

**ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ПІДЛІТКІВ У ШКОЛАХ НОВОГО ТИПУ**

*В статті аналізується формування здорового способу життя у школах нового типу.*

Цілком закономірний зростаючий інтерес до проблем здоров'я в Україні з боку не тільки медичних працівників, але і всього населення. Пріоритет життя й здоров'я людини як основний принцип державної політики зафіксований у Конституції України. У державних документах, прийнятих останнім часом (Національна доктрина розвитку освіти України у XXI столітті (2001 р.), Закон України "Про загальну середню освіту" (1999 р.), Національна програма "Діти України" (2001 р.)), звертається увага на необхідність покращення духовного й фізичного здоров'я нації.

Увага до проблеми здоров'я збільшується з кожним роком як у нашій країні, так і в усьому світі. У Канаді, Великобританії, США, Франції піклування про здоров'я є частиною національної політики, про що свідчать державні програми здоров'я і національні інформаційні огляди про стан здоров'я. Їхня реалізація можлива тому, що населенням усвідомлюється: ступінь здоров'я прямо залежить від ставлення до нього на державному й особистому рівні. Відомі факти зі світової практики про зниження росту серцево-судинних і онкологічних захворювань (США), тютюнозалежності і зменшенні вживання алкоголю (Фінляндія), зменшенні росту злочинності й кількості абортів (Нідерланди, Швеція), завдяки формуванню належної мотивації до здорового способу життя (Jshii T., Krogh Z.A., Тобайс Э.).

Зазначені обставини дозволяють констатувати, що формування здорового способу життя як технології збереження здоров'я і забезпечення високої результативності і продуктивності праці людини є, поряд із проблемами війни й світу, екологізації свідомості людини, найважливішою проблемою сучасності [1:320].

Завданням цієї статті є визначення організаційно-педагогічних умов формування здорового способу життя підлітків у школах нового типу.

Аналіз соціокультурних і освітніх тенденцій свідчить про те, що різні аспекти поведінки людини у ставленні до свого здоров'я в останнє десятиріччя стали предметом міждисциплінарних досліджень і об'єктом пильної уваги вчених як українських, так і близького зарубіжжя.

У дослідженні цієї проблеми з'явилося декілька напрямків: філософсько-соціологічне (А.П.Бутенко, І.М.Биховська, Л.Я.Рубіна, М.Н.Руткевич і ін.); медико-гігієнічне (М.А.Агаджанян, М.М.Амосов, В.Є.Апарин й ін.); психолого-педагогічне (А.В.Баришева, М.Я.Віленський, П.А.Виноградов, Т.О. і ін.).

Зазначимо, що загальні теоретичні питання здорового способу життя розглянуто в роботах Г.Апанасенка, С.Бондаревського, О.Дубогай, В.Новосельського, В.Платонова, В.Оржехівської та ін.; психологічні особливості особистості, її фізичний розвиток та формування у процесі фізичного виховання розкривається у працях М.Линця, Г.Малахова, В.Моляко та ін.; питанням особистості як системи відносин індивіда з навколишнім соціальним середовищем присвячені роботи Р.Баєвського, В.Сорокіна та ін.; фізична культура як вид соціальної діяльності, спрямованої на зміцнення здоров'я і розвиток фізичних здібностей розглядається в роботах П.Коробейнікова, Б.Шияна; фізична культура як засіб підготовки до праці й захисту Батьківщини висвітлює у своїх працях В.Качашкін; змістовий бік проблеми виховання навичок здорового способу життя докладно розкривається В.Артемоновим, В.Моченовим, Р.Баєвським, В.Войтенко.

У сучасних умовах, коли зниження духовного потенціалу та здоров'я молоді, особливо підлітків, стає відчутною реальністю, необхідність орієнтованості на формування духовних потреб, здорових звичок, фізичного загартовування, в цілому здорового способу життя є одним із пріоритетних напрямів у розробці концепції виховання дітей і молоді у національній школі.

Аналіз програм із фізичного виховання для загальноосвітніх шкіл свідчить про те, що вони в цілому спрямовані на вирішення завдань фізичного вдосконалення учнів. В той же час низький рівень рухової активності, невідповідність рівня підготовки школярів контрольним нормативам з фізичного виховання, відсутність інтересу до уроків фізичної культури, значні недоліки у створенні педагогічних умов, котрі не враховують специфіку дітей підліткового віку, гальмують процес формування здорового способу життя [2:10-14].

Проблема формування здорового способу життя належить до вічних в історії людства.

Встановлено, що теоретичним підґрунтям розвитку фізичного виховання у вітчизняній педагогіці були погляди відомих педагогів А.Волошина, К.Ушинського, О.Духновича, С.Русової, С.Сірополка, А.Макаренка, В.Сухомлинського.

Проте аналіз літературних джерел та дисертаційних досліджень свідчить, що проблема формування здорового способу життя підлітків у школах нового типу не була предметом спеціальних досліджень.

