

Анотація

Лариса Зданевич

Прогностические направления подготовки будущих воспитателей дошкольных учебных заведений к работе с дезадаптированными детьми (по результатам формирующего эксперимента)

В статье по результатам проведения формирующего эксперимента, который проводился в течение 2009-2013 годов, обоснованы прогностические направления подготовки будущих воспитателей дошкольных учебных заведений к работе с дезадаптированными детьми. Автором выделены компоненты, уровень сформированности которых свидетельствует о качестве подготовки будущих воспитателей дошкольных учебных заведений к работе с дезадаптированными детьми, а именно: мотивационно-ценностный (направленность на достижение, мотивационная убежденность, наличие положительной мотивации к изучению адаптированных технологий развития, обучения и воспитания дезадаптированных детей), когнитивно-технологический (самостоятельность, профессиональная компетентность и точность выполнения действий, знание современных методов диагностики и технологий развития, обучения и воспитания дезадаптированных детей), информационно-коммуникативный (осведомленность будущих воспитателей ДУЗ о коммуникативной деятельности, коммуникативная готовность к диалогу и склонность к коммуникации, действенность использования адаптированных технологий взаимодействия с дошкольниками) и рефлексивно-самообразовательный (потребность в совершенствовании личностных характеристик и профессиональных качеств, способность к самообразованию и саморазвитию, способность к рефлексии, самоконтролю и коррекции процесса и результата работы с дезадаптированными детьми).

Ключевые слова: воспитатели дошкольных учебных заведений, профессиональная подготовка, дезадаптированные дети, компоненты подготовки.

Summary

Larysa Zdanevych

Prognostic Directions of Preparation of the Future Educators of Pre-School Educational Establishments to the Work with Deadapted Children (by the Results of Forming Experiment)

In the article by the results of forming experiment, which was conducted during 2009-2013, prognostic directions of preparation of the future educators of pre-school educational establishments to the work with deadapted children have been grounded. The author singles out components, which level of maturing indicates the quality of preparation of the future educators of pre-school educational establishments to the work with deadapted children, namely: motivation-valuable, (directed to the achievement, motivational conviction, presence of positive motivation to the study of adapted technologies of development, teaching and upbringing deadapted children), cognitive-technological (independence, professional competence and accuracy of fulfillment actions, knowledge of modern methods of diagnostics and technologies of development, teaching and upbringing deadapted children), information-communicative (awareness of the future educators of pre-school educational establishments of communicative activity, communicative readiness to the dialogue and inclination to communication, effectiveness of using adapted technologies of interaction with preschool children), and reflective-self-educational (necessity in mastering personal characteristics and professional qualities, ability to self-education and self-development, ability to reflexion, self-control and correction of the process and result of work with deadapted children).

Key words: educators of pre-school educational establishments, professional preparation, deadapted children, components of preparation.

Дата надходження статті: «15» січня 2014 р.

УДК 37.015.31:613.8:374

ГЕННАДІЙ КОВАЛЬЧУК,
кандидат педагогічних наук
(м. Кам'янець-Подільський)

Виховання у молодших підлітків основ здорового способу життя в системі позаурочної діяльності

У статті розкрито процес виховання у молодших підлітків основ здорового способу життя в системі позаурочної діяльності. Виходячи із особливостей розвитку школярів даного вікового періоду і їх потреб у самопізнанні, саморозвитку і самоствердженні за результатами проведеного дослідження автором висвітлено різноманітні форми і методи позакласної роботи, спрямовані на збереження і зміцнення здоров'я. Особлива увага звернена на використання активних методів, спрямованих на формування у підлітків позитивної мотивації, усвідомлення значення рухової активності, озброєння їх системою знань, умінь та навичок з питань поліпшення власного здоров'я, необхідності здійснення контролю та внесення відповідних коректив у власний спосіб життя.

Ключові слова: здоровий спосіб життя, фізичне виховання, позаурочна діяльність, збереження здоров'я, зміцнення здоров'я, фізкультурно-оздоровча робота, шкідливі звички, форми виховання, методи виховання, ігрова діяльність.

