

Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України
Харківський національний педагогічний університет
імені Г.С. Сковороди
Природничий факультет
Кафедра здоров'я людини та корекційної освіти

ПЕДАГОГІКА ЗДОРОВ'Я

Збірник наукових праць
Всеукраїнської науково-практичної конференції,
присвяченої Міжнародному Дню здоров'я
7 квітня 2011 року

Харків-2011

УДК 371.7+376
ББК 51.1(4УКР)0+74.580.053.34
П24

Редакційна колегія:

Головний редактор – **Микитюк О. М.**, докт. пед. наук, професор, проректор з наукової роботи, зав. кафедри анатомії та фізіології людини ХНПУ імені Г.С. Сковороди

Заступник головного редактора – **Бойчук Ю.Д.**, докт. пед. наук, професор, зав. кафедри здоров'я людини та корекційної освіти ХНПУ імені Г.С. Сковороди

Рекомендовано Вченою Радою Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди
(протокол № 1 від 18 лютого 2011 р.)

П24 **Педагогіка здоров'я:** збірник наукових праць Всеукраїнської науково-практичної конференції / За загальною редакцією проф. О.М. Микитюка. – Х.: ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, 2011. – 356 с.

Збірник містить наукові праці, які присвячені висвітленню результатів психолого-педагогічних досліджень щодо збереження та формування здоров'я дітей, учнівської та студентської молоді. Розглянуті методолого-теоретичні основи педагогіки здоров'я; сучасні підходи до створення здоров'язбережувального освітнього середовища в навчальному закладі; роль фізичного виховання у збереженні здоров'я; психолого-педагогічні основи профілактики шкідливих звичок та соціально-небезпечних захворювань; здоров'язбережувальні освітні технології; актуальні проблеми корекційної педагогіки та сучасних інклюзивних процесів у загальноосвітніх навчальних закладах.

Члени редколегії:

Синьов В. М., докт. пед. наук, професор, академік НАПН, директор Інституту корекційної педагогіки та психології НПУ імені М. П. Драгоманова

Іонова О. М., докт. пед. наук, професор, зав. кафедри природничо-математичних наук ХНПУ імені Г. С. Сковороди

Горашук В.П., докт. пед. наук, професор, зав. кафедри фізичної реабілітації та валеології ЛНУ імені Тараса Шевченка

Гончаренко М.С., докт. біол. наук, професор, зав. кафедри валеології ХНУ імені В.Н. Каразіна, президент Української Асоціації валеологів

Харченко Л. П., докт. біол. наук, професор, декан природничого факультету ХНПУ імені Г. С. Сковороди

Страшко С. В., канд. біол. наук, професор, зав. кафедри медико-біологічних та валеологічних основ охорони життя і здоров'я НПУ імені М. П. Драгоманова

Волкова І.В., зав. Центру формування здорового способу життя Харківської академії неперервної освіти

Кабацька О.В. Методичні підходи до формування культури здоров'я старшокласників.....	81
Кабусь Н.Д. Формування творчої особистості як умова збереження психічного здоров'я дітей, позбавлених батьківського піклування.....	82
Кебкало Т.Г., Палієнко О.А., Єрїчева Т.Ю., Годун Н.І., Багмет В.С. З досвіду впровадження здоров'язбережувальних технологій в початковій школі.....	85
Ковальова С.М., Кочетова О.М., Руднева І.Д. Створення здоров'язберігаючого середовища в закладі освіти як основа для збереження та зміцнення здоров'я учнів гімназії.....	89
Коваль В.Є. Синергетичний підхід до оздоровчої стратегії навчання і виховання учнів у Мереш'янському медичному ліцеї.....	98
Комісова Т.Є., Голуб В.А. Фізичний розвиток дітей середнього та старшого шкільного віку, що мешкають у місті Харків.....	102
Коробко О.О., Ващенко О.В. Психолого-педагогічні основи профілактики шкідливих звичок та соціально небезпечних захворювань...	105
Коц В.П., Коц С.М. Оцінка способу життя людей похилого та старечого віку.....	113
Коцур Н.І., Годун Н.І. Гігієнічні аспекти збереження здоров'я школярів в умовах упровадження педагогічних технологій.....	116
Коцур Н.І., Гармаш Л.С., Товкун Л.П. Динаміка стану здоров'я учнів на першому році навчання.....	121
Кудїн С.Ф., Савонова О.В. Психолого-педагогічні аспекти збереження професійного здоров'я педагога.....	124
Кузьмінов В.Н. До питання підвищення ефективності антинаркотичних профілактичних програм.....	127
Куліш О.В. Загартування учнів в оздоровчому таборі.....	129
Лопатіна Г.О., Линдіна Є.Ю. Використання здоров'язбережувальних технологій в умовах дошкільного навчального закладу.....	132
Лук'янова Ю.С. Готовність майбутнього інженера-педагога до використання здоров'язберігаючих технологій.....	141
Маруненко І.М. Формування здорового способу життя у студентів вищих навчальних закладів.....	145
Мельник Ю.Б. Психологічна культура педагогічних працівників як передумова формування культури здоров'я молоді.....	150
Міхєєнко О.І. Свідоме та відповідальне ставлення до власного здоров'я як умова формування культури здоров'я.....	153
Міщенко О.А. Зв'язок лекторської майстерності викладача із якістю використання інтерактивних методів викладання.....	159
Молчанюк О.В. Сучасні підходи до визначення змісту і структури здорового способу життя молоді.....	164
Мухіна О.Ю., Бойчук Ю.Д., Галій А.І. Основні шляхи профілактики енотробіозу серед дітей у дошкільних та загальноосвітніх навчальних закладах.....	168

