

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КРИВОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Психолого-педагогічний факультет
Кафедра соціальної педагогіки і соціальної роботи

«До захисту допущено»

Реєстраційний № _____

Завідувач кафедри _____

«__» _____ 2023 р.

Кваліфікаційна робота

**ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я
УЧНІВ У СУЧАСНИХ УМОВАХ**

студентки гр. СП м-22
ступінь вищої освіти «магістр»
психолого-педагогічний факультет
спеціальності 011 Освітні, педагогічні науки
освітньо-професійна програма «Соціально-
педагогічна робота з дітьми та молоддю»
Бровко Ірини Ігорівни

Керівник: кандидат педагогічних наук,
доцент, доцент кафедри соціальної
педагогіки і соціальної роботи
Размолочикова Іванна Вікторівна

Оцінка:

Національна шкала _____

Шкала ТКТС _____ Кількість балів _____

Голова ЕК _____

(підпис) (прізвище та ініціали)

Члени ЕК _____

(підпис)

(прізвище та ініціали)

(підпис)

(прізвище та ініціали)

(підпис)

(прізвище та ініціали)

Кривий Ріг - 2023

ЗАПЕВНЕННЯ

Я, Бровко Ірина Ігорівна, розумію і підтримую політику Криворізького державного педагогічного університету з академічної доброчесності. Запевняю, що ця кваліфікаційна робота виконана самостійно, не містить академічного плагіату, фабрикації, фальсифікації. Я не надала і не одержувала недозволену допомогу під час підготовки цієї роботи. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають покликання на відповідне джерело.

Із чинним Положенням про запобігання та виявлення академічного плагіату в роботах здобувачів вищої освіти Криворізького державного педагогічного університету ознайомена. Чітко усвідомлюю, що в разі виявлення у кваліфікаційній роботі порушення академічної доброчесності робота не допускається до захисту або оцінюється незадовільно.

(підпис) _____

Роботу виконано на кафедрі соціальної педагогіки і соціальної роботи Криворізького державного педагогічного університету, Міністерство освіти і науки України.

Захист кваліфікаційної роботи відбудеться «09» грудня 2023 року о 9.00 годині на засіданні екзаменаційної комісії з атестації здобувачів вищої освіти зі спеціальності 011 Освітні педагогічні науки, освітньо-професійної програми «Соціально-педагогічна робота з дітьми та молоддю».

Адреса: Навчальний корпус №1 Криворізького державного педагогічного університету, Дніпропетровська обл., м. Кривий Ріг, пр. Гагаріна 54.

Науковий керівник: кандидат педагогічних наук, доцент Размолодчикова Іванна Вікторівна доцент кафедри соціальної педагогіки і соціальної роботи психолого-педагогічного факультету Криворізького державного педагогічного університету

Рецензент: в. о. завідувача кафедри соціальної педагогіки і соціальної роботи, кандидат педагогічних наук, доцент Василюк Тамара Григорівна

Кваліфікаційна робота містить результати власних досліджень. У роботі вказано наукову новизну та практичне значення одержаних результатів, зазначено експериментальну базу, особистий внесок і результати апробації кваліфікаційного дослідження.

Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело _____ (Бровко І.І.)

ЗМІСТ

ВСТУП.....	5
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПОНЯТТЯ «КУЛЬТУРА ЗДОРОВ'Я».....	10
1.1. З історії розвитку проблеми культури здоров'я.....	10
1.2. Принцип природо відповідності як основа формування культури здоров'я у молодших школярів.....	17
Висновки до розділу 1.....	23
РОЗДІЛ 2. ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ ЯК ОСНОВА ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ.....	24
2.1. Здоров'язбережувальні технології – основа формування культури здоров'я	24
2.2. Соціальний педагог як носій культурних цінностей.....	34
2.3. Соціальне здоров'я як рівень соціалізації та чинник безпеки.....	40
Висновки до розділу 2.....	45
РОЗДІЛ 3 ДОСЛІДНИЦЬКА ПЕРЕВІРКА ПРОГРАМИ ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ.....	46
3.1. Науково-методологічні підходи до розвитку педагогіки здоров'я як чинника розвитку потенціалу особистості молодшого школяра.....	46
3.2. Програма зміцнення здоров'я молодших школярів.....	51
Висновки до розділу 3.....	57
ВИСНОВКИ.....	59
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	61
ДОДАТКИ.....	67

ВСТУП

Актуальність дослідження. У системі цінностей, якими дорожить будь-яка цивілізована нація, особливе місце відводиться здоров'ю людей. Здоров'я нації визначається насамперед станом здоров'я її дітей. Дані численних досліджень показують, що джерело виникнення відмінностей у здоров'ї дорослих треба шукати в їхньому дитинстві. Здоров'я дітей є інтегральним показником загального благополуччя суспільства, а також тонким індикатором усіх соціальних та екологічних негараздів.

У нормативних документах читаємо: «Збереження та зміцнення здоров'я і формування здорового способу життя підростаючого покоління нині визнані проблемами загальнодержавного масштабу. В Україні основні підходи до збереження і зміцнення здоров'я дітей та молоді визначені у Законі України «Про охорону дитинства», у Державних національних програмах «Діти України», та «Освіта» (Україна ХХІ століття), міжгалузевій комплексній програмі «Здоров'я нації на 2002-2011 рр.», національній доктрині розвитку освіти України ХХІ століття» [41, с. 132-138].

