

*Львівське крайове товариство «Рідна школа»
Національний університет «Львівська політехніка»
Кафедра педагогіки та соціального управління
Львівський національний університет ім.І.Франка
Факультет педагогічної освіти*

Серія «Видатні українські педагоги»

Випуск X

**ВАСИЛЬ
СУХОМЛИНСЬКИЙ**

Львів 2018

УДК 37.091.12 – 057.86

*Присвячується видатному
українському педагогу
В.О.Сухомлинському з нагоди
100-річчя від дня народження*

Рецензенти:

Герцюк Д.Д., кандидат педагогічних наук, доцент, декан факультету педагогічної освіти Львівського національного університету ім.І.Франка

Сушенцева Л.Л., доктор педагогічних наук, доцент, професор кафедри педагогіки та соціального управління Національного університету «Львівська політехніка»

Швай Р.І., доктор педагогічних наук, доцент, професор кафедри педагогіки та соціального управління Національного університету «Львівська політехніка»

Друкується за ухвалою Президії Львівського крайового товариства «Рідна школа» (протокол №10 від 09 жовтня 2018 р.), та рішення кафедри педагогіки та соціального управління Національного університету «Львівська політехніка» (протокол №4 від 02 жовтня 2018 р.)

**Серія «Видатні українські педагоги»
заснована у 2012 році**

С-40

Василь Сухомлинський [Текст]: наук.праці / упоряд. та наук.ред. П.Сікорський, Д.Герцюк – Львів: Бадікова Н.О., 2018, - 252 с.

(Серія «Видатні українські педагоги», вип.10).

Серію наукових видань «Видатні українські педагоги» продовжує випуск збірника праць, в якому вміщено статті науковців, викладачів вищих навчальних закладів, учителів, присвячених науково-педагогічній діяльності видатного українського педагога, директора школи, дитячого письменника В.О.Сухомлинського.

Для широкого освітянського загалу, всіх, хто цікавиться проблемами розвитку української освіти та розбудови української школи.

ISBN 978-617-7448-26-5

@ Львівське крайове товариство «Рідна школа», 2018

@ НУ «Львівська політехніка», 2018

@ Львівський НУ ім.І.Франка, 2018

*Сергій Мединський, доктор педагогічних наук, доцент,
професор кафедри педагогіки та психології
Львівського державного університету фізичної культури;
Андрій Окопний, кандидат наук з фізичного виховання, доцент,
доцент кафедри педагогіки та психології
Львівського державного університету фізичної культури;
Ольга Баглицька, кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри педагогіки та психології
Львівського державного університету фізичної культури*

Педагогічні погляди В.О.Сухомлинського щодо здоров'язбереження та формування здорової особистості

Анотація. У статті наведено основні погляди класика педагогіки В.О.Сухомлинського щодо загартовування, розвитку фізичних якостей, фізичного розвитку особистості школяра загалом та підходи щодо збереження й зміцнення здоров'я та духовного життя вчителя; розкриті актуальні педагогічні положення щодо формування здоров'я та здоров'язбереження особистості у сучасних умовах реформування в Українській школи.

Ключові слова. здоров'я, фізичний розвиток, учень, вчитель, В.О.Сухомлинський

Науково-творчий спадок В.О.Сухомлинського багатоплановий; він зазнавав постійного вдосконалення, поглиблювався, збагачувався. Вагомість його ідей, перспективи й потреби творчого їх використання є актуальними й сучасних умовах приєднання до європейського освітнього простору, широкого реформування всіх рівнів української освіти. Його педагогічна концепція гуманістична, особистісно-орієнтована, демократична та органічно поєднує народну і класичну педагогіку.