Постановка проблеми у загальному вигляді... Проблема збереження здоров'я підростаючого покоління особливо гостро постала на початку третього тисячоліття, оскільки воно є невід'ємною складовою частиною загальнолюдських цінностей будь-якої держави і тісно пов'язане з рівнем її розвитку та місцем серед провідних країн світу. У «Національній стратегії розвитку освіти в Україні на 2012-2021 роки» зазначається, що ключовими напрямками державної освітньої політики мають стати: формування здоров'язбережувального середовища, екологізації освіти, валеологічної культури учасників навчально-виховного процесу. Ядром державної гуманітарної політики щодо національного виховання має бути:

– формування здорового способу життя як складової виховання, збереження і зміцнення здоров'я дітей і молоді, забезпечення їх збалансованого харчування, диспансеризації;

– збільшення рухового режиму учнів шкільного віку за рахунок уроків фізичної культури, спортивно-масової та фізкультурно-оздоровчої роботи в позаурочний час [5].

Незважаючи на ряд заходів щодо покращення стану здоров'я дітей, які пропонуються керівними освітніми та науковими установами, в Україні спостерігаються лише поодинокі випадки успішної їхньої реалізації у діяльності роботи освітніх закладів. Ставлення до здоров'я і усвідомлення його цінності є також одним із елементів національної культури, тому одним із головних завдань системи освіти в Україні є «...виховання людини в дусі відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих як до найвищої індивідуальної і суспільної цінності» [4].

Як показують наукові дослідження, настанова на здоров'я, здоровий спосіб життя не з'являється у людини сама по собі, а формується в результаті цілеспрямованого педагогічного впливу, тому важливого значення набуває його педагогічний компонент, сутність якого полягає у формуванні в людини з раннього віку індивідуального здорового способу життя, відповідального ставлення до власного здоров'я [2, с.61], а «здоровий спосіб життя людини є особливою суспільною цінністю, що є основою активності особистості як міри діяльності, сутнісної соціальної якості, яка виявляє високий ступінь «включеності» індивіда у суспільні стосунки» [3, с. 55].

За даними Міністерства охорони здоров'я України майже 90% дітей та учнів мають проблеми зі здоров'ям, серед школярів спостерігаються: функціональні відхилення в діяльності різних систем організму (50%), функціональні відхилення серцево-судинної системи (26,6%), нервово-психічні розлади (33%), захворювання органів травлення (17%), захворювання ендокринної системи (10,2%) школярів. При цьому слід відзначити, що кількість випускників шкіл, які є практично здоровими, становить від 10 до 15%. У зв'язку з тим, що здоров'я школярів має стійку тенденцію до погіршення, необхідно по-новому ставити питання про його збереження і зміцнення, формування гігієнічних навичок та засад здорового способу життя.

Сьогодні важливим і перспективним є завдання збереження, зміцнення здоров'я учнів як за допомогою організації і здійснення особистісно орієнтованого педагогічного процесу з урахуванням основних валеологічних принципів, так і виховання відповідального ставлення до власного здоров'я як до найвищої індивідуальної та суспільної цінності. Не випадково гасло «Здоров'я через освіту» на сьогодні залишається досить актуальним і важливим.

Аналіз досліджень і публікацій... Питанням збереження здоров'я та різних аспектів здорового способу життя присвячені дослідження М.М.Амосова, Г.А.Апанасенко, І.І.Брехмана, Е.Г.Булич, В.І.Войтенко, С.М.Громбах, В.П.Казначеева, В.В.Колбанова, Н.М.Куїнджі, І.В.Муравова, Ю.П.Лисицина, В.П.Петленко, Г.М.Сердюковської, Л.П.Суценко, А.Г.Щедріної та ін. Психолого-педагогічні засади цієї проблеми розкриті у працях Г.І.Власюк, Г.П.Голобородько, М.С.Гончаренко, О.Д.Дубогай, Г.К.Зайцева, С.В.Лапаєнко, С.О.Свириденко, В.М.Оржеховської, Л.Г.Татарникової та ін. вчених.

Формулювання цілей статті... В умовах загальноосвітньої школи, коли учні оволодівають системою знань у взаємозв'язку з національними традиціями, гуманістичними й демократичними досягненнями, фізичні можливості необхідно поєднувати з їхнім інтелектуальним розвитком, що потребує пошуку нових ефективних форм і методів виховання культури здоров'я. Цим зумовлений вибір теми статті: «Виховання у молодших підлітків основ здорового способу життя в системі позаурочної діяльності». Мета – обґрунтувати форми і методи, які сприяють вихованню у школярів основ здорового способу життя в умовах позаурочної діяльності.