Актуальність дослідження обумовлена тим, що, незважаючи на велику кількість теоретичних і емпіричних досліджень з питання формування культури здоров'я учнів, значущість вивчення даної проблеми не знижується, а навпаки підсилюється.

Пошук способів збереження та зміцнення здоров'я був і залишається для всього людства досить актуальною проблемою. А це в свою чергу, ставить цю проблему на одне з найважливіших місць не тільки в медичній, а й у педагогічній науці.

Зумовлено це, насамперед, тим, що педагогічна наука розробляє способи залучення дітей до розуміння цінності «здоров'я» як форми культури. Орієнтація здобувачів освіти на формування культури здоров'я здійснюється в процесі утворення, оскільки володіє в своєму розпорядженні можливостями усувати негативні тенденції в духовній позиції людини, суспільства [35].

У Національній програмі з Патріотичного виховання та проведення роботи зі здорового способу життя, розвитку духовності та зміцнення моральних засад суспільства передбачано широке коло заходів, основними завданнями яких є поліпшення життєдіяльності та збереження здоров'я дітей і підлітків [41, с. 132-136].

Виходячи із цього, основними завданнями сучасної національної школи є забезпечення повноцінного розвитку дітей і молоді, охорона і зміцнення їх фізичного, психічного і духовного здоров'я [27].

Сучасні педагогічні дослідження В. Оржеховської, В. Горащук, С. Кириленко, Н. Малярчук, О. Міхесенко та ін., які основну увагу приділяють формуванню культури здоров'я, визначають її як систему знань, умінь і навичок, які проявляються у ставленні до власного здоров'я.

Формування мотивації до здорового способу життя – безумовно, складне педагогічне завдання. Дослідження О. Вакуленко, О. Дубогай, С.Лапаєнко, В. Оржеховської, С. Свириденко, Л. Сущенко, І. Васильєва, Т. Башкирева, Т. Большова, Л. горяної, С. Кириленко, В. Колесова, А. Мишиної, В. Мягких, Г. Нікіфорова, Е. Приступи, Т. Сергєєва та інших, щодо формування здорового способу життя, допомагають уявити комплексне ставлення до проблеми здорового способу життя.

За останні роки простежуються фактори, які суттєво впливають на стан здоров'я учнів, а саме: перевантаження навчальних програм, інтенсифікація навчального процесу, недовершеність навчальних програм і технологій, авторитарний стиль викладання, відсутність індивідуального підходу до учнів, недостатня рухова діяльність школярів.

Завдання ж школи – збереження духовного, фізичного, психічного та морального здоров'я здобувачів освіти, формування відповідального ставлення до свого здоров'я. Саме тому виникає необхідність у розробленні технологій, що полегшують формування нових знань, зберігаючи при цьому здоров'я учнів.

Здоров'язберезувальна компетентність як ключова формується на між предметному рівні, засобом впровадження предметних компетенцій з урахуванням специфіки предметів і пізнавальних можливостей учнів початкових класів.

Мета дослідження – полягає в теоретичному обґрунтуванні соціально-педагогічних умов формування культури здоров'я учнів (початкової школи).

Завдання дослідження;

- визначити зміст та сутність понять «культура здоров'я», в сучасному педагогічному дискурсі;

- проаналізувати стан проблеми у психолого-педагогічній літературі;

- дослідити вимоги до фахівців соціально-педагогічної сфери з формування культури здоров'я в учнів у сучасних умовах.

Об'єкт дослідження – процес формування культури здоров'я учнів.

Предмет дослідження – шляхи та умови формування культури здоров'я в учнів.

Гіпотеза дослідження – формування культури здоров'я в учнів буде відбуватися ефективніше за умов:

- застосування принципу природо відповідності;

- застосування в освітньому процесі здоров'язберезувальних технологій;

- застосування у повсякденному житті досвіду здоров'язберезувальної діяльності.

- проаналізувати результати дослідження та визначити ефективність використання програми формування культури здоров'я в учнів у сучасних умовах.

Методи дослідження. Для досягнення мети та завдань дослідження застосовано комплекс таких методів:

– теоретичні (аналіз, синтез, порівняння, систематизація, узагальнення, абстрагування);

– емпіричні (спостереження);

– методи статистичної обробки даних (методи узагальнення результатів дослідження).

Методологічну основу дослідження становить просвітницька діяльність науковців – філософів, медиків, фізіологів, соціологів, педагогів, психологів, соціальних педагогів про важливість формування культури здоров'я.

Соціально-педагогічні дослідження з виховання здорового способу життя дітей О. Безпалько, О. Жаліло, І. Зверевої, Г. Лактіонової, І. Соковні-Семенової, О. Яременко.

