

Басюк Н.А. ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ДО ВЛАСНОГО ЗДОРОВ'Я

*Кандидат педагогічних наук,
Житомирський державний університет
імені Івана Франка*

Бажання бути здоровим об'єднує усіх людей незалежно від віку, статі, соціального статусу або фінансового становища. Проте сьогодні рідко хто може похвалитися відсутністю будь-яких захворювань. Стійка тенденція до погіршення здоров'я дітей і молоді – чи не найгостріша проблема сьогодення. Нестабільна політична і економічна ситуація в країні, погіршення соціально-побутових, екологічних і психологічних умов життя впливає на стан організму людини, особливо дитячого: збільшується кількість хронічних захворювань у дітей і підлітків; зменшується кількість дітей із першою групою здоров'я; збільшується кількість учнів, що мають відхилення у стані здоров'я на час закінчення школи.

У країні відсутня мода на здоров'я. Засоби масової інформації аж ніяк не сприяють формуванню фізично і духовно розвиненої людини, пропагуючи шкідливі звички, насильство і статеву неприборканість. За статистичними даними 40% дітей шкільного віку вживають алкоголь і палять, заповнюючи цим свій вільний час. Тому однією з причин погіршення ситуації зі станом здоров'я є ще й зневажливе і безвідповідальне ставлення до єдиної онтологічної цінності, якою природа нагороджує людину разом із життям. Видатний український учений-медик Олександр Богомолець казав: «Вміння продовжувати життя – це, насамперед, вміння не скорочувати його» [1, с. 105]. Розглядаючи здоров'я людини як найвищу цінність, можна сказати, що здоровий спосіб життя ще не посідає чільного місця в ієрархії потреб і цінностей людини в нашому суспільстві тільки тому, що в процесі здобуття освіти не приділялось достатньо уваги навчанню цінувати, берегти і зміцнювати своє здоров'я з самого раннього віку.

Шляхом виходу із ситуації, що склалася, є кардинальна зміна поглядів людини на причини і наслідки нездоров'я, формування основ здорового способу життя. Стає очевидною потреба зміни ставлення в системі освіти до здоров'я дитини, зміни в технологіях елементів навчального процесу, спрямованих на збереження здоров'я дитини. Виховання цінностей здорового способу життя, формування установок на здоровий спосіб життя, набуття знань, умінь і навичок, необхідних для реалізації цих установок, - прерогатива вчителя.

Мета статті – розкрити основні вікові особливості молодших школярів і їх вплив на ставлення дитини до себе і до власного здоров'я, охарактеризувати зміст курсу «Основи

здоров'я» та його місце й формуванні першооснов здорового способу життя молодших школярів.

З моменту вступу дитини до школи у структурі особистості відбуваються глибокі зміни:

- учень засвоює новий вид діяльності – учіння, що висуває нові, раніше невідомі вимоги;
- розширюється коло оточуючих, ровесників і дорослих, спілкування з якими впливає на розвиток усіх сторін особистості дитини;
- відбувається переоцінка тієї системи цінностей, яка сформувалася в умовах дошкільного дитинства.

Внутрішні зміни відображаються на ставленні дитини до себе, а отже і до свого здоров'я. Першокласники починають усвідомлювати важливість здоров'я для успішного засвоєння нового і цікавого для них виду діяльності. Вимоги режиму дня, медичні і гігієнічні аспекти організації навчальної діяльності в школі і вдома стають однією з головних тем змісту спілкування дитини і дорослого. Другий аспект проблеми ставлення дитини до свого здоров'я пов'язаний із зміною ролі окремих дорослих у формуванні особистості і самосвідомості дитини. Для молодших школярів, особливо учнів 1-2 класів, статус учителя є дуже високим, інколи навіть перевищує статус батьків. У зв'язку з цим ставлення дітей до свого здоров'я визначається тими характеристиками, які дає вчитель. Демонструючи власне ставлення до свого здоров'я, виконуючи певні медичні, фізіологічні рекомендації, педагог створює оптимальні можливості для формування ціннісного ставлення учнів початкових класів до власного здоров'я.

Молодший шкільний вік є сприятливим для активного формування валеологічної свідомості, мотивації здорового способу життя, поведінкової діяльності дитини по забезпеченню здорової життєдіяльності. Саме на досягнення цієї мети і спрямований курс «Основи здоров'я», який вводиться з першого класу. «Основи здоров'я» - навчальний предмет, що інтегрує основні положення валеології та основ безпеки життєдіяльності. Він передбачає розширення відповідних знань, розвиток і використання на практиці широкого спектру умінь і навичок. Основними особливостями навчальної програми є те, що вона:

- розглядає здоров'я людини як найвищу цінність;
- розкриває питання, що мають значення для молодших школярів;
- враховує потреби і рівень соціально-психологічного розвитку учнів;
- має упереджувальний характер;
- спрямована на формування життєвих навичок, що мають ключове значення для безпечної поведінки.

Відповідно до завдань курсу «Основи здоров'я» зміст програми має таку структуру:

- Здоров'я людини.
- Фізична складова здоров'я.
- Соціальна складова здоров'я.
- Психічна та духовна складові здоров'я.
- Безпека життєдіяльності учнів удома, в школі, на дорозі, в громадських місцях, на відпочинку.