Виклад основного матеріалу... На сучасному етапі розбудови національної школи в Україні позакласна робота є однією з найважливіших ланок зв'язку навчання з життям, із змінами, що відбуваються у суспільстві. Ця робота як складова та невід'ємна частина навчального процесу допомагає розв'язувати проблеми підвищення якості знань учнів у вільний від навчання час, готує

їх до активної практичної діяльності та сприяє вихованню творчої особистості. Головна педагогічна ідея, що покладена в основу позакласної роботи, – це створення умов, які забезпечують безперервність виховного й навчального процесів, їхню єдність й цілеспрямованість на основі диференціації та широкої індивідуалізації цього процесу. Вона виходить за межі навчальної програми і реалізується згідно з особистим вибором, нахилами, потребами та інтересами учнів, продовжує і доповнює навчання на уроках, тому організується відповідно до тих закономірностей, принципів та вимог, що й навчальний процес. Поєднання навчальної і позакласної роботи дає можливість цілеспрямовано керувати навчально-творчою діяльністю школярів.

Позакласна робота з виховання здорового способу життя – це багатогранна діяльність школярів: навчально-освітня, суспільно корисна, пошуково-дослідна. Але сьогодні існують великі протиріччя між значним потенціалом позакласної роботи та її використанням у навчально-виховному процесі. Дослідження показують, що часто у школах вона не має системи і наступності, на практиці позакласна робота валеологічного спрямування проводиться формально, а виховні заходи не мають достатньої пізнавальної основи, носять споглядально-розважальний характер і не спрямовуються на формування культури здоров'я. Вивчаючи проблему зміцнення здоров'я школярів, запобігання хворобам, В.О.Сухомлинський відзначав, що «...особливо пильної уваги вихователя потребує духовне життя і здоров'я в підлітковому віці». «Я не боюсь ще й ще раз повторити: турбота про здоров'я – це найважливіша праця вихователя» [8, с.103].

У процесі дослідження нами вивчався стан здоров'я і спосіб життя учнів 5–7 класів ЗОШ №№ 2, 5, 16 м.Кам'янця-Подільського та Маківського і Шатавського НВК Дунаєвецького району Хмельницької області. При цьому досліджувались та аналізувались особливості ставлення молодших підлітків до власного здоров'я, їхня мотивація до зміцнення здоров'я, рівень знань про здоровий спосіб життя, ступінь його сформованості, їхня обізнаність щодо взаємозв'язку між шкідливими життєвими факторами та виникненням різних захворювань. Відомо, що молодший підлітковий вік характеризується не тільки значними анатомо-фізіологічними зрушеннями і бурхливими змінами в психіці, але й охоплює процеси як біологічного, так і соціального дозрівання організму, і останнє за часом не тотожне фізичному. Якості, які визначають соціальну зрілість людини, починають формуватися саме у цьому віці при спілкуванні з батьками, дорослими, насамперед, з учителями й однолітками у навчальному закладі. Тому ми вирішили за доцільне більш детально зупинитися на дослідженні та аналізі саме соціального компоненту здоров'я учнів молодшого підліткового віку.

Результати нашого дослідження підтверджують наукові дані щодо психологічних особливостей підліткового віку, а саме: підвищена імпульсивність, емоційна неврівноваженість, високий рівень тривожності та агресії, упертість та негативізм, невідповідність фізичного розвитку рівню психологічної та соціальної зрілості. Такі особливості допомагають пояснити поведінку підлітків, їхню низьку соціальну адаптивність.