ФОРМУВАННЯ ТВОРЧОЇ ОСОБИСТОСТІ ЯК УМОВА ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ, ПОЗБАВЛЕНИХ БАТЬКІВСЬКОГО ПІКЛУВАННЯ

Серед багатьох проблем, з якими стикаються діти, позбавлені батьківського піклування, є проблема збереження психічного здоров'я особистості. Наслідком інституціоналізації – перебування дитини в інтернатному закладі – є цілий комплекс психічних розладів, серед яких: емоційна нестійкість, агресивність, байдужість до життя, жорстокість один до одного й навколишнього світу в цілому. Внаслідок відриву від сім'ї, неможливості задовольнити потребу у визнанні та любові в дитини формується занижена самооцінка, вона часто переживає почуття провини та відчаю, вважає себе непотрібною, що призводить до зростання тривожності, депресії, виникненню відчуття самотності й навіть спробам суїциду.

Крім того, в дитини, яка пережила гостру кризу – втратила життєво важливе сімейне оточення, яке може забезпечити фізичне, психічне, духовне й соціальне здоров'я особистості, – об'єктивно формується комплекс жертви: відмова від пошуку можливих шляхів виходу з кризової ситуації. Якщо людина стикається зі складною життєвою невдачею й переконується у власній нездатності впливати на події, даремності своїх зусиль, вона починає думати, що невдачі переслідуватимуть її завжди, в усіх сферах життєдіяльності й навіть не намагається шукати вихід. Виникає так званий синдром навченої безпорадності, зневіра у власних силах, оскільки особистість вважає, що зовнішні обставини не залежать від неї і вона нічого не може змінити, отже, не використовує всіх можливостей і ресурсів для вирішення як конкретної ситуації, так і проблеми в цілому.

Іншою важливою проблемою дітей, позбавлених батьківського піклування, є порушення психологічного часу особистості – усвідомлення й прийняття себе в минулому, сьогодні й майбутньому. Зазвичай дитина, яка виховується в родині, пам'ятає своє минуле (любов і турботу батьків, позитивні події й досягнення), вбачає власне зростання в теперішньому й має плани на майбутнє, відчуваючи впевненість у собі та підтримці родини. Діти в інтернатних закладах не можуть порівнювати себе нинішніх із собою в минулому чи майбутньому – вони свідомо намагаються не згадувати минулого й переносять острах і безнадію в теперішнє і майбутнє, не завжди уявляючи, що їх майбутнє багато в чому залежить від них самих.

У зв'язку з цим основним завданням педагога є допомога дитині в подоланні негативного депресивного сприйняття світу й активізація потенціалу особистості на само реабілітацію – формування здатності до самостійного творчого здійснення власного життя. В цьому контексті дієвим може бути метод роботи з біографією – ознайомлення з конкретними прикладами життя

людей, які долали будь-які життєві труднощі на своєму шляху, не втрачаючи здатності до активних дій – шукали й реалізовували різні варіанти всупереч усім невдачам та розчаруванням, навіть негативним прогнозам (стан здоров'я, інвалідність та ін.), й досягати мети, їх девіз “Ніколи не здавайся!”. Такі приклади дозволяють дитині зрозуміти, що між позитивними діями й позитивними результатами наявний зв'язок, що допомагає вибудовувати власні позитивні цілі та життєві перспективи.

