися «закостенілим вантажем»;
- не допускати, щоб «навчання перетворювалося в нескінчене надолужування пропущеного, не підтягувати без кінця «хвосту» [5: 489-490].

Виконання цих вимог можливе при дотриманні двох основних умов, а саме:

- розвиток багатогранного інтелектуального життя дитини, передусім, через введення учня у світ книжок, виховання любові, духовної потреби в читанні;
- надання учневі вільного часу, необхідного йому як повітря для здоров'я, правильно чергувати працю і відпочинок.

Не останнє місце у своїх дослідженнях В.Сухомлинський приділяє чергуванню видів діяльності, встановленню індивідуального для кожної дитини режиму праці й відпочинку, активізації учнів через фізичну працю, рух, ходьбу, біг, гру – оскільки без втоми не може бути здоров'я [6: 48-49].

Але великий педагог звертав увагу, що неможливе формування здорової особистості без зв'язку із сім'єю [6: 103]. Він надавав величезного значення постійним бесідам з батьками про здоров'я.

В.Сухомлинський зазначав про необхідність інформувати батьків про раціональний режим учнів дома (виконання вправ, читання, малювання тощо), щоб домашня розумова праця не була втомливою для дитини. Не менш важливим є усвідомлення батьками про необхідність відпочинку дитини, повноцінного сну (обов'язково при відкритій квартирі, а в теплі пори року – на свіжому повітрі; виконання вимог рано лягати спати і рано вставати), ранкової гімнастики, водних процедур по можливості у природних водоймах) [6: 48-49].

Окремо В.Сухомлинський звертає увагу на необхідність щодо важливого аспекту здоров'я, як раціональне повноцінне, здорове харчування, від якого залежить гармонійний, пропорційний розвиток частин тіла (правильний розвиток кісткової тканини, особливо, грудної клітки). Він радить батькам обов'язково давати дітям такі важливі для здоров'я продукти як мед («шматочок сонця на тарілці»), багаті на вітаміни та мінерали фрукти й овочі, насичені фітонцидами злакові рослини (пшениця, жито, ячмінь, гречка), лугові трави, горіхи тощо [6: 48-49].

На думку В.Сухомлинського, збереження й зміцнення здоров'я учнів у школі – це одна з головних проблем, що вимагають від учителів теоретичних знань і практичних умінь, але й валеологізації всього навчально-виховного процесу, спрямованого на формування високого рівня культури здоров'я школярів.

Висновок. Проведений аналіз педагогічної спадщини В.Сухомлинського дозволяє зробити висновок, що великий педагог велике значення приділяв саме здоров'язбережувальному напрямку навчально-виховного процесу.

Найважливішими умовами для збереження та зміцнення здоров'я учасників освітнього процесу є: організація освітнього процесу відповідно до вікових особливостей дітей, залучення у процес навчання мистецтва й трудової діяльності, дитячої творчості; належне забезпечення медико-гігієнічних умов (правильне харчування, зміна режиму праці та відпочинку, загартування та ін.).

Безперечними факторами успішності розв'язання проблеми формування здорової дитини є узгоджена взаємодія сім'ї й школи, батьків і педагогів, а також позитивний вплив особистості вчителів на процеси здорового розвитку учнів.

Перспективу **подальшого дослідження** вбачаємо у творчому осмисленні та впровадженні теоретичних положень та багатогранного досвіду В.Сухомлинського в сучасну школу з метою забезпечення умов для збереження й розвитку здоров'я дітей.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Горашук В.П. Валеологічні погляди В.О.Сухомлинського на навчально-виховний процес у школі // Проблеми педагогічних технологій: Зб. наук. пр. – Луцьк, 2000. – № 3. – С.4-10.
2. Свириденко С. Здоров'я дитини – центр уваги вчителя // Завуч. – № 25 (103). – 2001. – 14 с.
3. Сухомлинский В.А. Павлышская средняя школа: Обобщение опыта учеб.-восп. работы в сел. сред. шк. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 1979. – 393 с.
4. Сухомлинський В.О. Вибрані твори – К. Радянська школа, 1976. – Т. 1 – 654 с.
5. Сухомлинський В.О. Вибрані твори – К. Радянська школа, 1976. – Т. 2 – 670 с.
6. Сухомлинський В.О. Вибрані твори – К. Радянська школа, 1977. – Т. 3 – 670 с.

УДК 37.033

Т.Ф. Юркова

ПРОБЛЕМИ ГУМАНІСТИЧНО-ЕКОЛОГІЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ У ПЕДАГОГІЧНІЙ СПАДЩИНІ В.О.СУХОМЛИНСЬКОГО

У даній статті розглядаються актуальні питання гуманістично-екологічного виховання учнів у педагогічній спадщині В.О.Сухомлинського. Автор досліджує основні методи, прийоми, форми організації навчально-виховної роботи учнів, формування екологічних цінностей особистості, що є досить актуальним сьогодні.

The article focuses on actual problems of humanism and ecological bringing up the pupils revealed in pedagogical heritage of V. Suhomlinsky. The author investigates the basic methods and forms of studying and bringing up the pupils, forming their ecological values, that is actual enough nowadays.

У Державній національній програмі «Освіта» (Україна ХХІ століття) відзначається, що завдання освіти – сформувані покоління всебічно розвинутих, свідомих громадян. Метою Концепції неперервної екологічної освіти та виховання є підготовка молодого покоління, спроможного вивести людство зі стану глибокої екологічної кризи та формування екологічної культури особистості як форми регуляції взаємодії людини з природою [5: 17]. Концепція національного виховання визначає стратегію розвитку наскрізної системи виховання молодого покоління України, наповнення виховання гуманітарним змістом, який