Проблему формування культури здоров'я особистості висвітлено у працях: О. Ахвердова, П. Виноградова, Б. Єрасова, Ю. Драгнева, В. Горащук, Г. Кривошеєва, С. Кириленко, О. Мільштейна, С. Лебедченко, Н. Малярчук, Ю. Мельник, В. Оржеховської, В. Пономарчук, В. Скуміна, В. Столярова та ін.

Г. Аксьонов, В. Бальсевич, М. Віленський, Р. Дітлс, Л. Кобелянська, І. Мартинюк розглядають здоровий спосіб життя з точки зору психології людини, її свідомості та мотивації.

Практичне значення одержаних результатів. Результати роботи можуть бути використані в закладах освіти з метою формування культури здоров'я в учнів.

Апробація результатів дослідження. Результати дослідження обговорювалися на засіданні кафедри соціальної педагогіки і соціальної роботи (жовтень 2023 року). Представлені на *XII Міжнародній науково-практичній конференції «INNOVATIONS AND PROSPECTS IN MODERN SCIENCE» 20-22.11.2023 року у м. Стокгольм, Швеція* тезами «Здоров'язбережувальні технології – основа формування культури здоров'я».

Структура роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, шести підпунктів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел (66 позицій) та додатків.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПОНЯТТЯ «КУЛЬТУРА ЗДОРОВ'Я»

2.3. З історії розвитку проблеми культури здоров'я

Для повного розкриття змісту поняття «культура здоров'я» звертаємося спочатку до дефініції «здоровий спосіб життя», спрямовуючи свою увагу до історичних довідок трактування способу життя в загальному його розумінні.

Під способом життя розуміють історично визначений спосіб, завдячуючи якому людина здатна до самореалізації в матеріальній та духовній сферах життєдіяльності.

Поняття «здоровий спосіб життя» є метою повного виконання людиною різноманітних функцій, обумовлює активність по оздоровленню життєдіяльності – праці, побуту, відпочинку.

Спосіб життя розкриває спрямованість життєдіяльності людини, визначається сукупністю природно географічних умов, а також способом виробництва.

Поняття «здоровий спосіб життя» досить широке і воно передбачає не лише виконання гігієнічних норм і правил, викорінення шкідливих звичок, дотримання режиму і санітарне просвітництво. Здоровий спосіб життя – це діяльність, спрямована на збереження, поліпшення і зміцнення здоров'я людей як умови здійснення і розвитку аспектів способу життя.

Здоровий спосіб життя грає велику роль у розвитку духовної культури людини. Науковці стверджують, що «...ведучи здоровий спосіб життя людина здатна цілком реалізувати такі сторони духовного життя як оптимізм, бадьорість духу, вольові якості. Дотримуючись здорових форм життєдіяльності людина може вільно переносити труднощі, стресові ситуації, формувати сприятливий психологічний клімат у колективі» [34].

В Концепції здорового способу життя людини знаходимо у працях відомих дослідників В. Водоп'янова, А. Ізуткіна, Г. Царгородцева, В. Петленко, А. Степанова. Вони зазначають: *«Здоровий спосіб життя – це типові та суттєві для даної суспільно-економічної формації форми життєдіяльності людей, які сприяють повноцінному виконанню ними соціальних функцій і досягненню активного довголіття»* [28].

Науковці П. Бергер, А. Гелен, І. Ріттер зазначають важливість ведення здорового способу життя, а соціологи Гарвардського університету США, вважають, що тільки лібералізм надасть концепції здорового способу життя людини оптимально-методологічну основу [7].

У науковій літературі виділяють об'єктивні і суб'єктивні чинники здорового способу життя. Об'єктивний чинник, що визначає можливості для здорового способу життя, є стан здоров'я.

Концепція здорового способу життя пов'язана з галузями таких наук як: медицина, біологія, філософія, психологія, педагогіка.

Можливість вести здоровий спосіб життя залежить від:

1. статі, віку і стану здоров'я;
2. середовища;
3. раціонального харчування;
4. режиму життя (ритмічність у праці і відпочинку);
5. наявності корисних звичок (дотримання особистої гігієни);
6. уміння боротися зі шкідливими звичками (паління, пияцтво і т. ін.);
7. достатньої тривалості сну;
8. позитивної психоемоційної обстановки в сім'ї і колективі;
9. регулярних занять фізичними вправами і загартуванням організму;
10. дотримання режиму дня з урахуванням індивідуальних особливостей [9].

Все це обумовлено об'єктивно існуючими соціально-економічними умовами, побутовим середовищем і мотиваційно-ціннісною орієнтацією самої людини.

На підставі урахування об'єктивних і суб'єктивних чинників, індивідуальних особливостей, екологічних умов, національних і побутових традицій можливий розгляд особистості, що розвивається у визначених умовах.

Поняття «спосіб життя» вказує на спосіб діяльності окремого індивіда або групи людей у конкретних об'єктивних умовах (у нашому випадку – це учні початкових класів).

Поняття «спосіб життя» дає можливість охарактеризувати соціальне життя товариства на рівні окремих його представників. Поняття «суб'єкт способу життя» співвідносне поняттю «особистість» та дозволяє вивчати спосіб життя індивіда, інформує про систему відношень у соціумі, створює можливості для аналізу форм життєвої активності індивідів.

