

УДК: 373.3.015.31:613]:004.77

Гнатюк Ольга Владиславівна

кандидат психологічних наук, провідний науковий співробітник

Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України

**РОЛЬ УЧИТЕЛЯ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ У ФОРМУВАННІ
ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ В
ІНФОРМАЦІЙНОМУ СУСПІЛЬСТВІ**

***Анотація.** Стаття присвячена проблемі формування валеологічної культури у здобувачів освіти в сучасній початковій школі. Розкрито роль учителя при вивченні предмета «Основи здоров'я» у навчально-виховному процесі. У статті уточнено сутність поняття «валеологічна культура». Висвітлено особливості валеологічного навчання молодших школярів в інформаційному суспільстві. Розкрито основні напрямки системи роботи з валеологічної культури. Дано практичні рекомендації для вчителів початкових класів щодо удосконалення валеологічної роботи в школі.*

***Ключові слова:** освіта, навчання, учитель, учні початкової школи, здоров'я, валеологічна культура.*

Постановка проблеми. В умовах трансформації суспільства відбуваються кардинальні зміни в різних сферах життєдіяльності людини, зокрема в освіті. Пріоритетні напрямки розвитку якої окреслено в нормативно-правових документах: Законі України «Про освіту», Державній національній програмі «Освіта» («Україна XXI століття»), Державному стандарті початкової загальної освіти, Концепції неперервної валеологічної освіти в Україні, Концепції «Нової української школи» та інших. Головні державні нормативні документи спрямовані, зокрема, й на збереження і зміцнення здоров'я дітей та учнівської молоді, виховання в них свідомого дбайливого ставлення до здоров'я,

дотримання принципів здорового способу життя, забезпечення всебічного гармонійного розвитку людини.

Валеологічна освіта є базою для формування свідомого ставлення до свого здоров'я, найбільш повного розвитку духовних, фізичних, психічних можливостей особистості, оптимального добору методів для зміцнення свого організму. Школа має забезпечити виховання навичок здорового способу життя, навчити дитину берегти та зміцнювати своє здоров'я, здоров'я членів своєї сім'ї та оточуючих. Звідси важливим завданням педагогів є навчання валеологічної культури здобувачів освіти, здатних нести відповідальність за своє здоров'я і здоров'я оточуючих людей [12].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз відповідної літератури показує, що останнім часом все більше фахівців різних галузей науки – психологи, педагоги, валеологи, медики приділяють увагу проблемі здоров'я та валеологічній культурі різних верств населення. Так, поняття і сутність «здоров'я» розкривали М.М. Амосов, Г.Л. Апанасенко, І.І. Брехман, Б.І. Бутенко, О.В. Вакуленко, Д.Д. Венедиктов, В.І. Войтенко, Д.А. Ізуткін, Б.М. Ільїн, О.М. Кудрявцева, Ю.П. Лісіцин, В.П. Петленко та багато інших авторів. Проблема формування і забезпечення психічного здоров'я у навчально-виховному процесі розглядалася М.Є. Андросом, С.Ю. Головіним, С.М. Громбахом, М.І. Кандиловичем, В.В. Клименко, С.Д. Максименко, А.Ю. Рождественським, Р.І. Сірко, Л.Г. Терлецькою, С.П. Тищенко та ін.; психологічним аспектам формування здоров'я дітей присвячені роботи О.В. Завгородньої, Л.О. Курганської, Н.М. Куїнджі, О.С. Лісової, Н.Ю. Максимової.

Вчені В.П. Горащук, В.І. Климова, Г.Л. Кривошеєва, Л.П. Сущенко, Л.Г. Татарнікова, та ін. досліджували проблему формування культури здоров'я громадян різних груп населення. У працях Т.Є. Бойченко, І.І. Брехмана, М.С. Гончаренко, М.В. Гриньова, В.В. Колбанова, Н.А. П'ясецької, В.І. Шахненко висвітлено питання валеології, валеологічної освіти і культури. Над проблемою формування валеологічної культури працювали вчені В.Г. Бутенко, Е.М. Казін, Д.В. Колесов та інші.

