

Іваненко В.В., Суханова Г.П., Ушаков В.С.

## ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ НА ТРАДИЦІЯХ УКРАЇНСЬКОГО КОЗАЦТВА

**Ключові слова:** педагогічні умови, здоровий спосіб життя, підлітки, традиції українського козацтва, здоров'язберігаюча компетентність.

**Key words:** pedagogical conditions, healthy way of life, adolescents, traditions of the Ukrainian Cossacks, health preserving competence.

Пріоритетним завданням системи освіти в нашій країні є виховання особистості в дусі відповідального ставлення до власного здоров'я та здоров'я оточуючих як найвищої соціальної цінності, формування високого рівня здоров'я дітей та учнівської молоді в усіх його аспектах – духовному, психічному та фізичному, формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у дітей та молоді. Це потребує урахування історичних традицій виховання здорового молодого покоління.

Тому проблема формування здорового способу життя молоді набуває актуальності. Зміст поняття «Здоровий спосіб життя школяра» дозволяє виявити цінність орієнтації учня та поєднання переваги системно-діяльнісного і особистісно-орієнтованого підходів.

Визначене педагогічне поняття звучить наступним чином: «Здоровий спосіб життя школяра – це оптимальна сукупність рухового режиму і відмови від шкідливих звичок, моральне здоров'я в поєднанні з оптимальною психофізичною регуляцією, тренування, загартування організму, раціональне харчування. Дане поняття характеризує стиль успішної життєдіяльності людини; обумовлене особливостями організму учня; залежить від соціальних, екологічних і психологічних умов існування; спрямоване на збереження, зміцнення та відновлення здоров'я, необхідного для виховання особистісних і суспільних функцій [3,4,6].

Для ефективного виховання здорового покоління людством була вибудована струнка система сімейних та суспільних традицій виховання санітарним та гігієнічним правилам поведінки, які були необхідними компонентами здорового способу життя. Ці положення є актуальними і в даний час, і враховується під час побудови сучасних педагогічних теорій і концепцій.

Ідеї козацької педагогіки мали вплив на формування особистості, оскільки навчали відповідальності за збереження й пониження духовних надбань нації, золотими правилами були заповіді лицарської честі, геройські звитяги, усвідомленої самопожертви заради торжества справедливості. Це наука про виховання мужності, патріотизму, доброти, всесвітнього братерства, взаємодопомоги, фізичної досконалості, віри у свої сили, можливості. У козаків завжди існував культ максимального фізичного розвитку особистості, тому важливими компонентами козацької культури було фізичне виховання, яке мало виражений прикладний характер, заснований на традиційних формах і видах рухової активності, нерозривно пов'язаних зі світоглядом козаків, з розвитком вольових, духовно-моральних, стресостійких, соціально-нормативних якостей підростаючого покоління [2].

Виходячи з цього погоджуємось з думкою О.В. Непші, Г.П. Суханової та В.С. Ушакова котрі відмічають, що фізичне виховання має базуватися на національних традиціях, спрямованих на виховання громадянина своєї держави. Тут великим потенціалом володіють козацькі традиції українців, які мають велике педагогічне значення і є важливим фактором забезпечення життєдіяльності молодого покоління. Наша держава зацікавлена в тому, щоб її громадяни мали стан здоров'я на такому рівні, який дозволив би їм постійно розвиватися [5].

Грамотно застосоване фізичне виховання має покращувати рівень загальної культури молоді, давати знання про здоровий спосіб життя, бути тією основою, на якій будується все інше. Тому доцільним вбачаємо

використання традицій українського козацтва у підготовці майбутніх вчителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків. Виховання на традиціях – це процес вбудовування минулого в сьогодення і майбутнє в системі діяльності з передачі новим поколінням суспільно-історичного досвіду; планомірний і цілеспрямований вплив на свідомість та поведінку людини. Формування певних установок, понять, принципів, ціннісних орієнтацій здорового способу життя забезпечують умови для духовного розвитку, підготовки до суспільного життя і праці на основі успішної самореалізації [3,4,6].