Головна спрямованість педагогічної діяльності Василя Олександровича – формування всебічно розвиненої особистості. Виховання всебічно розвиненої особистості вчений розглядав як єдність усіх складових – розумового, фізичного, морального, естетичного. При цьому він обґрунтував шляхи, засоби і методи формування особистості відповідно до соціального завдання суспільства з урахуванням індивідуальних і вікових особистостей. Активними чинниками педагогічних впливів на підростаюче

покоління вчений визначав: сім'ю, школу, громадськість, які органічно взаємопов'язані. Єдність всіх напрямків виховання він уважав основою для формування людини. Зазначимо, про те, що важливе місце в його спадщині посідає питання фізичного виховання і здоров'я дітей. Зокрема, в своїй фундаментальній праці «Сто порад учителю», вчений пише: «Фізична, емоційна, інтелектуальна, естетична і трудова культура розглядаються в їх єдності й взаємозалежності. Фізична культура є елементарною умовою повноти духовного життя, інтелектуального багатства. Разом з тим, фізична культура облагороджує всі інші сфери людського» [1, 618].

Василь Сухомлинський системно відзначав у своїх працях, що «турбота про людське здоров'я, тим більше про 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» [2, с. 109].

В. О. Сухомлинський органічно поєднував навчальні успіхи школярів з станом їхнього здоров'я: «Досвід переконав нас у тому, що приблизно у 85 % усіх невстигаючих учнів головна причина відставання в навчанні — поганий стан здоров'я, якесь нездужання або захворювання, найчастіше зовсім непомітне і таке, що можна вилікувати тільки спеціальними зусиллями матері, батька, лікаря і вчителя» [3, с. 48].

В. О. Сухомлинський вважав, що «... правильний режим, повноцінне харчування, фізичне загартовування – все це охороняє дитину від захворювань, дає їй щастя насолоди красою, навколишнім світом» [3, с. 51].

Так, «поєднання здорового харчування, сонця, повітря, води, посиленої праці і відпочинку – все це стало цілющим і незмінним джерелом здоров'я», – зазначає В. О. Сухомлинський в праці «Серце віддаю дітям» [3, с. 94].

У педагогічній спадщині Сухомлинського особлива увага приділена здоров'я вихованців у підлітковому та юнацькому віці: «Якщо виміряти всі мої турботи й тривоги про дітей протягом перших 4 років навчання, то добра половина їх –про здоров'я» [3, с. 103].

Реалізації завдань фізичного виховання, зміцнення здоров'я школярів визначалися як основні напрямки виховної роботи у Павлівській середній школі. У школі під керівництвом В. О. Сухомлинського здійснювалося впровадження здорового способу життя: санітарно-гігієнічні вимоги до зовнішніх умов життя та режиму праці й відпочинку учнів; організація фізичної праці дітей як важливого засобу зміцнення здоров'я; фізичне виховання як на уроках фізичної культури, так і в процесі позакласної спортивно-масової роботи; організація активного діяльнісного відпочинку учнів; система виховної роботи щодо особливостей людського організму; оптимальне чергування розумової праці з руховою діяльністю; оздоровча спрямованість занять фізкультурою: уроків фізичної культури, ранкової зарядки, фізкультхвилинок, динамічних перерв, широка мережа спортивних секцій і залучення школярів до активної участі в них; спортивні ігри, змагання, спартакіади (легка атлетика, гімнастика, плавання, верхова їзда; катання на ковзанах і лижах, велосипеді; зимові розваги, побудова снігової фортеці тощо); утвердження у свідомості учнів необхідності уважного і дбайливого ставлення до свого здоров'я і здоров'я інших.

Василь Олександрович підкреслював потребу необхідності розуміння педагогом фізіологічних, психічних, вікових і статевих процесів, що відбуваються в організмі школярів: «педагог не має права не знати, що робиться з дитиною, чому вона нездорова, так як стан здоров'я позначається на її розумовому і моральному розвитку» [4, с. 43].

В.О.Сухомлинський переконливо визначав: «Добре здоров'я, відчуття повноти, невичерпності фізичних сил – найважливіше джерело життєрадісного світосприймання, оптимізму, готовності подолати будь-які труднощі. Хвора, квола, схильна до захворювань дитина – джерело багатьох незгод» [4, с.125].

Вважаючи здоров'я базовим фактором успішного навчання і розвитку дітей вчений визначальним шляхи його збереження й покращення: «Заняття фізкультурою і спортом відіграють певну роль у всебічному розвитку учнів лише тоді, коли вся навчально-виховна робота пройнята турботою про здоров'я» [4, с.140].