У процесі опитування учням пропонувалось відповісти на запитання про деякі аспекти здорового способу життя, розкрити власні думки про поняття «здоров'я», «здоровий спосіб життя», фактори, які впливають на стан здоров'я та життєдіяльність, складові здорового способу життя та ін. Дані анкетування показали, що переважна більшість учнів мають поверхове уявлення про те, що таке здоров'я та ЗСЖ, а саме: 12,2% молодших підлітків мають високий рівень знань про збереження і зміцнення здоров'я, 49,5% середній і 38,3% низький рівень. У досліджуваних підлітків немає єдиного (а тим більш наукового) розуміння сутності ЗСЖ. Для них характерне різноманіття однобічних поглядів: ЗСЖ як задоволення потреб, як прагнення до психофізичного самовдосконалення. Однак ці судження не знаходять у підлітків глибокого осмислення, і тому їхня практична діяльність з формування власного здоров'я не має системного характеру. У процесі анкетування правильними ми вважали тільки ті відповіді, в яких була вказана повна інформація, що відповідає сучасному стану знань про здоров'я і здоровий спосіб життя. Наступна категорія відповідей – частково правильні, які містили приблизно 50% необхідної інформації (неповні відповіді). До категорії неправильних відносили відповіді, які містили менше половини необхідної інформації.

Особливо велику роль для зміцнення здоров'я відіграє фізична культура. Розгляд результатів анкетування стосовно фізичної активності молодших підлітків показав, що тільки 32,0% підлітків тренуються у спортивних секціях. Ранковою гімнастикою займаються регулярно 6,0% обстежених, 3-4 рази на тиждень – 23,7% анкетованих, іноді безсистемно – 27,3% і зовсім не виконують ранкову гімнастику 43,0% школярів. Як відзначають підлітки у своїх відповідях, більшість з них надають перевагу самостійним заняттям фізичними тренуваннями (35,0%) – ранковий чи вечірній біг (8,4%), заняття хлопців на тренажерах чи з гантелями (19,3%), аеробіка, шейпінг для дівчат (25%), спортивні ігри з м'ячем (38,6) та інші види занять.

Аналіз джерел набуття знань учнями про здоровий спосіб життя показує, що школа і сім'я є головними у навчанні учнів здоров'я. Понад 45% дітей 5-7 класів засвідчують, що батьки говорять з ними про здоров'я майже кожного дня або декілька разів на тиждень. З хлопчиками батьки часто обговорюють питання фізичної активності, чистоти тіла й зубів, іноді говорять про куріння та алкоголь. З дівчатками розглядаються питання харчування, гігієни тіла й зубів, іноді питання фізичної активності. 25,3% дівчаток відповіли, що батьки ніколи не обговорюють шкідливого впливу на здоров'я алкоголю та куріння, наркотиків (48,7% хлопців та 57,1% дівчаток). При цьому приблизно 43,0% хлопців і 54,0% дівчаток хотіли б іноді обговорювати питання про шкідливість куріння, алкоголю з учителями та однокласниками, а часто – про харчування, прийоми релаксації, правильне дихання, загартовування, фізичну активність.

Як показують результати дослідження, серед обстежених учнів п'ятих класів відсутні особи, які курять та вживають алкогольні напої. Стосовно респондентів шостих класів із результатів анонімного опитування виявились такі дані: постійних курців немає, а епізодично, декілька разів на тиждень курять 6,3% хлопців. Щодо вживання спиртних напоїв, то 13,5% учнів (і дівчат, і хлопців) вважають, що їх вживати можна тільки на свята та на дні народження.

Таким чином, результати проведеного нами дослідження засвідчили, що знання школярів про ЗСЖ є досить обмеженими, найчастіше вони ототожнюються з фізичною культурою і спортом, здоровим харчуванням, позитивними емоціями та відмовою від шкідливих звичок, спостерігаються статеві відмінності в оцінці стану свого здоров'я (хлопчики в середньому вище оцінюють стан свого здоров'я, ніж дівчатка), відсоток учнів, які говорять про своє здоров'я з батьками, вчителями, лікарями, з віком зменшується, в учнів відсутня мотивація та особисте прагнення повсякденно дотримуватись основ здорового способу життя. Цим самим процес виховання основ ЗСЖ в учнів у шкільній практиці здійснюється недостатньо ефективно. Цьому заважає ряд причин: недостатність розробки цієї проблеми в науково-педагогічній літературі; відсутність відповідного науково-методичного забезпечення; недостатність рівня знань учителів з проблеми ЗСЖ; невідповідність фізіолого-гігієнічним вимогам здорового способу життя режиму навчально-виховного процесу в школі; дуже обмежений рівень валеологічних знань, практичних умінь і навичок батьків.