Завдання педагога при цьому – допомогти дитині обрати гідну мету, а також усвідомити й прийняти себе в усіх трьох вимірах – минулому, сьогоденні й майбутньому. Це потребує, насамперед, подолання негативного сприйняття власного життєвого досвіду, а також його прийняття, адже заперечення ситуації не дозволяє її вирішувати. Відомо, що прийняття – одна з найважливіших стратегій саморозвитку, воно дозволяє вивільнити власну енергію й потенціал для розвитку й зростання, а також зберігати в пам'яті позитивні події з минулого. Наступними кроками є визначення високої позитивної мети в майбутньому й здійснення конкретних зусиль для її досягнення (здобуття знань, набуття вмінь, розвиток необхідних здібностей та ін.). Причому така діяльність (постановка мети, розробка конкретного плану дій та його реалізація, рефлексія) має бути чітко усвідомленою, що дозволяє бачити власне просування крок за кроком до визначеної мети. Це допоможе подолати основну проблему дитини – сприйняття себе як жертви, сприятиме підвищенню самооцінки й надаватиме сили для подолання труднощів, оскільки дозволяє помічати й цінувати те, що дитина робить зараз для власного зростання.

Крім того, важливим є розвиток творчих якостей вихованців, адже творча особистість здатна знаходити безліч варіантів вирішення життєвих труднощів та обирати найкращий з них, найпридатніший у даний момент, й завжди усвідомлює, що її майбутнє залежить від неї самої. Вирішення означеної проблеми потребує організації цілеспрямованої діяльності з активізації й розвитку творчого потенціалу особистості, формування дитини як суб'єкта власної життєдіяльності. Справа в тому, що дитина в інтернатному закладі зазвичай перебуває в ролі об'єкта – вона ні на що й ні на кого не впливає, часто не бачить конкретних результатів власних дій, їх впливу на сьогоденне життя, що поступово формує пасивність. Вихід з такої ситуації – залучення дитини до активної творчої діяльності, яка дозволяє відчувати себе суб'єктом під час розробки та реалізації творчих проєктів.

Так, розкриттю величезних потенційних можливостей кожної особистості сприяє проведення творчих тренінгів: “Знайди себе”, “Мої досягнення в майбутньому”, “Мій рекорд у книзі рекордів Гінесса”, “Цінність і неповторність людського життя”, “Минуле, сьогодення й майбутнє. Ми обираємо своє життя”, “Мистецтво жити”, диспуту “В чому щастя?”, конкурсів гумору, малюнків “Зміни світ на краще”, “Мої мрії” та інших заходів, що сприяють пізнанню власних творчих можливостей, а також формуванню ціннісного ставлення до себе, власної діяльності та її результатів. Мета педагога – допомогти дитині повірити в себе, переконати кожного в його

унікальності й праві на щастя, навіть якщо все треба розпочинати з початку – власними зусиллями, наполегливістю і старанням, що дозволяє відродити в дитячому серці надію, впевненість й прагнення до кращого майбутнього.

Для розвитку творчих якостей особистості важливим є також звернення до мистецтва: організація свят, міні-постанов, інсценування казок, п'єс, драматичних творів, проведення конкурсів “Я вмію складати добрі казки”, “Євробачення”, фестивалів “Казкова галактика”, новорічних карнавалів, конкурсів детективів, фантастичних проектів, юних талантів та інших заходів, які дозволяють залучати дітей до світу культури й надають можливість стати її суб'єктом під час здійснення творчих проектів, участі в конкурсах і виставах, що дуже подобається дітям. Крім того, спільна творча діяльність згуртовує колектив, сприяє встановленню відносин взаємодопомоги та співпраці, створюючи умови для підвищення самооцінки дітей – лише почувавши себе впевнено, вони будуть здатні діяти задля поліпшення власного життя. Адже людину, котра перебуває у злагоді із собою та іншими, розуміють і підтримують, вона діє, самоорганізується й здатна до активної креативної діяльності з реалізації власного потенціалу.