Заняття фізичною культурою і спортом повинні надавати учням ще й радість та задоволення, тому на заняттях фізкультури, під час змагань значна увага приділялася естетичній досконалості,

виразності та граціозності рухів; вважалися неприпустимими змагання, де єдиним критерієм успіху була швидкість виконання вправ, а отже, відсутні естетичні смаки, масовість, урахування індивідуальних властивостей школярів. Саме тому видатний педагог застерігав учителів не «перетворювати спорт із засобу фізичного виховання всіх дітей у засіб боротьби за особистий успіх, не ділити дітей на здібних і нездібних щодо занять спортом» [4, с. 193].

Оптимальне чергування розумової діяльності та фізичних навантажень, дотримання чіткого режиму визначається провідним для здоров'язбереження дітей. Напружена робота, розумова діяльність чи фізичної праця повинні доповнюватися відпочинком дитячого організму. Проте, за визначенням вченого, відпочинок лише тоді відпочинок, коли він є своєрідною грою фізичних і духовних сил. Привчання дітей до активного діяльного відпочинку – одне з найважливіших завдань педагогів, вихователів [5, с. 196].

«Духовне життя дитини, - стверджував педагог, - її інтелектуальний розвиток, мислення, пам'ять, увага, почуття, воля - великою мірою залежить від «гри» її фізичних сил. Слаба, квола, нездорова, схильна до хвороб дитина на уроці швидко втомлюється, згасають її очі, стають млявими рухи» [5, с. 193].

Сучасна освіта вимагає від учнів великої віддачі, навчальний матеріал об'ємний та науково-змістовний, тому постає проблема раціональної побудови режиму дня. «Центральний момент режиму – правильне чергування праці і відпочинку, неспання і сну», стверджує В.О.Сухомлинський, надмірний рівень обсягу й складності навчального матеріалу є причиною погіршення здоров'я. Вчений наводить можливості вирішення: «Виконання домашніх завдань уранці, перед класними заняттями, звільнення другої половини дня від інтенсивної розумової праці над підручником, використання цього часу переважно для фізичної паці на повітрі, для індивідуальних захоплень, для читання, для ігор – умови, завдяки яким не тільки зміцнюється здоров'я, але й створюються можливості для багатого духового життя, для всебічного розвитку» [5, с. 194].

Василь Олександрович надає поради щодо збереження власного здоров'я безпосередньо й учням:

1. «Здоров'я — це повнота духовного життя, радість, ясний розум. Твоє здоров'я — в твоїх руках.

2. Найважливіше джерело здоров'я — природа, що оточує нас: повітря, сонце, вода, літня спека і зимова холоднеча, тіністі гаї і поля квітучої конюшини. Живи і трудися серед природи. Піднімайся рано, до сходу сонця. Літом сонечко піднімається дуже рано, але ти повинен підніматися раніше сонця. Йди в полі, дихай свіжим повітрям, умий руки і особу росою — це справжня казкова жива вода. Повітря, насичене ароматом квітучих і дозріваючих хлібів, володіє цілющими властивостями. Хто дихає цим повітрям в літню пору — ніколи не хворіє на легеневі захворювання.

3. Постав собі за правило: щодня, прокинувшись від сну, відразу ж зроби уранішню гімнастику. Літом спи у дворі — на сіні або свіжій соломі (тільки що обмолоченого хліба) — фітонциди, які виділяють сіно і свіжа солома, оберігають від захворювання грипом.

4. Примушуй себе кожен ранок робити холодні обтирання. Купайся в ставку якомога довше — до осінніх заморозків. У зимові дні розтирай ноги (по коліна) снігом — до відчуття тепла, що розливається від колін до ступень. Не бійся на декілька хвилин вийти босим на сніг — це хороший гарт для ніг і для всього організму.

5. Ні дня без фізичної праці. Праця випрямляє тіло і душу. У постійній, повсякденній праці — людське довголіття. Хто трудиться з раннього дитинства до глибокої старості, той до останніх днів життя залишається повноцінною людиною, зберігаючи фізичні сили, ясність розуму, багатство сприйняття і емоцій.