Одним із основних завдань щодо виховання у молодших підлітків основ ЗСЖ повинно бути, насамперед, формування у них первинних інтересів до відповідних видів оздоровчої діяльності, потреби у свідомому ставленні до власного здоров'я і необхідності його зміцнення та збереження. Слід підкреслити, що можливості навчальних предметів для послідовного і глибокого оволодіння знаннями про сутність, структуру та значення ЗСЖ обмежені, оскільки відповідна інформація використовується на уроках фрагментарно, не створює достатніх умов для пробудження інтересів учнів. Крім того, вчителям не завжди вдається домогтися необхідного узгодження та наступності в наданні учням необхідної інформації. Тому доцільно, щоб відповідні знання учні набували головним чином у позакласній діяльності, де є більше можливостей для актуалізації потреб та мотивів дотримання ЗСЖ.

Добір змісту позакласної діяльності з виховання основ ЗСЖ підлітків повинно підпорядковуватись загальним цілям виховання, цілеспрямованому і планомірному впливу на їх світогляд, переконання, почуття, розвиток волі та характеру, потреб і здібностей, духовних та фізичних якостей особистості.

Спираючись на теоретичне усвідомлення проблеми, досвід шкільної практики, методика виховної позакласної роботи з формування у молодших підлітків основ ЗСЖ повинна передбачати послідовні цілеспрямовані дії суб'єктів виховного процесу, що справляють позитивний вплив на школярів і забезпечують досягнення визначеної мети.

У системі позакласної виховної роботи школи можна виділити такі форми: 1) факультативи відповідного змісту; 2) об'єднання школярів за інтересами (гуртки, секції, клуби, товариства, центри та ін.) в межах школи; 3) загальношкільні заходи (вечори, свята, розваги, тематичні тижні та місячники, спартакіади); 4) класні години; 5) позашкільні заходи (походи, екскурсії); 6) випуск шкільної газети, плакатів, листівок, пам'яток на відповідну тематику.

За результатами нашого дослідження ефективність виховних оздоровчих заходів залежить від активної участі у їх підготовці і проведенні вчителів фізичної культури, біології, основ безпеки життєдіяльності, медичних працівників, шкільних психологів, заступників директорів з виховної роботи, педагогів-організаторів тощо. Особлива роль у проведенні цих заходів повинна належати класним керівникам, оскільки вони виконують посередницьку роль між школою та родиною, відповідним чином впливаючи на сім'ю завдяки регулярному спілкуванню з батьками.

У процесі виховання основ ЗСЖ підлітків у позакласній діяльності необхідно сформувати мотивацію на здоровий спосіб життя, озброїти їх системою знань, умінь та навичок з питань формування здоров'я та поліпшення здоров'я взагалі, що включає:

- усвідомлення значення способу життя для особистого здоров'я, доброго самопочуття, успіхів у навчанні;
- розуміння особистісно-індивідуальної сутності ЗСЖ, знання його факторів та шкідливих звичок, які становлять загрозу для здоров'я;
- знання особливостей свого фізичного, психічного, розумового розвитку, характеру, пізнавальних процесів (уваги, пам'яті, уяви, мислення) для їхнього самовдосконалення та корекції;
- розуміння назв основних частин тіла та внутрішніх органів, їхньої будови і функцій у життєдіяльності організму людини;
- усвідомлення значення основних антропометричних і фізіологічних показників для контролю за станом здоров'я та його корекції з метою самоконтролю за своїм організмом;
- дотримання правил особистої гігієни, гігієни побутових та навчальних приміщень, одягу, взуття та ін.;
- вміння обґрунтовано будувати режим дня та дотримуватися основних правил раціонального харчування;
- усвідомлення значення рухової активності для розвитку здорового організму та задоволення своїх рухових потреб в процесі навчальних занять упродовж всього дня, а також під час занять фізичною культурою і спортом;
- знання правил профілактики проти різних захворювань та збереження свого здоров'я від простудних та деяких інфекційних захворювань, про надання першої долікарняної допомоги.

Для формування валеологічної свідомості підлітків необхідно, насамперед, аргументовано переконати їх у значущості системи оздоровчих занять, які спрямовані на зміцнення здоров'я, самоствердження для майбутнього життя тощо. З цією метою велике значення у шкільній практиці мають бесіди (індивідуальні, групові, фронтальні), лекції, дискусії, диспути, що сприяють поглибленню знань про сутність здоров'я і здоровий спосіб життя, усвідомленню цінності здоров'я та його ролі в самореалізації особистості.