Ведення здорового способу життя грає величезну роль у процесі формування особистості. Яскраво виражена психологічна спрямованість особисті є важливою передумовою формування її соціальних особливостей.

Основою для розуміння сутності здорового способу життя є уявлення про єдність організму і його зовнішнього і внутрішнього середовищ [1].

Рослинний і тваринний світ, географічні умови, все це впливає на формування здорового способу життя людини, в основі такої життєдіяльності людського організму лежить комплексна біологічна і соціальна природа здоров'я.

Здоров'я людини – процес збереження і розвитку біологічних, фізіологічних і психічних функцій, соціальна активність і оптимальна працездатність при максимальній тривалості життя.

Ще в далекому минулому люди бажали зберегти своє здоров'я, народна медицина і гігієна були спрямовані на досягнення цієї цілі. Кожен історичний

період був визначений культурними рамками і, єдиним стабільним показником залишалося здоров'я людини.

За допомогою аналізу історичної, філософської, психологічної, педагогічної та медичної літератури, простежимо тенденції розвитку явища «здоровий спосіб життя».

Спеціальна та наукова література засвідчують, що культурна історія людства, в основному, вивчалася протягом останніх п'яти тисяч років. Причому велика частина досліджень подає відомості з розвитку точних наук. Інформація по вивченню самої людини, її анатомії, фізіології, основ охорони здоров'я дуже неповна і суперечлива.

Формування поняття «здоровий спосіб життя» людини губиться в глибині тисячоліть історії людства. В давній Індії, за шість століть до нашої ери сформульовано основні принципи ведення здорового способу життя у Веди, де даються розумні поради, щодо збереження здоров'я.

Великий Гіппократ у своєму унікальному трактаті «Про здоровий спосіб життя» пише: «Отже, у відповідності з віком, порою року, звичкою, країною, місцевістю, будовою тіла, слід влаштовувати і спосіб життя так, щоб ми могли протистояти і спекам, і холодам, бо тільки таким чином досягається найкраще – здоров'я». Саме Гіппократ першим увів досліджуване поняття в медицину [15].

Подальший розвиток проблеми здорового способу життя знаходимо в працях римських філософів Цицерона і Галена.

Наприклад, Цицерон вважав, що «їжа і догляд за тілом повинні бути спрямовані на збереження здоров'я і сил, а не насолоди» [66].

Видатний лікар минулого Гален писав, що здоров'я – це такий стан, при якому ми не страждаємо від болю і не обмежені в нашій життєдіяльності. Також у своїх трактатах він робить важливі висновки з медико-гігієнічних уявлень Гіппократа про здоровий спосіб життя.

Свої традиції ведення здорового способу життя з'являються в античному періоді. Це виникнення в 776 році до нашої ери Олімпійських ігор

у Давній Греції. Обов'язковими були заняття фізичними вправами в громадян Спарти. Наприклад, немовлят оглядали старійшини, і вирішували, чи достатньо вони міцні. У випадку схвалення, немовляті дарувалося життя. Якщо немовляті зберігали життя, то подальше виховання було спрямоване на формування здорового, фізично розвинутого воїна.

Підтвердженням про турботу людини за фізичним здоров'ям у ті часи є скульптури атлетів Геракла та Аполлона [66].

Отже, даний історичний період характеризується тим, що на перший план виходить фізичний компонент здорового способу життя, і вже просліджується духовний і соціальний. І вперше в науці вводиться поняття «здоровий спосіб життя» людини.

У середні віки на перший план виходить духовний компонент структури здорового способу життя людини. Історичні довідки засвідчують, що, до XIV-XV століть у Європі активно проповідувалось зречення від власного тіла, яке трактувалося як «гріховна плоть». А відтак, розмови про здоровий спосіб життя могли привести до відлучення від церкви, або ж взагалі до фізичної, прилюдної страти.

У ранньому середньовіччі здоровий спосіб життя пропонувався науковими школами Сходу, тому основні уявлення про здоровий спосіб життя були такі: «Здоров'я – це стан, у якому тіло людини природно і за сполученістю часток є такими, що всі дії, які спричиняються ним, здійснюються свідомо й повністю» [55].

Перлиною науки середньовічного Сходу є Ібн Сина, не менш відомий як Авіценна, відомий філософ і мистецький медик, в історії світової науки і культури він займає унікальне явище. Він вселив у мільйони людей віру в наукове, що перетворить пізнання світу, віру, що виявилася сильнішою й переконливішою за віру релігійну. Його «Канон лікарської науки», п'ятикнижжє, що скорило світ середньовічної медицини. Немає такого питання, на яке не можна було б знайти відповідь у цій енциклопедичній праці. У ній Ібн Сина визначає засоби і способи досягнення здорового

способу життя: « Основне в мистецтві збереження здоров'я – це врівноваження необхідних загальних факторів. Ними є: врівноваженість природи; очищення тіла; вибір їжі; збереження правильної будови тіла; покращення того, що вдихається через ніс; пристосування одягу; врівноваженість фізичного і духовного руху» [25, с. 400].