Формуванню ціннісного ставлення до природи сприяє проведення творчих занять та теми: “В природі я люблю...”, “Світ прекрасний”, “Що я можу зробити для природи, щоб зберегти її красу”, “Стан навколишнього середовища в Україні, на планеті Земля. Що залежить від мене?”, створення проекту захисту бездомних тварин, організація конкурсу малюнків “Вернісаж весняних барв”, “Квітковий дивограй”, “Я і природа” та ін., що дозволяють усвідомлювати власну причетність до збереження життя на планеті й формують гуманістичну спрямованість особистості вихованців .

З метою розвитку ціннісного ставлення до суспільства й світу в цілому можлива реалізація творчих проектів “Мій слід в історії закладу”, “Майбутнє мого міста”, конкурсів на кращу презентацію своєї країни “Моя батьківщина – моя гордість”, написання міні-творів “Я і моя Україна”, створення конкурсних програм популяризації спорту в Україні, проведення обговорень “Шляхи розвитку олімпійського руху у світі. Калакагатія – краса тіла та духу”, творчих бесід “Щоб не загинути в морі зла, спішіть добро творити, діти”, “Заради чого варто жити і як треба жити. Наслідки негативного ставлення до світу”, “Що таке дружба”, “За себе відповідаю”, дискусії “Добро і зло. Я обираю добро, тому що ...” та ін.

Відзначимо, що долучення дітей до активної перетворювальної діяльності сприяє формуванню активного діяльнісного ставлення до себе, інших людей, природи, культури, світу в цілому й усвідомленню того, що життєві обставини можуть бути змінені завдяки власним зусиллям. До того ж наповнення змісту темами гуманістичного спрямування дозволяє формувати позитивні якості вихованців не через вплив, нав'язування певних норм та правил, а через взаємодію – актуалізацію, розкриття і розвиток внутрішнього творчого та духовного потенціалу дітей, надання можливості вільного вибору лінії власної поведінки й усвідомлення відповідальності за свій вибір.

Таким чином, творча діяльність перебудовує свідомість дитини – всилає оптимізм й дозволяє відчутти власну значущість і цінність, що сприяє психологічній реабілітації особистості, розкриттю її суб'єктного потенціалу, стимулює до пошуку внутрішньої цілісності, нових можливостей саморозвитку й самореалізації. Визначення ж позитивно орієнтованих життєвих перспектив й усвідомлення того, що їх досягнення багато в чому залежить від самої особистості – її креативних, інтелектуальних, вольових здібностей, наполегливості й цілеспрямованості, допоможе компенсувати несприятливу вихідну ситуацію й вийти на рівень соціального успіху.

**Кебкало Т.Г., Палієнко О.А.,
Єрічева Т.Ю., Годун Н.І., Багмет В.С.**
Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

З ДОСВІДУ ВПРОВАДЖЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ

Практика роботи школи і розвиток педагогічної науки в нашій країні показують, що вивчення навчального навантаження школярів стає особливо актуальним у процесі переходу школи на новий зміст освіти [3,5].

Збільшення об'єму і зростання складності навчальної інформації при відносно незмінному навчальному плані школи (час, що відводиться на вивчення окремих шкільних предметів) висувають проблему обґрунтування оптимального загального і навчального навантаження школярів в ряд найбільш важливих педагогічних проблем. На початковому етапі при створенні програм проблема оптимізації навчального навантаження вирішувалася шляхом суворого відбору навчального матеріалу. Багато питань на цьому етапі вирішувалися на основі експертних оцінок, аналізу досвіду викладання і тенденції розвитку даного навчального предмету, методики викладання.

Разом з тим, низка питань вимагають експериментального підтвердження, результати якого б могли бути критеріями при визначенні глибини вивчення навчального матеріалу та впливу навчання на фізіологічні показники ростучого організму школярів. До комплексного дослідження навчального навантаження школярів методично приступили, вже маючи відносно його педагогічних аспектів конкретні теоретичні розробки та експериментальні дані.

Головною метою нашого дослідження проведеного на базі Терезинського НВО “ЗОШ I-III ступенів – дитячий садок” є наступне: дослідивши фактори впливу сучасної школи на здоров'я дітей, застосувати схему збереження і формування здоров'я учнів через особистісно-орієнтований підхід до оздоровлення, освіти і виховання дітей початкових класів шляхом впровадження в навчальні плани комплексів фізичних вправ, рухових ігор та додаткових уроків фізичної культури.