Одним із ефективних методів серед підлітків є «мозковий штурм», який характеризується колективним пошуком оригінальних ідей, що ґрунтується на перевазі в генеруванні колективних ідей над індивідуальними. Цей метод допомагає зібрати велику кількість ідей, звільнитися від інерції мислення, подолати звичний хід думок у розв'язанні творчих завдань. Під час використання цього методу забороняється критика запропонованих учнями ідей, заохочуються будь-які репліки, жарти тощо. Успіх цього методу залежить від керівника, його ерудиції та підготовки.

Особливе місце в системі виховання основ здорового способу життя посідають ігри. У процесі взаємодії навчальної та ігрової діяльності найбільш успішно здійснюється розкриття творчих можливостей школярів, оскільки вони посилюють навчальну мотивацію, пробуджують розумову діяльність, охоплюють емоційну сферу, сприяють розвитку самостійності учнів.

Для розвитку творчих здібностей, швидкості реакції ефективними є дидактичні та інтелектуально-рухливі ігри: вікторини, ігри-атракціони, головоломки, кросворди, задачі валеологічного змісту, настільні ігри, ігри-естафети, клуб веселих та кмітливих. Для поглиблення, закріплення та узагальнення знань учнів з основ здоров'я та ЗСЖ на заняттях рекомендуються предметні ігри [7].

Важлива роль в активізації діяльності молодших підлітків у процесі оволодіння знаннями і вміннями здорового способу життя належить методам виховання, спрямованих на розв'язання завдань корекційно-оздоровчого характеру, а саме: складання режиму дня, раціонів харчування, ведення і аналіз показників самоконтролю, визначення і самооцінка психофізіологічного стану, ступеня втоми за зовнішніми ознаками; підбір та складання комплексів вправ ранкової гімнастики, фізкультурних хвилинок, гімнастики для очей, розучування комплексів для зняття психоемоційного напруження, дихальних вправ та ін.

Таким чином, широке використання засобів, форм і методів виховання уможливорює сформувати психологічну установку, мотиваційно-смыслову сферу, стабільну життєву потребу щодо здорового способу життя, поліпшити стан здоров'я та фізичний розвиток підлітків.

Висновки... Позакласна робота буде ефективною, якщо вона задовольнятиме природні запити і потреби учнів, спонукатиме школярів до самопізнання і самоактивності, розширюватиме межі їхньої практичної та розумової діяльності, даватиме вчителю широкий простір для глибокого емпатійного розуміння учнів та здійснення їхнього всебічного розвитку. При цьому треба враховувати дві безперечні умови: діяльність учителя щодо розвитку дитини і психологічну готовність учня до цього. Крім того, важливо спиратись на ті передумови, які захоплюють почуття учнів, викликають вияв позитивних емоцій тощо.

Виховання основ ЗСЖ підлітків, на наш погляд, повинно здійснюватися з урахуванням багатокомпонентності здоров'я і багатомірності ЗСЖ на засадах системного підходу й комплексності засобів і методів навчання, виховання та розвитку учня. Це можливо за умов використання всієї

освітньої системи школи, починаючи з навчальних предметів і закінчуючи організацією оздоровчої виховної роботи в тісній співдружності школи і сім'ї.

Список використаних джерел і літератури:

1. Бичук О. І. Фізкультурно-оздоровча робота у школі / О. І. Бичук. – Луцьк : Настир'я, 1997. – 144 с.
2. Брехман И. И. Введение в валеологию – науку о здоровье / И. И. Брехман. – Л. : Наука, 1987. – 125 с.
3. Водопьянов В. И. Активный, здоровый образ жизни и нормоналогия / В. И. Водопьянов // Методические и социальные проблемы медицины и биологии. – М., 1986. – Вып. 6. – С. 55–58.
4. Національна доктрина розвитку освіти України у XXI столітті // Педагогічна газета. – 2001. – № 7 (85), липень.
5. Національна стратегія розвитку освіти в Україні на 2012-2021 роки [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.ministry@mon.gov.ua>.
6. Нові технології формування здорового способу життя у дітей і підлітків в умовах сучасного позакласного закладу : [навч.-метод. посіб.] для позашк. навч. закл. / [М. В. Макеев, М. С. Гончаренко ; під ред. Е. Т. Карачинської]. – Харків, 2001. – 268 с.
7. Родинно-сімейна енциклопедія / [авт. кол. В. М. Благінін, Н. І. Белкіна та ін. ; за заг. ред. Ф. С. Арвата]. – К. : Богдана, 1996. – 438 с.
8. Сухомлинський В. О. Серце віддаю дітям / В. О. Сухомлинський // Вибр. тв. : в 5-ти т. – К. : Радянська школа, 1977. – Т. 3. – С. 5–279.

