

## Проблеми формування валеологічних знань у навчально-виховному процесі школярів

*Волинський національний університет імені Лесі Українки (м. Луцьк)*

**Постановка наукової проблеми та її значення.** Підставою для постановки проблеми є суперечності, що склалося у сфері освіти, пов'язані з тим, що не завжди враховуються особливості поведінки дітей, самооцінка ними свого соціального, фізичного й психічного здоров'я, ставлення до фізичної культури. Оскільки фізична активність розглядається нами з позицій її взаємозв'язку з чинниками здоров'я та культурного розвитку, ми зупинилися на вирішенні проблеми в трьох аспектах: соціальному, фізичному й психічному.

Прошло тридцять років із моменту виходу першої публікації І. І. Брехтмана (1980) з валеології. За цей час валеологія зазнала підйомів, падіння, пошани та приниження й, на жаль, не зуміла використати свій передовий інноваційний потенціал на благо здоров'я та благополуччя населення країни, насамперед дітей і молоді. Основною проблемою, що призвела валеологію на певному етапі до застою й у край низького рівня розвитку, є відсутність розуміння та підміни понять у системі державного управління й суспільства “здоров'я – хвороба”, “оздоровлення – фізкультура – спорт” і відсутність науково-методичних та організаційних основ науки про здоров'я.

Минулий час усе розставив на свої місця, й сьогодні валеологію розуміють як соціально-біологічну науку про якість життя та здоров'я, що має власний предмет – якість життя й здоров'я людини та суспільства, об'єкт – людина й суспільство, власні методи дослідження та моніторингу фізичного і психічного здоров'я, методи формування індивідуального й суспільного здоров'я, а також соціальне замовлення – підвищення якості життя та здоров'я населення країни.

**Аналіз останніх досліджень із цієї проблеми.** Нестабільна економічна ситуація та як наслідок, зниження життєвого рівня населення, послаблення інфраструктури охорони здоров'я, освіти й культури помітно погіршили становище дітей, можливості їх життєзабезпечення, розвитку та соціалізації; зростання вартості життя призвело до різкого зниження культури людей щодо здоров'я. Становище дітей в Україні із соціальної точки зору, характеризується тим, що руйнується система оздоровчого відпочинку, дитячого спорту, дошкільного виховання, знижується якість освіти, намітилися негативні тенденції в соціальній сфері [1].

На сьогодні під впливом багатьох чинників соціально-економічного характеру, у тому числі й неадекватної фізичної активності, здоров'я дітей і молоді погіршало. Відповідно до вищевикладеного необхідно більш повно використовувати можливості, які має у своєму розпорядженні система фізичної освіти для вирішення завдань зміцнення здоров'я, покращення рухової підготовленості й виховання здорового стилю життя в школярів.

На підставі наукових даних про психофізичний стан, соціальної активності школярів створюються різні варіанти навчальних програм, більш цілеспрямовано планується процес із фізичного виховання, використовуються різні шляхи підвищення його ефективності [2]. Тим часом є підстави вважати, що успіх формування в школярів позитивного ставлення до певних видів занять фізичною культурою й спортом багато в чому залежить від правильної взаємодії організованого виховання та впливу соціального середовища [3; 5].

У сучасних умовах вивчаються типові для учнів стратегії розуміння здорового стилю життя, їх уявлення про власне здоров'я, домінуючі в них у школі психічні стани, мотиваційні й смислові підстави освітньої діяльності школярів. Дослідження дають змогу зафіксувати зв'язок між змінами в соціокультурному середовищі, у діяльності школи та соціальним типом молоді людини, що формується, на етапі завершення шкільної освіти [3; 4].

**Завдання дослідження** – проаналізувати місце й значення знань школярів про збереження та зміцнення здоров'я в системі шкільної освіти.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Усебічний аналіз проблеми показує, що, коли йдеться про здоров'я дітей (саме про здоров'я, а не захворюваність), то її вирішення пов'язане з медициною далеко не першочергово. Декларуючи свою профілактичну спрямованість, вона майже повністю займається тільки лікуванням. Тобто здоров'я

людині надається можливість захворіти, щоб потім зайнятися її лікуванням. Однак такий шлях і антигуманний, і безперспективний, і дорогий.

На сучасному етапі нагромаджується все більше даних, які показують, що вирішення питання про здоров'я дітей – це проблема насамперед педагогічна. Таке твердження зумовлене певними принциповими обставинами.

Ще у 80-х роках експерти Всесвітньої організації Охорони здоров'я (ВООЗ) зробили висновок (він потім був підтверджений і вітчизняними спеціалістами), що здоров'я сучасної людини більш ніж на 50 % залежить від її способу життя.

Однак щоб зробити людину активним борцем за своє здоров'я, у неї, по-перше, необхідно виховати стійку життєву позицію щодо здоров'я, а, по-друге, потрібно навчити вести здоровий спосіб життя.