У слов'янських народів підтвердження важливості ведення здорового способу життя зустрічається в билинах та літописах, які розповідають про фізичне і моральне здоров'я богатирів. У рукописах древньої Русі є цікаві дані про харчування населення, показані звичаї, що стали вживатися в укладі життя: розподіл годин прийому їжі, раннє пробудження ранком, післяобідній сон, ранній відхід до сну ввечері.

На рубежі XVII-XVIII століть з'являються трактати, у яких регламентувалося гігієнічне поведіння дітей, описуються найбільш характерні риси санітарного побуту школяра: харчування, ігри, режим сну, гігієна тіла і т. ін. Це перший досвід педагогічної думки, щодо гігієнічного поведіння дітей. Також у цих роботах важливе місце відводиться питанням фізичної культури, іграм, вказано на необхідність гігієнічного догляду, підкреслюється необхідність зв'язку розумового і фізичного виховання в школі.

У капіталістичному устрої, з розвитком промисловості, виникає потреба у фізично здоровій робочій силі. Тому відомі вчені починають посилено займатися питанням збереження і зміцнення здоров'я людини.

Дослідження з вивчення впливу розуміння життя людини на її здоров'я можна простежити у філософських працях Ф. Бекона, Б. Спінози, Ж. Ламетрі.

Ідею соціальної цінності розвивав Д. Локк. У творі «Про виховання» він пише: «Наскільки здоров'я необхідне нам для діяльності та щастя і наскільки кожному, хто бажає грати яку-небудь роль у цьому світі, потрібна міцна конституція, здатна терпіти злигодні та втому» [62].

Філософи вищезазначеного періоду надають поняттю «здоровий спосіб життя» людини медико-гігієнічного спрямування. С. Боткін здоров'я людини

бачив як функцію пристосування до еволюції, функцію відтворення, продовження роду і гарантію здоров'я нащадків.

П. Лесгафт розробив педагогічну систему фізичного виховання дітей. У 1896 році це був перший у світі Інститут людини, який займався комплексно проблемами здоров'я [33].

Захисники Запорізької Січі також мали своєрідний підхід до питання здорового способу життя. Велика увага приділялася збереженню фізичного і морального здоров'я, козаки постають фізично сильними, загартованими, морально і духовно здатними захищати народ від ворогів.

Новий час знаменується тим, що в понятті «здоровий спосіб життя» людини виявляються фізичний, психічний і соціальний компоненти.

Формуванню здорового способу життя людини на всіх етапах розвитку України приділяється значна увага. Однак з накопиченого в минулому у теперішній час не використовується і навіть втрачено. Так, Всеукраїнський інститут соціалістичної охорони здоров'я, у 1920-1930 роках в Україні, стає науковою базою для вивчення проблеми формування здорового способу життя.

На початку ХХ сторіччя проблема вивчення здоров'я в умовах соціально-економічних перетворень, розвитку науки набула особливої значущості. Зросла соціальна цінність здоров'я людини. Так, наприклад, у Великій Радянській Енциклопедії дається таке визначення поняття «здоров'я»: «Здоров'я – природний стан організму, що характеризується його рівноваженістю з навколишнім середовищем і відсутністю яких-небудь болісних змін».

Проблема здоров'я й майбутнього існування людей як біологічних стот на Землі визначається як одна із найважливіших проблем.

В останні роки у науковому обігу виникло нове поняття – антропологічна катастрофа, сутність якої визначається тим, що згідно основних біологічних законів - кожен біологічний вид вимирає, якщо змінити умови його існування [23].

Щодо початку ХХ століття, як зазначають вчені, умови існування людства визначила природа, і саме до цих умов біологічно пристосувався організм людини протягом попереднього еволюційного періоду. В останній чверті ХХ століття, як свідчать наукові дослідження, людина почала істотно змінювати умови своєї життєдіяльності, до яких вона була пристосована в історико-біологічному розвитку.

За даними медичної статистики, відмічається підвищення показників захворюваності і смертності людей. Негативні процеси набули вже планетарного розмаху. Саме цим пояснюється прагнення вчених до пошуку позитивного впливу на процес формування культури здоров'я та підготовки особистості до здорового способу життя [37].

Отже, дослідивши історичний розвиток проблеми можна стверджувати, що здоров'ям людини опікувалися з найдавніших часів. Ця проблема привертала увагу видатних філософів, психологів, педагогів. Вагомий вклад у розвиток поняття «здоровий спосіб життя» вклали Гіппократ, Гален, Цицерон, Платон, Парацельс, Ібн Сина Авіценна, Епіфаній Славінецький, С. Боткін та багато інших.

1.2. Принцип природо відповідності як основа формування культури здоров'я у молодших школярів

Формування культури здоров'я у молодших школярів в сучасних умовах має свою специфіку, адже ґрунтується на використанні певних принципів: неперервності, превентивності, гуманізації освітнього процесу, культуро відповідності, урахування вікових та індивідуальних особливостей, наочного прикладу, принципу самовиховання та принципу природо відповідності.