Мета статті полягає у визначенні ролі учителя початкової школи у формуванні валеологічної культури школярів в навчально-виховному процесі.

Виклад основного матеріалу. Аналіз наукової літератури свідчить, що погляди вчених щодо поняття і сутності валеологічної культури особистості різняться. Валеологічна культура розглядається, як особистісна якість індивіда (Е. Вайнер, В. Колбанов, О. Торохова та інші); як теорія і практика збереження та зміцнення здоров'я людини (Е. Казін, М. Романцов, В. Скумін та інші); як результат валеологічної освіти і виховання (І. Брехман, В. Горащук, Г. Кривошеєва, Л. Татарнікова та інші); як складова загальної культури особистості (О. Адєєва, Ю. Бойчук, Л. Пакушина, Н. Панова, С. Симоненко та інші) та як складова професіоналізму (Ю. Бойчук, В. Коваль, Н. П'ясецька та інші).

Ми розглядаємо валеологічну культуру вчителя, як складову його загальної і професійної культури, що характеризується валеологічною обізнаністю, потребою в збереженні і зміцненні здоров'я та її реалізації, вмінням передавати валеологічні знання іншим людям.

Під «валеологічними знаннями» слід розуміти «систему науково обґрунтованих уявлень понять, ідей і суджень накопичених людством про здоров'я і здоровий спосіб життя» [11, с. 45].

У процесі засвоєння валеологічних знань має сформуватися валеологічна грамотність. «Валеологічна грамотність – стан особистості, обумовлений розумінням сутності здоров'я і здорового способу життя, чітко вираженою мотивацією здоров'язберігаючої діяльності, моральною готовністю вести здоровий спосіб життя, розвивати і зберігати своє здоров'я поряд з реалізацією своїх інтересів, здібностей і дбайливим ставленням до здоров'я інших людей» [11, с. 44].

Реальною силою, здатною втілити валеологічну грамотність в життя школи, є вчитель, який має володіти на високому професійному рівні валеологічною культурою, конкретністю творчого використання її засобів, форм і методів.

Для того, щоб здійснювати діяльність з формування валеологічної культури, спрямовану на збереження і зміцнення здоров'я учнів, учитель початкових класів насамперед сам повинен усвідомлювати цінність здоров'я, бути переконаним в цінності здоров'я, відчувати себе суб'єктом валеологічної діяльності і мати глибокі знання з основ наук, зокрема, з педагогіки, психології та валеології. Безумовно, тільки зацікавлений учитель, який на власному досвіді пізнав цінність здорового способу життя, цілеспрямованої систематичної роботи над своїм здоров'ям, може повною мірою передати валеологічні знання і власний досвід учням та створити в школі здорове освітнє середовище й безпечні умови навчання.

Педагог повинен володіти важливими професійними якостями, які дозволяють генерувати плідні педагогічні ідеї та забезпечать позитивні педагогічні результати, не шкодячи здоров'ю учнів, а саме: високим рівнем загальної культури, зокрема валеологічною; здатністю до формування і розвитку особистісних креативних якостей; знаннями з формування і функціонування психічних процесів, станів і властивостей особистості; знаннями з основ здоров'я, здорового способу життя, безпечної поведінки, основами здоров'язберігаючих технологій в освітньому середовищі та ін.

Нині, система навчання й виховання, яка склалася в Україні, не формує у школярів необхідної мотивації до збереження і зміцнення свого здоров'я і здоров'я оточуючих людей. Школа орієнтована переважно на вивчення навколишнього світу й не здійснює систематичної роботи з формування валеологічної культури учнів, не використовує при цьому багатий національний досвід і традиції [9].