Зазначені теми є наскрізними для всієї початкової школи. Це дозволяє від класу до класу нарощувати нові знання, формувати нові вміння, способи діяльності на основі актуалізації і закріплення вже набутого про людину та її здоров'я, безпеку життєдіяльності учнів. Теоретична інформація, яку отримують учні з кожної теми, має опиратися на їхній життєвий досвід, пов'язуватись із практичним застосуванням. З цією метою у кожній темі передбачено інформаційний та практичний блоки.

Під час вивчення теми «Здоров'я людини» в молодших школярів формується уявлення про здоров'я як найважливішу цінність у житті людини, про показники здоров'я (швидкий ріст і розвиток, висока працездатність, задоволення від спілкування, чуйне ставлення до оточуючих людей); вміння керувати своїми діями, гарний настрій, позитивні емоції, емоційне ставлення до природи. Змістове наповнення теми допоможе усвідомити учням переваги здорової людини, сприятиме вихованню потреби в здоров'ї, відповідального ставлення до свого здоров'я і до здоров'я оточуючих.

Тема «Фізична складова здоров'я» покликана сформувати в учнів уявлення про те, як людина росте і розвивається, про індивідуальні особливості росту та розвитку дівчаток і хлопчиків. Вводяться поняття «розпорядок дня», з'ясовується значення систематичного дотримання розпорядку дня, правильного розподілу часу для здоров'я дитини. Також тема передбачає засвоєння учнями правил зберігання харчової цінності продуктів, приготування корисної для здоров'я їжі, попередження отруєнь, запобігання шлункових інфекційних хвороб.

На змісті теми «Соціальна складова здоров'я» в учнів формують уявлення про людину як окрему оригінальну і неповторну цінність, розвивають розуміння кожною дитиною своєї індивідуальності, а також знайомляться з правами і обов'язками дитини вдома і в школі.

Змістове наповнення теми «Психічна і духовна складові здоров'я» розширює знання учнів про органи чуттів, їх роль у формуванні здоров'я людини. Учні знайомляться із світом позитивних і негативних емоцій, вчать керувати своїми емоціями і почуттями, розпізнавати емоційний стан інших людей, адекватно реагувати на їх вчинки і слова.

Тема «Безпека життєдіяльності учнів удома, в школі, на дорозі, в громадських місцях, на відпочинку» багатоаспектна. Ключовими питаннями є: «Безпечна поведінка вдома», «Безпека в школі», «Безпека пішоходів», «Безпека пасажирів», «Безпека там, де ти живеш», «Природні лиха», «Безпечний відпочинок». Розкриваючи зміст тем, педагог знайомить учнів з чотирма класами небезпек, з якими дитина може зіткнутись, і шляхами виходу з непередбачуваних ситуацій. Перший клас небезпек пов'язаний зі світом речей. За своєю натурою дитина – великий дослідник, але через складність зовнішнього світу й інколи непередбачуваність його проявів вона може стати жертвою своєї зацікавленості. Другий клас небезпек виходить від дорослих людей та старших підлітків (осіб, які мають порушення психіки, наркоманів, алкоголіків, правопорушників). Третій клас небезпек виникає внаслідок необережного і невмілого поводження у лісі, біля річки, в полі. Четвертий клас небезпек – це небезпеки, викликані науково-технічним прогресом.

Як свідчить практика, інформаційно-просвітницький підхід (знання заради знань), що домінував протягом багатьох років, виявився неефективним у вирішенні завдань профілактики тютюнокуріння, вживання алкоголю, наркотиків, поширення ВІЛ-інфекції. На сьогодні альтернативним є компетентісний підхід (знання заради вмінь). Він базується на основі формування та розвитку життєвих навичок, обґрунтовує необхідність формування усвідомлених поведінкових реакцій.

Ще один аспект, який має врахувати педагог у роботі з дітьми, - подальше зростання дитячого організму. Кістково-сполучний апарат молодших школярів відзначається гнучкістю, оскільки в кістках ще багато хрящової тканини. Зазнає змін і розвиток таза, кістки якого починають зростатися, проте зв'язкова система їх ще м'яка і гнучка. Розвивається м'язова система. Збільшується вага усіх м'язів відносно ваги тіла, що сприяє зростанню фізичної сили дітей, підвищується здатність організму до відносно тривалої діяльності. Анатомо-фізіологічні зміни потребують дотримання гігієнічних та фізіологічних вимог молодшими школярами.

Таким чином, знання учителем теоретичних засад зазначеної проблеми, врахування вікових особливостей дітей даної вікової категорії та знання методики допоможе учителю у вихованні валеологічного світогляду та поведінки молодших школярів.

Література:

1. Актуальні проблеми валеологічної освіти в навчальних закладах України в сучасних умовах: Збірник наукових праць. – Кіровоград: КДПУ ім. Володимира Винниченка. – 2002. – 206 с.

2. Басюк Н.А. Методика навчання основам здоров'я, валеології та безпеки життєдіяльності: Навчально-методичний посібник. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2008. – 167 с.

Резюме: В статье раскрыто особенности формирования ценностного отношения младших школьников к собственному здоровью. Рассмотрено основные возрастные особенности младших школьников и их влияние на отношение ребенка к себе и собственному здоровью. Представлено характеристику содержания курса «Основы здоровья», который изучается в начальной школе, и его роль в формировании первооснов здорового образа жизни.

Ключевые слова: здоровье, младший школьник, ценностное отношение к собственному здоровью.