Разом з тим у сучасних школах з поглибленим вивченням фізкультури, ліцеях, гімназіях створені інші умови ніж у ЗОШ, основи формування здорового способу життя підлітків мають свої особливості. Визначення специфіки формування здорового способу життя підлітків у школах нового типу є проблемою, яка полягає у розв'язанні суперечностей між: існуючими підходами до фізичного виховання підлітків, які склалися у загальноосвітніх навчальних закладах і зорієнтовані лише на покращення фізичних якостей, практичного досвіду та вимогами щодо необхідності навчити школярів використовувати набуті знання і вміння для забезпе-

чення собі способу життя, котре сприяло би збереженню здоров'я; структурою педагогічного процесу та вимогами щодо управління формуванням здорового способу життя з урахуванням специфіки підліткового віку.

Дослідження вчених у галузі педагогіки і психології свідчать про те, що найбільш сприятливі можливості для розвитку особистості з'являються у дитячому і підлітковому віці (П.П.Блонський, Л.С.Виготський, В.В.Давидов, І.С.Кон, Б.Т.Ліхачов, А.В.Петровський, В.О.Сухомлинський, Д.Ушинський, С.Т.Шацкий, Д.Б.Ельконін). Зміни, що відбуваються у цей період в організмі дітей і підлітків, стають основою для формування центрального новотвору в особистості дитини, що виражає їхню об'єктивну і суб'єктивну готовність до повноцінного життя в суспільстві. Саме у цей час закладаються основи майбутньої життєвої позиції людини, тому головна роль у формуванні ціннісних орієнтирів покладена на систему шкільного виховання.

Як показали дослідження, навчально-виховний процес повинний включати два провідних напрямки організаційно-педагогічної діяльності по формуванню здорового способу життя: створення оптимальних зовнішніх умов – мікросоціального середовища (гуманістичні відносини, сприятливий психологічний клімат, активна творча обстановка), через спільну діяльність і спілкування дітей і дорослих в освітньому процесі (Ю.К.Бабанський, А.А.Бодалев, Б.С.Гершунський, В.И.Зверева, В.А.Караковський, А.С.Макаренко, А.В.Мудрик, Н.С.Шуркова й ін.); забезпечення внутрішніх умов (установок, потреб, здібностей) для саморозвитку й самовиховання учнів через механізми самопізнання, рефлексії, цілеутворення (Г.В.Акопов, Б.Г.Ананьєв, Л.И.Божович, Б.С.Братусь, Т.М.Давиденко, В.М.Мініяров, Б.Д.Паригин, С.Л.Рубінштейн, В.А.Якунін і ін.).

Таким чином, сучасна ситуація характеризується протиріччями між усвідомленням суспільством необхідності підтримки здоров'я і працездатності особистості, як важливої характеристики конкурентноздатності в умовах ринкової економіки й недосконалістю освітньої системи (практичною відсутністю адекватних організаційно-педагогічних умов), що сприяє формуванню необхідних якостей особистості школярів і, перше за все, підлітків.

Дане протиріччя визначило проблему дослідження, суть якої полягає у відповіді на головне питання: які організаційно-педагогічні умови, що сприяють формуванню здорового способу життя підлітків?

З 2000 року експериментальна робота у цьому напрямку ведеться у загальноосвітній школі №2 м.Житомира. Навчальний план роботи школи передбачає викладання п'яти годин фізкультури на тиждень у 1-11 класах. Учні 1-3 класів 2 години щотижня відвідують міський басейн, де опановують мистецтво плавання, тобто отримують теоретичні знання з цього виду спорту і практичні навички під керівництвом учителя фізкультури та інструктора з плавання. В 1-3 кл. викладається предмет "Основи хореографії", в 10-11 кл. - курс "Основи масажу".

У загальношкільний план навчально-виховної роботи школи введені фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі шкільного дня, **фізкультхвилинки**, різноманітні ігри на перервах. Комплекси вправ складаються вчителями фізкультури разом із шкільною медсестрою.

Учні 1-3 класів ведуть Зошит фізичного розвитку, автором якого є проректор із наукової роботи дніпропетровського інституту фізкультури Москаленко Наталія Василівна.

Широкого розмаху в школі набула позакласна спортивно-масова робота. Педколектив школи намагається різноманітнити її форми, враховуються індивідуальні особливості та інтереси дітей і підлітків. Учні молодших класів займаються в гуртках фізичної культури, які ведуть спортсмени-старшокласники. Починаючи з 3 класу учні займаються в секціях з 12 видів спорту: волейбол, баскетбол, лижі, легка та важка атлетика, аеробіка, боротьба, теніс, стрільба, футбол, шахи, шашки.

В літній період школярі не перестають займатись спортом. Працюють спортивні секції, проводяться спортивні змагання.

