

СУТНІСТЬ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

Стан здоров'я дітей шкільного віку належить до найважливіших не лише медико-соціальних, а й психолого-педагогічних проблем сьогодення, адже від нього залежить майбутнє держави, її трудовий та інтелектуальний потенціал. Для поглиблення розуміння того, як розв'язуються численні проблеми безпеки життя та здоров'я дітей, важливого значення набуває вивчення означеного питання в сучасній освітній теорії і практиці.

Вітчизняними й зарубіжними вченими встановлено, що здоров'я людини на 20% залежить від стану довкілля; на 20% – від генетичного фактора; на 10% – від системи охорони здоров'я; на 50% – від способу життя, умов, у яких перебуває людина, як вона харчується, чи має шкідливі звички, чи займається фізичними вправами і спортом, чи вдосталь перебуває на свіжому повітрі; чи дотримується режиму роботи, навчання й відпочинку [1, 9-15].

Отже, можна сказати, що серед чинників, які впливають на здоров'я дітей, надзвичайно важливе значення має спосіб життя, вибір якого залежить від свідомого ставлення особистості до власного життя, розуміння його значення для себе, свого майбутнього, для суспільства.

Дитина перебуває у школі понад третину доби. У цьому зв'язку важливого значення набувають фактори створення безпечних умов навчання, забезпечення формування здоров'я школярів – питання, що вимагають не лише матеріального, соціального, а й педагогічного розв'язання.

У 2002 р. вийшов Указ Президента України «Про невідкладні додаткові заходи щодо зміцнення моральності у суспільстві та утвердження здорового способу життя» [2], яким з метою запобігання поширення тютюнової залежності та наркоманії серед дітей та молоді, захисту прав людей, зміцнення здоров'я, забезпечення умов для життя в середовищі, вільному від тютюнового диму. Згідно указу офіційно заборонено паління у приміщеннях і на територіях навчальних закладів. На керівників освітянських установ покладено обов'язок активізувати роботу з пропаганди здорового способу життя серед дітей, молоді та педагогічних працівників, розробити конкретні заходи, спрямовані на профілактику тютюнопаління.

Особливо ця проблема актуальна в початковій ланці освіти, оскільки молодший шкільний вік – важливий щабель на шляху соціального становлення особистості. Він характеризується певними особливостями, врахування яких сприяє визначенню й адекватному застосуванню форм і методів виховання початківців. На цьому етапі важливо, щобучень вів здоровий

спосіб життя, свідомо ставився до негативних тенденцій [3, 45].

Природна потреба людини і суспільства у самозбереженні в умовах, що повсякчас набувають ускладнюючого характеру, на кожному з етапів свого розвитку ставила завдання відшукати адекватні способи забезпечення власної цілісності, посиленої рівноваги з довкіллям. Це завдання досягалося засобами виховання та освіти [4, 224].

Життєдіяльність людини, спрямована на перетворення природи і створення комфортного штучного середовища існування, призвела до непередбачуваних наслідків. Побічні ефекти науково-технічного прогресу і соціального розвитку створили серйозні загрози для життя і здоров'я, мотивації діяльності, стану генетичного фонду людей. Для людини виникла загроза від власної діяльності, від утрат духовно-моральних засад людського співтовариства через невміння забезпечити свою безпеку в природних, техногенних та соціальних умовах, що змінюються. З огляду на це актуалізується проблема навчання дитини безпечному поведженню в різноманітних життєвих ситуаціях з Урахуванням вікових, психофізичних особливостей, підготувати її до Життя в сучасному середовищі на основі засвоєння різних моделей безпеки у найтипівіших життєвих обставинах, сформувати у неї переконання щодо необхідності дотримання здорового способу життя як невід'ємного чинника її належного особистісного розвитку.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Лазіка – Сачук Н.П. Стратегічні напрями розвитку охорони здоров'я в Україні. – К.: Фара, 2001. – С. 237.
2. Указ Президента України «Про невідкладні додаткові заходи щодо зміцнення моральності у суспільстві та утвердження здорового способу життя» – Конституція / Основний закон / Україна. – К., 2002.
3. Куликова Л.Н. Проблемы саморазвития личности.-Хабаровск: Издательство ХГПУ, 1997. – 315 с.
4. Болтівець С.І. Педагогічна психогігієна: теорія і методика: Монографія. – К., 2000. – 302 с.
5. Власюк Т. Формування у школярів прагнення до ведення здорового способу життя // Рідна школа. – 2002. – № 8-9. – С. 51-53.
6. Сопнева Н. деякі біологічні та соціальні аспекти валеологічної підготовки майбутнього вчителя // Зб.наукових праць БДП ім. П.Д. Осипенка (Педагогічні науки). – Бердянськ: 2000. – № 1. – С. 94-98.