6. Щодня прохось від трьох (у молодшому віці) до десяти кілометрів. Зроби звичкою ходити по лісу, лугу, полю. Якщо тобі йти в школу два-три кілометри, і дорога пролягає по лугу — це твоє щастя. У літню пору зроби звичкою проходити декілька кілометрів серед квітучих і дозріваючих хлібів і трав (особливо серед полів пшениці, ячменю, вівса, конюшини).

7. Хай стануть твоїми заповідями простота, помірність, стриманість. У дитинстві не їси багато солодощів. Краще всього абсолютно не споживати чистих вуглеводів. Не будь ненажерою, не об'їдайся. Вставай з-за столу з таким відчуттям, що ти ще небагато не доїв.» [1, с. 619].

Потреби здоров'язбереження є важливою професійною складовою й для вчителів також. В.О. Сухомлинський пов'язує радість праці вчителя з його здоров'ям та духовним життям, та

визначає непрості особливості повсякденної праці вчителя: «Здоров'я, настрої, повнота духовного життя, радість творчої праці, задоволення від коханого справи – тісно зв'язані між собою, взаємопов'язані. І на першому місці тут коштує гармонія здоров'я і сили духу. Здоров'я – як воно потрібне педагогові, яка трагедія приходить в його життя, якщо непомітно підкралася недуга, від якої немає порятунку! ... Наша робота – це робота серця і нервів, це буквально щоденне і щогодинне витрачання величезних душевних сил. Наша праця – це постійна зміна ситуацій, що викликають то посилене збудження, то гальмування. Тому уміння володіти собою, тримати себе в руках – одне з найнеобхідніших умінь, від якого залежать і успіх діяльності педагога, і його здоров'я. Адже нерідко буває так, що вчителю 45-47 років, а він вже видихався. Тільки вступив в zenit педагогічної мудрості, спіткав сокровенні таємниці майстерності і мистецтва вихователя, виробив свої педагогічні переконання – а сил-то вже і ні. ... Перш за все треба знати своє здоров'я, знати особливості своєї нервової системи і серця. Нервова система людини по самій природі своїй дуже гнучка, і вчителю треба уміти довести цю гнучкість до ступеня мистецтва володарювати над емоціями» [1, с. 422].

Таким чином, у науково-творчому доробку В.О.Сухомлинського можна визначити блоки порад щодо формування, збереження і примноження здоров'я дитини які спрямовані педагогам, батькам та безпосередньо учням; а також поради щодо здоров'язбереження педагогів. У науково-творчій спадщині В.О. Сухомлинського представлено проблеми змісту освіти, діалектики навчально-виховного процесу, здоров'язбереження та взаємозв'язок усіх складових частин. Поради Василя Олександровича в ракурсі збереження і зміцнення здоров'я не втрачають своєї актуальності у період перетворень і реформувань освіти, інтенсивного розвитку української державності та суспільства.

Література

1. Сухомлинський В.О. Сто порад вчителю / Василь Олександрович Сухомлинський // Вибрані твори в 5томах. – К.: Радянська школа, 1976. – Т2. – С. 419 – 654.

2. Сухомлинський, В. О. Здоров'я, здоров'я і ще раз здоров'я / В. О. Сухомлинський // Вибрані твори : в 5 томах. / В.О.Сухомлинський. –К. : Рад. школа, 1977. –Т. 1. –С. 103–111.
3. Сухомлинський В.О. Серце віддаю дітям / Василь Олександрович Сухомлинський // Вибрані твори в 5 томах. – К.: Радянська школа, 1976. – Т3. – С.7–279
4. Сухомлинський В. О. Павлівська середня школа / В. О. Сухомлинський // Вибрані твори в 5 томах. –К. : Рад. шк., 1976. –Т. 4. –С. 7–390.
5. Сухомлинський В.О. Проблеми виховання всебічно розвиненої особистості / Василь Олександрович Сухомлинський // Вибрані твори в 5 томах. – К.: Радянська школа, 1976. – Т1. – С.55 – 206.