Артур Шопенгауер сказав: «Здоров'я настільки переважає всі інші блага життя, що насправді здоровий жебрак щасливіше хворого короля [65]. Ці слова сказані в минулому віці німецьким філософом актуальні і зараз. На

превеликий жаль поки не існує медицини здоров'я, а є медицина хвороб. Вона не може людей навчити бути здоровими. Тому наше здоров'я – це передусім наша турбота. Кожний із нас індивідуальний і неповторний, у тому числі й здоров'я.

Всесвітня організація охорони здоров'я дає чітке формулювання даного поняття: «Здоров'я – це не тільки відсутність хворобливих і фізичних дефектів, але стан повного фізичного, духовного і соціального добробуту» [57].

Проблема вивчення здоров'я в умовах соціально-економічних перетворень, розвитку науки набула особливої значущості на початку ХХ сторіччя. Соціальна цінність здоров'я людини зростає.

Узагальнюючи визначення багатьох вітчизняних і зарубіжних дослідників, можна сказати, що під здоров'ям, у загальному плані, розуміють можливість організму людини адаптуватися до змін довкілля, що взаємодіє з ними вільно, на основі біологічної, психічної і соціальної сутності людини. При цьому важливим є саме спосіб її життя. Людина з малку повинна розуміти, що здоров'я – це цінність, яку треба берегти і про яку треба піклуватися. Вчені пов'язують здоров'я із волею життя. Так, А. Ізуткін, розглядаючи хворобу як стиснуте у своїй волі життя, дійшов висновку, що здоров'я означає волю діяльності людини. На думку автора, хвороба є обмеженням волі. Здоров'я створює «передумови для вільного прояву біологічних і соціальних можливостей людини», їх перетворення в дійсність. Вчений розглядає волю людини, як один з показників її досконалості, що, у свою чергу, виникає як гармонійна єдність у прояві тілесного і психічного здоров'я.

Здоров'я – це стан, який дозволяє людині «проявляти найбільшу кількість видо специфічних функцій при найбільш економічному режимі». У. Кагермазов звертає увагу на те, що подекуди, прагнучи до стислості, дослідники визначають здоров'я як «відсутність хвороби».

Піскунова І. зазначає, що здоров'я розглядається на рівні популяції. На їх погляд, здоров'я – «це процес соціально-історичного розвитку психосоціальної і біологічної життєздатності населення в ряді поколінь, підвищення працездатності і продуктивності суспільної праці, вдосконалення психофізичних можливостей людини» [47].

Е. Голдсміт зазначає, що «здоров'я – це такий стан організму, що дає можливість зберігати здоров'я» [32]. У цьому феномені автор підкреслює відповідну роль свідомості людини. Сутність здоров'я автор бачить у довгостроковому зберіганні здатності людини до відновлення рівноваги свого організму після хімічних, фізичних, інфекційних, психологічних чи соціальних впливів.

Багато вчених здоров'я людини пов'язують з її психікою. За словами А. Поліса, людину можна вважати здоровою, якщо її «інтелектуальні і вольові якості дозволяють працювати і спілкуватися», тобто не перешкоджають оптимальному виконанню соціальної ролі.

Як бачимо, вчені пов'язують феномен здоров'я насамперед з:

- гармонійним, урівноваженим станом усіх функціональних систем, що забезпечують нормальну, тобто повноцінну життєдіяльність людини;
- властивістю адаптації і свободи людини у пристосуванні її до довкілля;
- яскравістю прояву інтелектуальних і вольових якостей;
- відсутністю порушень у всіх (фізіологічних, психічних, соціальних) функціях людського організму, що забезпечують життя людини.

Найбільш традиційним і поширеним у житті є визначення здоров'я як можливості людей обходитись без медичної допомоги. Інколи здоров'я розглядається як динамічна рівновага організму і його функцій з довкіллям, як здатність організму пристосовуватися до мінливих умов існування в навколишньому середовищі, здатність підтримувати сталість внутрішнього

середовища організму. Тобто, провідними ознаками здоров'я наголошується збереження живого начала в організмі.

Узагальнюючи результати аналізу сутнісних ознак здоров'я, що використовуються різними авторами, П. Калью підкреслює, що все їх розмаїття може бути представлено декількома концептуальними моделями розуміння сутності здоров'я. Це:

- медична модель здоров'я, яка базується на визначенні здоров'я, що містить лише медичні ознаки і характеристики здоров'я. Здоров'ям вважають відсутність хвороб і їх симптомів;
- біомедична модель здоров'я, згідно з якою здоров'я розуміють як відсутність органічних порушень і суб'єктивних відчуттів (нездоров'я). Дана моделі акцентує увагу на природно-біологічній сутності людини, підкреслюючи домінуюче значення її біологічних закономірностей;
- біосоціальна модель здоров'я, що базується на розумінні здоров'я в його біологічних і соціальних ознаках, які розглядаються в єдності. Однак соціальним ознакам, при цьому, надається пріоритетне значення;
- ціннісно-соціальна модель здоров'я, відповідно до якої здоров'я є цінністю для людини, необхідною передумовою для повноцінного життя, задоволення її матеріальних і духовних потреб, участі у праці і соціальному житті, економічному, науковому, культурному й іншому видах діяльності [62].