Педагоги школи приділяють увагу тому, щоб розкрити виховне значення спорту, його значення у формуванні у дітей позитивних моральних якостей. У стінній пресі ("Ентузіаст", "Олімпійський резерв") регулярно повідомляється про спортивні досягнення наших учнів у школі та місті.

Щоб охопити підлітків систематичними заняттями фізичними вправами в режимі шкільного та позашкільного часу, необхідно виховати у дітей потребу фізичного удосконалення. Вирішення цього завдання потребує, перш за все, посилення виховної роботи, спрямованої на формування у кожного школяра цієї потреби. Особливе значення виховної роботи пояснюється тим, що потреба - це психологічний стан, який характеризує потяг особистості до конкретних дій, які сприймаються як необхідна умова існування. Таким чином у процесі виховання планомірно повинні формувати у школярів саме такий стан, який характеризується як потяг до занять фізичними вправами з метою розвитку своїх здібностей, укріплення здоров'я. Без усвідомленого бажання, потреби самих підлітків удосконалювати свої фізичні можливості неможливо успішно здійснювати їх фізичне виховання.

Формування у школярів розумних потреб, в тому числі й потребу фізичного удосконалення, є складним та багатогранним педагогічним процесом. Характер потреб і процес їх формування залежить від багатьох впливів на дитину зі сторони школи та батьків, засобів масової інформації, літератури. При цьому сам учень повинен стати активним учасником процесу формування особистих потреб, від його свідомості та активності залежить успіх у цій справі.

В результаті проведеного нами експерименту у дітей відмічені позитивні зміни у прояві свого ставлення до фізичного вдосконалення. Ці зміни у різних учнів не однакові, і залежать вони від рівня потреб, що розвиваються.

Так нами виявлено, що у групи учнів, яка була байдужа до фізичного вдосконалення, з'явився потяг до занять фізичними вправами. У другій - розвинулося справжнє бажання шляхом систематичних вправ досягти

гарної успішності з фізкультури. У третьої - виникло бажання досягти високих спортивних результатів шляхом систематичних тренувань, строгого виконання режиму дня.

В цілому зростає зацікавленість підлітків своїм здоров'ям, формується спрямованість на фізичну досконалість та здоровий спосіб життя.

Зміцнення та збереження здоров'я школярів – головне завдання фізичного виховання. Виконання цього завдання здійснюється шляхом систематичного залучення учнів до рухової діяльності, проведенням фізичних тренувань із метою збільшення функціональних можливостей організму, заповнення вільного часу дітей заняттями фізичними вправами, що є одним із засобів відвернення їх від поганих звичок та пропагандою здорового способу життя.

Ефективність формування здорового способу досягається в результаті цілісного (інтегративного) підходу, що визначається а) вихованням у школярів, їхніх батьків і педагогів аксіологічного підходу, спрямованого на освоєння пріоритетних цінностей, пов'язаних не тільки зі збереженням життя і зміцненням здоров'я, але і з перекладом цього процесу в розряд, що самоорганізується; б) розробкою змісту й особливостей поетапного формування здорового способу життя учнів; в) підвищенням кваліфікації й реорганізацією методичної роботи педагогів через валеологічну спрямованість усього навчально-виховного процесу; г) систематичним педагогічним моніторингом процесу й результатів формування здорового способу життя учнів.

Завданням цієї статті, що є частиною нашого дослідження, є визначення організаційно-педагогічних умов здорового способу життя підлітків у школах із фізкультурним нахилом.

Однак слід відзначити, що у шкільній освіті сьогодні ще не достатньо науково обгрунтована система оздоровлення дітей із проблемами формування, збереження і зміцнення здоров'я; всебічно не продуманий зміст базових знань із проблеми здоров'я і здорового способу життя, відсутня методика розвитку знань про спосіб життя як фактора здоров'я; не розроблені методичні прийоми, за допомогою яких ця інформація може бути засвоєною. Випускники загальноосвітньої школи ще не мають у своєму розпорядженні необхідних, важливих знань про збереження здоров'я; у них немає навичок ведення здорового способу життя; вони не здатні оцінити вплив середовища на здоров'я людини й генофонд майбутніх поколінь. Ці аспекти проблеми потребують подальшого дослідження.

#### **СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ**

1. Зверева В.І. Організаційно-педагогічна діяльність керівника школи.-М.: Нова школа,1997.-320с.
2. Кружиліна Т., Орехова Т. Здоров'ятворююча освіта: валеологічний підхід до організації педагогічного процесу //Основи безпеки життя. – 1997. - №11. – С.10-14.

Матеріал надійшов до редакції 19.09.03 р.

***Полулях А.В. Организационно-педагогические условия формирования здорового образа жизни подростков в школах нового типа.***

*Исследуется проблема формирования здорового образа жизни подростков в школах нового типа.*

***Pululjah A.V. The organizational and pedagogical conditions of the formation of the healthy way of life in the teenagers at the schools of a new type.***

*The problem of formation of the healthy way of life of teenagers at the schools of a new type is studied.*