На жаль, поки наша освіта не орієнтована на виховання в людини пріоритету здоров'я як однієї з найважливіших людських цінностей. Ось чому навчальні плани – програми дисциплін не передбачають навчання дитини здорової життєдіяльності у всій багатоманітності її проявів: оптимальної рухової активності та зміцнення імунітету, раціонального харчування й психофізичної саморегуляції, загартовування та правильної організації режиму праці й відпочинку. У результаті в дитини не лише не виховується стійка життєва мотивація до здоров'я, а й вона не вміє навіть вчитися, що призводить до дорогої ціни, яку у вигляді порушень здоров'я вона платить за навчання.

Стан погіршується тим, що одним із важливих факторів ризику дітей, на думку спеціалістів, на сучасному етапі є саме освітнє середовище. Сюди слід віднести такі обставини, як перенавантаження навчальних планів, авторитарно репродуктивний стиль навчання, який призводить до диктату вчителя та який робить школяра пасивним споживачем інформації, а не зацікавленим учасником освітнього процесу; психологія відносин учитель–учень й учень–учень, гіподинамія, відсутність урахування індивідуально-типологічних особливостей школярів, низький рівень культури поведінки та ін. Тому зниження показників рівня здоров'я в процесі шкільного навчання – цілком закономірне.

Важливою обставиною, яка ускладнює навчання школяра, є те, що вивчення кожної навчальної дисципліни майже не враховує зміст і методологію інших дисциплін. Крім того, учитель-предметник не усвідомлює місце своєї дисципліни в загальній парадигмі освіти, яка, в принципі, повинна формувати світогляд людини та в якій кожний навчальний предмет повинен бути “цеглинкою” для створення цілісної картини світу й місця людини в ньому.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Перспективні напрями розвитку валеології, формування та здійснення здорового способу життя бачаться такими:

1. Комплексні науково-дослідні розробки, які взаємо координуються й включають:

- узагальнення досвіду та досягнень оздоровчої фізичної культури й профілактичної медицини;
- виявлення позитивного соціально-економічного та соціокультурного ефекту здорового способу життя;
- активні оздоровчі чинники усунення негативних для здоров'я наслідків забруднення зовнішнього середовища;
- валеологічна система фізичного виховання дітей і підлітків, а також валеологічна освіта молоді.

2. Створення навчально-методичних комплексів, підручників і навчальних посібників із валеологічної освіти для молоді, викладачів, батьків, керівників організацій і підприємств тощо.

3. Організація освітньо-пропагандистської кампанії “Здоровий спосіб життя і культура побуту”, до якої входить усіляка валеологічна інформація – від вибору місця й проекту будівництва будинку до раціонального побутового режиму сім'ї.

4. Повсюдне здійснення заходів програм розвитку фізичної культури, спорту та туризму, особливо з рекреації й активного відпочинку з використанням нових оздоровчих технологій та оздоровчої техніки – тренажерів, а також упровадження в побут оздоровчо-спортивного туризму, родинних рекреаційних екскурсій, походів вихідного дня й т. п.

5. Організаційне об'єднання та консолідація творчих зусиль усіх учасників науково-практичних розробок валеологічної освіти й виховання.

#### *Література*

1. Апанасенко Г. Л. Як зупинити депопуляцію в Україні / Г. Л. Апанасенко // Наук. світ. – 2005. – № 11. – С. 2–5.
2. Апанасенко Г. Л. Медицинская валеология / Г. Л. Апанасенко, Л. А. Попова – Ростов н/Д : Феникс, 2000. – 248 с.
3. Бородин Ю. А. Современные проблемы физической культуры в формировании здоровья нации / Ю. А. Бородин, В. Б. Добровольский, А. А. Мальцев, Г. И. Сухорада // Физическое воспитание студентов творческих специальностей : сб. науч. тр. / под ред. Ермакова С. С. – Харьков : ХГАДИ (ХХПИ), 2002. – № 6. – С. 43–56.
4. Паффенбаргер Р. С. Здоровый образ жизни / Р. С. Паффенбаргер, Э. Ольсен. – Киев : Олимпийская лит., 1999. – 236 с.
5. Степанюк Ю. Філософія здоров'я людини як здорового способу життя / Ю. Степанюк // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – Луцьк : РВВ “Вежа” Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2008. – Т. 1. – С. 111–114.

#### **Анотації**

*У статті проаналізовано та узагальнено фактори й причини неефективного використання педагогічних засобів та методів, які б сприяли зміцненню здоров'я підростаючого покоління.*

**Ключові слова:** валеологія, школярі, здоров'я, оздоровчі технології, фізична культура.

**Геннадий Навроцкий. Проблемы формирования валеологических знаний в учебно-воспитательном процессе школьников.** В статье проанализированы и обобщены факторы и причины неэффективного использования педагогических средств и методов, которые бы способствовали укреплению здоровья подрастающего поколения.

**Ключевые слова:** валеология, школьники, здоровье, оздоровительные технологи, физическая культура.

**Hennadii Navrotskii. Problems of Pupils' Valeological Knowledge Development in School Educational Process.** In the article are analyzed and summarized the factors and reasons of pedagogical tools and methods inefficient use. These facilities could help to improve the health of the younger generation.

**Key words:** valeology, school children, health, health-improving technologies, physical education.