В останні десятиліття вітчизняні та зарубіжні вчені дедалі частіше схиляються до того, що здоров'я є динамічним процесом. Так, В. Казначеев пропонує розглядати здоров'я індивіда як динамічний процес збереження і розвитку його біологічних, фізіологічних і соціальних функцій як оптимальну працездатність та соціальну активність при максимальній тривалості життя. Зважаючи на те, що здоров'я це взаємодія біологічних,

соціальних і психологічних чинників, переважна більшість учених (Г. Опанасенко, Д. Венедиктов, М. Роланд, Д. Ізуткін, Ю. Лісіцин, Л. Сущенко) розглядають здоров'я, як цілісне, системне утворення, яке інтегрує в собі чотири складові: фізичну, психічну, соціальну і духовну.

Дослідники виділяють шість рівнів вирішення цієї проблеми, з урахуванням цілісної сутності феномену здоров'я, а саме:

- індивідуальний, пов'язаний зі здоров'ям окремої людини;
- груповий, спрямований на здоров'я певної групи людей;
- рівень організації, установи, діяльність якої повинна забезпечувати здоров'я своїх співробітників, членів, учасників;
- рівень здоров'я громади;
- рівень країни;
- рівень усього світу.

Тобто, кожна людина несе певну частку відповідальності за здоров'я всього людства, а все людство певною мірою відповідальне за здоров'я кожної людини.

Учені умовно виділяють у здоров'ї три рівні: духовний, психічний і фізичний. На духовному рівні знаходиться любов, творчість, віра в ідеал, усвідомлення себе в єдності з природою. На психічному – сила волі, емоції і бажання, вміння управляти своїм станом, розумова діяльність. На фізичному – дихання, живлення, режим дня, гігієна, фізичні навантаження, загартування.

Зрозуміло, що такий розподіл елементів вельми умовний. Кожний із них одночасно виявляється на всіх рівнях в різній мірі і не існує лише в одному. Так фізичний рівень – це тіло людини, оболонка духовного і психічного початків, всі три складові здоров'я існують у взаємозв'язку і безперервному рухові.

Здоров'я знаходиться у взаємозв'язку з культурою, економікою, соціально-політичною, духовною сферами життя людини [30].

Здоров'я нерозривно пов'язане з поняттям про красу. Нам імпонує думка, що краса – це гармонія поєднання природних і соціальних якостей особистості. Фізичні і психічні процеси у єдності створюють досконалість, а це відповідно теми нашого дослідження і є красою, а відтак і культурою здоров'я.

Таким чином, формування культури здоров'я ми спрямовували на гуманізацію й активізацію освітньої діяльності, удосконалення індивідуальних якостей у молодших школярів.

Зміст виховання здорового способу життя має сприяти усвідомленню особистої значущості збереження і зміцнення здоров'я для формування гармонійно розвиненої особистості, прилучення молодших школярів до загальнолюдських цінностей, досягнення життєвих цілей, успіху [36].

Молодшим школярам властиве оволодіння значним обсягом знань, умінь і навичок, збагачення досвіду їхньої соціальної поведінки. В учнів початкових класів формуються перші, відносно стійкі ціннісні орієнтації, відбувається розвиток почуттів – моральних, інтелектуальних, естетичних. Виходячи з цих положень та враховуючи психофізіологічні особливості молодшого шкільного віку, зміст виховання здорового способу життя ґрунтується на загально педагогічних принципах: системності і послідовності, науковості, доступності, зв'язку з життям, природо відповідності, гуманізації, врахуванні вікових та індивідуальних особливостей, взаємозв'язку вимог школи і сім'ї, превентивності.

Перебуваючи в тісному зв'язку з загально виховними принципами, формування культури здоров'я у молодших школярів має свої специфічні особливості. Але особливого значення набуває сутність принципу природо відповідності, який у нашому дослідженні є основним у доборі змісту і методів формування культури здоров'я у молодших школярів [27].

У науковий обіг дефініцію «принцип природо відповідності» введено завдячуючи працям видатних педагогів Яна Амоса Коменського, Жан-Жака Руссо, Костянтина Ушинського та ін.

Формування культури здоров'я в учнів початкових класів у сучасних умовах, передбачає, що даний принцип враховує розуміння дорослими того аспекту, що дитина як частина природи – повинна виховуватися у природних для неї умовах. Тільки ураховуючи особливості дитини, якими вона наділена, можливо повноцінно формувати культуру здоров'я.

На сучасному етапі розвитку суспільства, коли світ захопили війни, екологічні катастрофи та інші негаразди, особливо важливо спиратись на закони природи, черпати з неї все, що буде сприяти повноцінному розвитку, вдосконаленню та вихованню культури здоров'я в учнів. А відтак розуміємо, що принцип природо відповідності відіграє одну з найважливіших ролей у формуванні культури здоров'я учнів, бо завдячуючи застосуванню цього принципу, соціальний педагог має шанси виховати здорову дитину, яка буде зростати і розвиватись у гармонії з природою.

Принцип природо відповідності у формуванні культури здоров'я молодших школярів полягає у ставленні до дитини як частини природи, передбачає опору на її природні сили і анатомо-фізіологічні та психофізичні особливості.