Виховання в просторі традицій – це організація життєдіяльності, здійснюваної у взаємодії культури і освіти, вихованців і вихователів як повноправних суб'єктів освоєння ідеалів, цінностей, стереотипів духовної спадщини минулого. Виховання на традиціях українського козацтва як суспільне явище – це складний у суперечливий соціально-історичний процес передачі новим поколінням суспільно-історичного досвіду формування здорового способу життя. Вік вимагає зміни вихідного розуміння сутності традицій українського козацтва як звернення до знань історичних фактів, персоналій і міфологічних доктрин, пов'язаних з минулим. Необхідно перейти від поєднання пізнавально-психологічних компонентів розвитку особистості підлітка як основних параметрів освітнього впливу – до смислових і екзистенційних компонентів, які визначають специфіку особистісного розвитку в процесі формування здорового способу життя. Тим самим формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва більшою мірою відповідатиме особливостям сучасного навчання та соціалізації молоді; не як автономного процесу, а як прояву соціально-культурної та ціннісної установки на збереження власного здоров'я [1,3,6].

Організаційний аспект формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва пов'язаний із побудовою особливої

суспільної практики, яка спрямовує розвиток духовного світу підлітків, сприяючи усвідомленому сприйняттю ними суспільних цінностей, що склалися в козацтві, їх умовних орієнтирів у веденні здорового способу життя відповідно до зразків та ідеалів сучасного українського суспільства. Сучасні дослідження засвідчують, що підліткам подобається козацька тематика. Ось чому потрібно розширювати й поглиблювати впровадження ідей і засобів родинної, шкільної та соціальної козацької педагогіки, застосовувати в школі нові форми виховної роботи. Використування оздоровчих козацьких традицій сприятиме не лише формуванню фізичної та духовної культури особистості, а й відродженню національних традицій, які передаються від покоління до покоління. Адже фізична культура українців за своїм соціальним значенням та спрямованістю ґрунтувалася передусім на звичаях і традиціях свого народу [2].

### **Література**

1. Іваненко В.В. Здоров'я як потреба і цінність людини в сучасному суспільстві /В.В. Іваненко, О.В. Непша, Г.П. Суханова// Роль освіти у формуванні життєвих цінностей молоді: матеріали регіональної науково-практичної конференції студентів і молодих учених (02 грудня 2016 р.)/ Мелітопольський державний педагогічний університет ім. Б. Хмельницького; за заг. ред. д. філос. н, проф. Р. Олексенка. – Мелітополь: Видавництво МДПУ ім. Б. Хмельницького, 2016. –С.180-182.

2. Іваненко В.В. Чинники підготовки майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва/В.В. Іваненко, І.Д. Ганюкова// «Гуманітарний простір науки: досвід та перспективи»: зб. Матеріалів XIII Міжнарод. наук. практ. інтернет-конф., 29 вересня 2017 р. – Переяслав-Хмельницький, 2017. – Вип. 13. – С.81-86.

3. Карабанов Є.О. Формування культури здоров'я в процесі фізичного виховання школярів /Є.О. Карабанов, М.В. Купреєнко, О.В. Непша

// Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції із міжнародною участю «Північне Приазов'я: проблеми регіонального розвитку у міжнародному контексті», Мелітополь, 14-15 вересня 2017 року / За ред. Л.М. Донченко, С.І. Пачева, І.А. Арсененко, О.В. Непши, А.М. Крилової. – Мелітополь: Вид-во МДПУ імені Богдана Хмельницького, 2017. – С.132-135.

4. Ковальчук О.В. Здоровий спосіб життя як складова культури здоров'я учнів загальноосвітніх шкіл /О.В. Ковальчук, О.В. Непша// Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції із міжнародною участю «Північне Приазов'я: проблеми регіонального розвитку у міжнародному контексті», Мелітополь, 14-15 вересня 2017 року / За ред. Л.М. Донченко, С.І. Пачева, І.А. Арсененко, О.В. Непши, А.М. Крилової. – Мелітополь: Вид-во МДПУ імені Богдана Хмельницького, 2017. – С.135-138.

5. Непша О.В. Українські народні рухливі ігри як засіб національно-патріотичного виховання учнів на уроках фізичної культури та позаурочний час/О.В. Непша, Г.П. Суханова, В.С. Ушаков// Гуманітарний простір науки: досвід та перспективи: зб. Матеріалів V Міжнарод. наук. практ. інтернет-конф., 20 вересня 2016 р. – Переяслав-Хмельницький, 2016. – Вип. 5. – С.123-127.

6. Непша О.В. Фізична культура як середовище виховання школярів /О.В. Непша, В.С. Ушаков // Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку: матеріали I Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції (20-21 квітня 2017 року): збірник тез. – Бердянськ:БДПУ, 2017. –С.309-310.