Формування валеологічної культури має посідати особливо важливе місце в навчально-виховному процесі. Тому валеологічне навчання й виховання школярів ми розглядаємо як невід'ємну частину всього навчального процесу, що, у свою чергу, тісно пов'язано із загальною освітою і формуванням загальної культури особистості школяра [13].

Провідна роль у формуванні валеологічної культури в учнів молодших класів відводиться навчальному предмету «Основи здоров'я», мета якого – формування здоров'язбережувальної компетентності учнів на основі оволодіння ними знаннями про здоров'я та безпеку, практичними навичками здорового способу життя і безпечної поведінки, формування в них ціннісного ставлення до життя і здоров'я, сприяння їх фізичному, психічному, соціальному і духовному розвитку [10, с. 314].

Компетентність щодо збереження здоров'я – це здатність учня застосовувати всі належні компетенції в конкретних умовах життєвої або навчальної ситуації на користь збереження, зміцнення і формування здоров'я.

Здоров'язбережувальні компетенції – це суспільно визнаний рівень знань, умінь, навичок, ставлень, які сприяють здоров'ю у всіх сферах життєдіяльності людини [10, с. 315].

Формування здоров'язбережувальної компетентності передбачає набуття учнями умінь збереження, зміцнення, використання здоров'я та дбайливого ставлення до нього, що досягається шляхом виконання таких завдань:

- ✓ формування в учнів знань про здоров'я, здоровий спосіб життя, безпечну поведінку, взаємозв'язок організму людини із природним, техногенним і соціальним оточенням;
- ✓ розвиток в учнів мотивації дбайливого ставлення до власного здоров'я, удосконалення фізичних, соціальних, психічних і духовних його чинників;
- ✓ виховання в учнів потреби у здоров'ї, що є важливою життєвою цінністю, свідомого прагнення до ведення здорового способу життя;
- ✓ розвиток умінь самостійно приймати рішення щодо власних вчинків;
- ✓ набуття учнями власного досвіду зі збереження здоров'я з урахуванням фізичного стану;
- ✓ розгортання у повсякденному житті практичної діяльності задля досвіду збереження власного здоров'я та здоров'я інших людей [10, с. 314].

Досягнення мети з даного предмета можливе за умов використання здоров'язбережувальних підходів до навчання, які розглядаються як сукупність прийомів і методів організації навчально-виховного процесу без шкоди для здоров'я учнів (забезпечення школяреві можливості збереження здоров'я за період навчання в школі, формування у нього необхідних знань, умінь і навичок зі збереження й зміцнення здоров'я, навчання використовувати отримані знання у повсякденному житті, формування валеологічного мислення тощо) [8].

У процесі формування валеологічної культури на уроках з основ здоров'я пропонуємо використовувати модифіковану структуру уроку, яка є оптимальною саме для уроків з «Основ здоров'я» [5, 6, 7]. Це дозволить вчителю органічно поєднати навчально-пізнавальну та оздоровчо-рухову діяльність школярів, а також різноманітні види співпраці учнів і вчителя. На уроках учні вчаться працювати в режимі «учитель-учні», «учитель-учень», «учень-учень».

Добираючи дидактичні матеріали до уроків, вчителю слід звернути увагу на відповідність їх змісту віковим особливостям, реальним потребам учнів та їх навчальним можливостям. Лише за цих умов реалізація зазначеної мети сприятиме формуванню мотивації учнів до ведення здорового способу життя і безпечної поведінки.

Особливого значення для формування в учнів здорового способу життя та безпечної поведінки має емоційність і доступність навчального матеріалу, його унаочнення. Тому у роботі необхідно використовувати малюнки, ілюстрації, фотографії, слайди, комп'ютерні презентації, а також цікавий пізнавальний матеріал – казки, мультфільми, вірші, ігри, ребуси, загадки, прислів'я тощо.

