

Карabanov Є.О., Kupresenko M.B., Nepsha O.B.

ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ШКОЛЯРІВ

Більшість педагогічних колективів загальноосвітніх шкіл України переорієнтовує організацію навчально-виховного процесу на формування гармонійно розвиненої особистості, становлення її фізичного, психічного, духовного і соціального здоров'я, формування культури здоров'я і потреби здорового способу життя. Для багатьох навчальних закладів оздоровлення школи починається із впровадження здоров'язберігаючої педагогіки. Створюються різні моделі шкіл сприяння здоров'ю, які забезпечують необхідні умови для успішного впровадження інноваційних педагогічних технологій, спрямованих на збереження і зміцнення здоров'я учнів, серед яких останнім часом виокремилася нова група – здоров'язберігаючі технології. Серед яких визначте місце відводиться вихованню культури здоров'я школярів. Виховання культури здоров'я – виховання в учнів особистісних якостей, які сприяють збереженню та зміцненню здоров'я, формуванню уявлень про здоров'я як цінність, посиленню мотивації на ведення здорового способу життя, підвищенню відповідальності за особисте здоров'я, здоров'я родини [3, с.96-100].

Оздоровлення школярів залежить від багатьох умов і обставин: підвищення рівня життя, освіти батьків і вчителів, ліквідації психологічної безграмотності, постійного лікарського контролю за дітьми, усвідомленого ставлення всіх учасників освітнього процесу до власного здоров'я та інших. Все це необхідно здійснювати в комплексі і при такій організації навчання і виховання, яка дозволяє дотримати відповідність навантаження віковим особливостям дітей і підлітків, зберігає їх працездатність, забезпечує правильний, гармонійний, всебічний розвиток і тим самим формує культуру здоров'я, гарантує його охорону та збереження [1, с.126].

Під культурою здоров'я розуміється інтегративне особистісне утворення, що є виразом гармонійності, багатства і цілісності особистості, універсальності її зв'язків з навколишнім світом і людьми, а також здатності до творчої та активної життєдіяльності. Культура здоров'я включає в себе ті ж складові, що і культура взагалі, але в специфічному вигляді, оскільки має свої особливості функціонування, які, в свою чергу, визначаються специфікою її цілей, завдань, змісту. Зокрема, вона має значний обсяг спеціальних знань про роль і місце цінностей здоров'я в житті людини і суспільства, про саму людину, його органи і системах, закономірності їх функціонування та доцільних стимулюючих впливах на цей процес.

Культура здоров'я – це галузь культури, пов'язана з соціальним перетворенням і збереженням здоров'я людей. Вона характеризує соціальну реальність, яка існує у вигляді форм і способів вирішення завдань зміцнення і збереження здоров'я, що включає в себе якісні сторони повсякденних форм діяльності, відносин і взаємодій людей (звичаї, ціннісні орієнтації, стиль і манера спілкування, вибір матеріальних і духовних цінностей), від яких залежить ступінь реалізації потенціалу здоров'я індивідуума і здоров'я нації.

Культура здоров'я в цілому і її окремі компоненти відображають обсяг знань, комунікативну толерантність, емоційну стійкість, активні і вольові якості, які є невід'ємною частиною життя людини і проявляються в його індивідуальній культурі [2].

На думку Щербань Л. формування у школярів культури здоров'я має на увазі одночасне формування:

- «культури фізіологічної» (здатність керувати фізіологічними процесами і нарощувати резервні потужності організму);
- «культури фізичної» (здатність керувати фізичними рухами);
- «культури психологічної» (здатність керувати своїми почуттями та емоціями);
- «культури інтелектуальної» (здатність керувати своїми думками і контролювати їх) [4. с.3].

Таким чином, «культура здоров'я» – це багатопланове поняття, що входить до складу більш широкого поняття – «забезпечення всебічного розвитку особистості». Одночасно воно вбирає в себе такі складові як «здоровий спосіб життя», «фізична культура особистості», «самозбереження здоров'я: фізичного, психічного і морального».

Список використаної літератури і джерел

1. Бабич В. І. Підготовка майбутніх учителів фізичного виховання до формування культури здоров'я школярів: Дис. кан. пед. наук: 13.00.04/ В'ячеслав Іванович Бабич. – Луган. нац. пед. ун-т ім. Тараса Шевченка. – Луганськ, 2006. – 315 с.

2. Горащук В.П. Формирование культуры здоровья школьников (теория и практика)/В.П. Горащук. – Луганск: Альма-матер, 2003. – 376 с.

3. Єрмакова Т. Формування культури здоров'я учнів як складова частина педагогічного процесу в школі/Тетяна Єрмакова//Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, 2015, № 17. – С.96-100.

4. Щербань Л. Взаємозв'язок фізичного і духовного виховання/Л. Щербань // Педагогічна газета – 2001. – №5 (83) (травень). – С. 3.