Зміст

<i>Петро Сікорський, В.О.Сухомлинський</i> про Нову українську школу	4
<i>Дмитро Герцюк.</i> Серце віддане дітям (Штрихи до життєвого і творчого шляху українського педагога-гуманіста Василя Сухомлинського)	28
<i>Леонід Мазур, Лариса Винарчик.</i> Перспективи розвитку української освіти: „Школа радості” чи „Новітні педагогічні технології”?	38
<i>Ніна Новикова.</i> Педагогічна спадщина В. О. Сухомлинського в розбудові Нової української школи	49
<i>Олена Пехота.</i> Впровадження спадщини В.О.Сухомлинського в сучасну педагогічну освіту	56
<i>Любов Дольнікова, Ярослав Пошивак.</i> Спадщина Василя Сухомлинського і реформа сучасної української школи	67
<i>Ольга Царик, Надія Островська.</i> Культура писемного мовлення як інструмент духовного розвитку дитини	83
<i>Валентина Матяшук.</i> Директор школи як лідер впровадження гуманних підходів до розвитку особистості дитини (за В.О.Сухомлинським)	91
<i>Сергій Мединський, Андрій Окопний, Ольга Баклицька.</i> Педагогічні погляди В.О.Сухомлинського щодо здоров'язбереження та формування здорової особистості	103
<i>Валерій Соловійов, Натіля Степанченко., Тетяна Матвійчук.</i> Педагогічні умови зміцнення здоров'я школярів у виховній системі В.О.Сухомлинського	110
<i>Віра Вихруц.</i> Проблема колективних «взаємин» та дидактичної взаємодії молодших школярів у концепції В.О.Сухомлинського	119
<i>Григорій Васянович.</i> Соціальна робота у педагогічній теорії і практиці Василя Сухомлинського (до 100-річчя від дня народження геніального українського педагога)	129

<i>Світлана Вдович.</i> Гуманістична спрямованість естетичного виховання В.О.Сухомлинського	142
<i>Надія Сабат, Наталія Сабат.</i> Духовно-моральний розвиток особистості (на основі аналізу творчої спадщини В.О.Сухомлинського)	149
<i>Наталія Денькович.</i> Емоційно-естетичне виховання учнів в системі інклюзивного простору через ідеї В.О.Сухомлинського	156
<i>Ліліана Кудрик.</i> В.Сухомлинський про людинотворчу та здоров'язбережну місію освіти	166
<i>Олена Квас.</i> Цінність дитини і дитинства у педагогічній спадщині В.О.Сухомлинського	176
<i>Надія Сікорська.</i> В.О.Сухомлинський про формування педагогічної культури учителів	183
<i>Богдан Сливка.</i> Інтелектуально-духовне поле дошкільної педагогіки Василя Сухомлинського	191
<i>Лєся Кос.</i> Слово педагога – інструмент впливу на душу вихованця	202
<i>Степан Сливка, Юрій Козловський.</i> Народна педагогіка: метаантропологічна сухомліністика, основні положення	207
<i>Романа Михайлишин.</i> Етнопедологічні аспекти педагогіки Василя Сухомлинського	221
<i>Наталія Пришляк.</i> Актуальність творів В.О.Сухомлинського в контексті вивчення іноземних мов	229
<i>Олена Кузнецова.</i> Мас-медійна публіцистична творчість В.О.Сухомлинського: роль, види, жанри	234
<i>Андрій Литвин.</i> В.О.Сухомлинський як приклад життєвого шляху педагога	244

Наукове видання

Серія «Видатні українські педагоги»

Випуск X

Василь Сухомлинський

Упорядники та наукові редактори
Петро Сікорський, Дмитро Герцюк

Комп'ютерне верстання Ірина Федина

Підписано до друку 10.10.2018р.
Формат 60х84/16. Папір офс.
Гарнітура Times New Roman
Тираж 100 примірників. Замовлення № 120

Друк ФОП Кепещук П.М.
Вул.Драгана 19/77, м.Львів, 79049
Свідоцтво суб'єкта видавничої діяльності
Серія ЛВ №60 від 30.07.2010 р.
Тел.: +38(032)221-93-00