Важливим моментом уроків є використання різних методів навчання (практичних, ігрових, пізнавальних, ситуаційних, змагальних; тренінгів, психогімнастики тощо). На уроках учні набувають знань щодо зміцнення свого здоров'я, профілактики травматизму, виходу з небезпечних та конфліктних ситуацій, знайомляться з різноманітними рухливими іграми та вправами,

вивчають комплекси ранкової гімнастики, гімнастики до занять і фізкультхвилинок, а також отримують рекомендації та завдання щодо режиму дня, правил особистої гігієни, безпечної поведінки (в школі, на дворі, вдома), занять фізичними вправами вдома тощо [1 – 4].

Особливістю проведення уроків з основ здоров'я є те, що оволодіння здоров'язбережувальними компетенціями потребує багаторазового вправляння. Навчання учнів має практичну спрямованість, бо головним у підготовці школярів до життя є набуття ними практичних навичок. При цьому обов'язковою умовою є багаторазове (в різних формах) повторення дій, які імітують поведінку в школі, вдома, на вулиці, у дворі, щоб виробити у дітей звичку дотримуватися вивчених правил. Тому важливим при проведенні уроків є використання різних методів і прийомів інтерактивного навчання, що базуються на принципі активної участі самих учнів: робота у парах і групах, виконання вправ, рольові ігри, інсценування, екскурсії, проведення конкурсів, змагань, спільне виготовлення наочності (в т. ч. підготовка презентацій, виготовлення плакатів, колажів) та ін.

З метою удосконалення знань, умінь і навичок з питань безпеки життєдіяльності обов'язковим є створення ігрових ситуацій, які навчають дітей фізичній і психічній саморегуляції, адже навчити школярів правильно реагувати на різні небезпеки одними лише роз'ясненнями неможливо. Гра – найбільш доступна форма засвоєння та набуття знань і навичок.

Уроки з основ здоров'я слід проводити в спеціально обладнаному класі (кабінеті) або на спеціальному майданчику (у дворі школи, спортзалі, медичному кабінеті) з використанням навчально-наочних посібників та обладнання. Для живого спілкування на уроки запрошувати спеціалістів різних служб (психологів, співробітників пожежної служби, поліції, медичних працівників). Так, для пояснення деяких тем про здоров'я і хвороби (інфекційні хвороби, як захиститися від інфекцій, загартовування) запрошувати лікаря, заздалегідь обговоривши з ним тематику уроку, зміст навчального матеріалу тощо. Для вивчення тем протипожежної безпеки запрошувати працівника

пожежної служби тощо. Психолог краще пояснить теми: «Характер», «Самооцінка», «Розвиток пам'яті та уваги», «Творчі здібності», «Профілактика емоційного перенапруження», «Як уникнути конфліктних ситуацій?» тощо.

Уроки з вивчення правил дорожнього руху і безпеки на дорогах (перехід дороги, дорожня розмітка, дорожні знаки, перехрестя) краще проводити на подвір'ї (де є спеціальні розмітки) або на вулиці, поблизу перехрестя, де можна спостерігати роботу засобів регулювання, дорожню розмітку, рух транспортних засобів та пішоходів. Після екскурсії підводити підсумки, зробити висновки.

Для забезпечення мотивації учіння на уроках учителям слід застосовувати різного виду завдання – проблемного і творчого характеру, завдання різного рівня складності та такі, що навчають різних способів пізнання, практичні вправи тощо.

Отже, формування валеологічної культури на уроках буде ефективною за таких умов:

- ✓ постійної мотивації учнів до здорового способу життя і безпечної поведінки;
- ✓ проведення різних типів уроків із застосуванням інтерактивних методів навчання, проведенням практичних робіт; забезпечення змістових і мотиваційних зв'язків предмета з навчальним матеріалом інших предметів;
- ✓ наявності навчально-методичного забезпечення для всіх учасників навчально-виховного процесу;
- ✓ наявності підготовленого вчителя з міцними знаннями психології і валеології зі стійким прагненням до професійного зростання і відповідного освітнього середовища із спеціальним обладнанням;
- ✓ співпраці вчителя з батьками, батьків з дітьми;
- ✓ ціннісного ставлення вчителя і батьків до свого здоров'я, особистого прикладу дотримання правил здорового способу життя і безпечної поведінки.