Spysok vykorystanyh dzherel i literatury:

1. Bychuk O. I. Fizkulturno-ozdorovcha robota u shkoli. Luck, Nastyria, 1997, 144 p.
2. Brexman I. I. Vvedenie v valeologiyu – nauku o zdorovy'e. Leningrad, Nauka, 1987, 125 p.
3. Vodop'yanov V. I. Aktivnyj, zdorovyj obraz zhizni i normonalogija, *Metodicheskie i social'ny'e problemy medicyny i biologii*, Moskva, 1986, Volume 6, pp. 55–58.
4. Natsionalna doktryna rozvytku osvity Ukrainy u XXI stolitti, *Pedahohichna hazeta*, 2001, Volume 7 (85), lypen.
5. Natsionalna strategii rozvytku osvity v Ukraini na 2012-2021 roky [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu : [ministry@mon.gov.ua](http://www.ministry@mon.gov.ua).
6. Novi tehnologii formuvannia zdorovoho sposobu zhyttia u ditei i pidlitkiv v umovah suchasnoho pozaklasnoho zakladu : navch.-metod. posibnyk dlia pozashkilnykh navch. zakladiv / M. V. Makieiev, M. S. Goncharenko ; pid red. E. T. Karachynskoi. Kharkiv, 2001, 268 p.
7. Rodynno-simeina entsyklopediia / avt. kol. V. M. Blahinin, N. I. Bielkina ta in. ; za zah. red. F. S. Arvata. – Kyiv, Bohdana, 1996, 438 p.
8. Sukhomlynskyi V. O. Sertse viddaiu ditiam / V. O. Sukhomlynskyi // *Vybr. tv. : v 5-ty t.* Kyiv, Rad. shkola, 1977, Issue 3, pp. 5–279.

Аннотация

Геннадий Ковальчук

Воспитание у младших подростков основ здорового образа жизни в системе внеурочной деятельности

В статье раскрыто процесс воспитания у младших подростков основ здорового образа жизни в системе внеурочной деятельности. Исходя из особенностей развития школьников данного возрастного периода и их потребностей в самопознании, саморазвитии и самоутверждении по результатам проведенного исследования автором освещены разнообразные формы и методы внеклассной работы, направленные на сохранение и укрепление здоровья. Особое внимание обращено на использование активных методов, направленных на формирование у подростков позитивной мотивации, осознание значения двигательной активности, вооружение их системой знаний, умений и навыков по вопросам улучшения собственного здоровья, необходимости осуществления контроля и внесения соответствующих коррективов в собственный образ жизни.

Ключевые слова: *здоровый образ жизни, физическое воспитание, внеурочная деятельность, сохранение здоровья, укрепление здоровья, физкультурно-оздоровительная работа, вредные привычки, формы воспитания, методы воспитания, игровая деятельность.*

Summary

Hennadii Kovalchuk

Training of the Health Promotion Basis of Junior Teenagers in The Extracurricular Activity System

The paper makes an attempt to discover the process of training of health promotion basis of junior teenagers in the extracurricular activity system. The various forms and methods of the off-time job that are directed to the health saving and strengthening are based on the author`s investigation on the assumption of the development peculiarities of schoolchildren of the given age period and theirs needs in self-knowledge, self-education and self-assertion. The special attention is paid to the usage of active methods that are directed to the formation of positive motivation of teenagers, the realization of activity significance, the equipment with a system of knowledge, skills and abilities of health improvement, necessity of control realization and corrective actions to own lifestyle.

Key words: *health promotion, physical education, extracurricular activity, health saving, health strengthening, physical health-improvement job, pernicious habit, forms of education, playing activity.*

Дата надходження статті: «19» березня 2014 р.