Висновки і перспективи. Формування валеологічної культури здобувачів освіти у навчально-виховному процесі через предмет «Основи здоров'я» сприяє підготовці школярів до розуміння здоров'я, як особистісної цінності і найбільшого багатства людини, умінню використовувати чинники й засоби збереження і зміцнення здоров'я, запровадженню культури здоров'я в сім'ї, школі, вихованню фізично міцного, здорового покоління.

Чільне місце в цьому процесі займає учитель. Адже від його професійної культури, зокрема, валеологічної, його компетентності, здатності творчо підходити до розв'язання складних завдань з формування в учнів позитивної мотивації на здоровий спосіб життя, у великій мірі залежить подальше життя і розвиток вихованців.

Перспективою подальшого дослідження є вивчення формування валеологічної культури у здобувачів освіти в умовах Нової української школи.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Гнатюк О.В. Основи здоров'я: підруч. для загальноосвіт. навч. закл.: 1 кл. / О.В. Гнатюк. – К.: Генеза, 2012. – 112 с.
2. Гнатюк О.В. Основи здоров'я: підруч. для 2-го кл. загальноосвіт. навч. закл. / О.В. Гнатюк. – К.: Генеза, 2012. – 112 с.
3. Гнатюк О.В. Основи здоров'я: підруч. для 3-го кл. загальноосвіт. навч. закл. / О.В. Гнатюк. – К.: Генеза, 2013. – 144 с.: іл.
4. Гнатюк О.В. Основи здоров'я: підруч. для 4 кл. загальноосвіт. навч. закл. / О.В. Гнатюк. – К.: Генеза, 2015. – 160 с.: іл.
5. Гнатюк О.В. Уроки з основ здоров'я в 1 класі: посіб. для вчителя / О.В. Гнатюк. – К.: Генеза, 2012. – 184 с.
6. Гнатюк О.В. Уроки з основ здоров'я в 2 класі: посіб. для вчителя / О.В. Гнатюк. – К.: Генеза, 2013. – 192 с.
7. Гнатюк О.В. Уроки з основ здоров'я в 3 класі: посіб. для вчителя / О.В. Гнатюк. – К.: Генеза, 2014. – 114 с. + 6 с. вкл.

8. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1 – 4 классы. / В.И. Ковалько. – М.: ВАКО, 2004. – 246 с.
9. Няньковський С.Л. Формування здоров'я дітей і профілактика його порушень / С.Л. Няньковський. – Львів: Аверс, 1997. – 192 с.
10. Основи здоров'я. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів. 1 – 4 класи / [Т. Є. Бойченко, Т. В. Воронцова, О. В. Гнатюк та ін.] // Навчальні програми для загальноосвітніх навч. закл. із навчанням українською мовою. 1 – 4 класи. – К.: Видавничий дім «Освіта», 2012. – С. 314–327.
11. [Торохова Е.И.](#) Валеология: словарь-справочник / [Е.И. Торохова](#). – Москва: Флинта, : Наука, 2002. – 344 с. 29
12. Шкільний курс «Валеології»: збірник матеріалів. – К.: Освіта, 1994. – С. 5 – 19.
13. Колбанов В.В. Валеология: основные понятия, термины и определения / В. В. Колбанов. – Спб. : ДЕАН. – 1988. – 256 с.

REFERENCES

1. Hnatiuk O.V. Osnovy zdorov'ia: pidruch. dlia zahalnoosvit. navch. zakl.: 1 kl. / O.V. Hnatiuk. – К.: Heneza, 2012. – 112 s.
2. Hnatiuk O.V. Osnovy zdorov'ia: pidruch. dlia 2-ho kl. zahalnoosvit. navch. zakl. / O.V. Hnatiuk. – К.: Heneza, 2012. – 112 s.
3. Hnatiuk O.V. Osnovy zdorov'ia: pidruch. dlia 3-ho kl. zahalnoosvit. navch. zakl. / O.V. Hnatiuk. – К.: Heneza, 2013. – 144 s.: il.
4. Hnatiuk O.V. Osnovy zdorov'ia: pidruch. dlia 4 kl. zahalnoosvit. navch. zakl. / O.V. Hnatiuk. – К.: Heneza, 2015. – 160 s.: il.
5. Hnatiuk O.V. Uroky z osnov zdorov'ia v 1klasi: posib. dlia vchytelia / O.V. Hnatiuk. – К.: Heneza, 2012. – 184 s.
6. Hnatiuk O.V. Uroky z osnov zdorov'ia v 2 klasi: posib. dlia vchytelia / O.V. Hnatiuk. – К.: Heneza, 2013. – 192 s.
7. Hnatiuk O.V. Uroky z osnov zdorov'ia v 3 klasi: posib. dlia vchytelia / O.V. Hnatiuk. – К.: Heneza, 2014. – 114 s. + 6 s. vkl.

8. Kovalko V.Y. Zdrovesberehaiushchye tekhnolohyy v nachalnoi shkole. 1 – 4 klassy. / V.Y. Kovalko. – M.: VAKO, 2004. – 246 s.
9. Niankovskiy S.L. Formuvannia zdorov'ia ditei i profilaktyka yoho porushen / S.L. Niankovskiy. – Lviv: Avers, 1997. – 192 s.
10. Osnovy zdorov'ia. Prohrama dlia zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladiv. 1 – 4 klasy / [T. Ye. Boichenko, T. V. Vorontsova, O. V. Hnatiuk ta in.] // Navchalni prohramy dlia zahalnoosvitnikh navch. zakl. iz navchanniam ukrainskoiu movoiu. 1 – 4 klasy. – K.: Vydavnychiy dim «Osvita», 2012. – S. 314–327.
11. Torokhova E.Y. Valeolohyia: slovar-spravochnyk / E.Y. Torokhova. – Moskva: Flynta, : Nauka, 2002. – 344 s. 29
12. Shkilnyi kurs «Valeolohii»: zbirnyk materialiv. – K.: Osvita, 1994. – S. 5 – 19.
13. Kolbanov V.V. Valeolohyia: osnovnye poniatiya, termyny y opredelenyia / V. V. Kolbanov. – Spb. : DEAN. – 1988. – 256 s.

THE ROLE OF THE PRIMARY SCHOOL TEACHER IN THE FORMATION OF VALEOLOGICAL CULTURE OF THE EDUCATION PROVIDER

IN INFORMATIONAL SOCIETY

Hnatiuk O.V.

Summary. The purpose of the article is to determine the role of the elementary school teacher in forming valeological culture of pupils in the educational process. research methods. Explained and experimentally it is checked up the program and technique of research of representations about health of children.

The program included experimental check of sense of training to bases of health, different forms and methods of work on formation of representations about health at pupils of younger age in teaching and educational process and in cognitive work.

Suggested the program and complex of methods directed to improvement of sense of teaching and educational process by valeologization, improvements of a

state of health of pupils and formations of the valuable attitude to the health and health of surrounding people is offered.

The article presents the problem of forming valeological culture of the primary school children. The article defines more precisely the essence of the concept «valeological culture». The article highlights features of the primary school pupils training valeology in the modern terms of teaching.

Presented the basic directions of the system of valeology culture. Practical advice is given to teachers for the improvement of school valeological work.

Key words: *education, training, teacher, elementary school pupils, health, valeological culture.*