Те, що у розвитку людини велике значення мають природні фактори, люди зрозуміли вже з давніх-давен. Це положення згодом набуло статусу принципу природо відповідності і в педагогічній науці.

Застосування принципу природо відповідності – це врахування багатогранної і цілісної природи дитини, її анатомо-фізіологічних, психологічних, вікових та генетичних особливостей. Нехтування принципом природо відповідності обмежує використання виховних можливостей у молодших школярів. Виходячи з цього – розуміємо, що формування культури здоров'я має природне підґрунтя, адже охоплює відомості про сутність здорового способу життя, особисту оздоровчу діяльність відповідно до статевих особливостей особистості, структуру здорового способу життя та його вплив на збереження і зміцнення здоров'я молодших школярів.

Висновки до розділу 1

Аналіз спеціальної літератури дозволяє зробити висновки, що рівень розвитку будь якої держави характеризується рівнем здоров'я її громадян.

Здоров'я нації визначається насамперед станом здоров'я її дітей, адже воно є інтегральним показником загального благополуччя суспільства, і як індикатор вказує на соціальні та екологічні негаразди суспільства.

Головна умова здоров'ятворчої філософії – це обізнаність та свідоме прагнення особистості до запровадження оздоровчої парадигми як основи культури здоров'я.

Теперішній етап розвитку українського суспільства в цілому характеризується досить стрімким падінням стану здоров'я як дорослого населення, так і дітей.

Сучасність характеризується стрімким погіршенням здоров'я дітей на психологічному, фізичному та духовному рівнях.. Соціальному педагогу як представнику соціально-педагогічної сфери важливо спрямовувати власні зусилля на формування культури здоров'я у молодших школярів.

Учені умовно виділяють у здоров'ї три рівні: духовний, психічний і фізичний. На духовному рівні знаходиться любов, творчість, віра в ідеал, усвідомлення себе в єдності з природою. На психічному – сила волі, емоції і бажання, уміння управляти своїм станом, розумова діяльність. На фізичному – дихання, живлення, режим дня, гігієна, фізичні навантаження, загартування.

Формування в здобувачів освіти освітніх культури здоров'я можливе за умови дотримання принципів неперервності, превентивності, гуманізації освітнього процесу, культури відповідності, урахування вікових та індивідуальних особливостей, наочного прикладу, принципу самовиховання та принципу природо відповідності.

РОЗДІЛ 2. ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ ЯК ОСНОВА ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

2.1. Здоров'язбережувальні технології – основа формування культури здоров'я

Сьогодні соціально-педагогічної науки характеризується стрімким розвитком сфери соціальних технологій. Цей період можна сміливо визначити як технологічну революцію, яка покликана впроваджувати у соціально-педагогічну діяльність низку важливих технологічних факторів, таких як:

- стрімке оновлення сфери суспільного життя;
- динаміка соціальних змін;
- глобальна демократизація систем суспільства;
- перехід цивілізованих систем суспільства на інформаційну сферу існування;
- визнання соціального простору основним об'єктом технологізації [3, с. 3].

Корифеї у сфері соціальної педагогіки О. Безпалько, Р. Вайнола, А. Капська зазначають, що «...формування соціальної політики в Україні можливе лише на основі технологізації соціальних процесів...» [12].

С. Архипова зазначає: «Технологія (грец. *Techne* – мистецтво, майстерність, уміння) – сукупність прийомів і способів одержання, обробки чи переробки; опис виробничих процесів, інструкцій з виконання, технологічні правила, вимоги, карти, графіки. Усі відомі на сьогодні технології розділяють на дві групи: *промислові та соціальні*. До промислових належать технології переробки природної сировини (нафти, руди, деревини тощо) чи отриманих з неї напівфабрикатів (готових металів, прокату, окремих деталей і вузлів виробів тощо). Соціальною визначають технологію,

у якій вихідний і кінцевий результат – людина, а основні параметри вимірювання – її якості та властивості» [2, с. 294].

Здоров'язбережувальна технологія – це система заходів, що включає взаємозв'язок і взаємодію всіх факторів освітнього середовища, спрямованих на збереження здоров'я дитини на всіх етапах її навчання і розвитку [23].

Ю. Бойчук здоров'язбережувальні освітні технології поділяє на три групи:

- *організаційно-педагогічні технології*, що визначають структуру навчального процесу, частково регламентовану у Сан Пі Ні, сприяють запобіганню стану перевтоми, гіподинамії та інших дезаптаційних станів;

- *психолого-педагогічні технології*, пов'язані з безпосередньою роботою вчителя на уроці, впливом, який він чинить все 45 хв. на своїх учнів. Сюди ж відноситься і психолого-педагогічний супровід всіх елементів освітнього процесу;

- *навчально-виховні технології*, які включають програми з навчання грамотній турботі про своє здоров'я і формування культури здоров'я учнів, мотивації їх до ведення здорового способу життя, попередження шкідливих звичок, що передбачають також проведення організаційно-виховної роботи зі школярами після уроків, просвіта їхніх батьків [6].

Метою здоров'язбережувальних технологій є забезпечення найвищого рівня здоров'я здобувачів освіти, виховання в них культури здоров'я, усвідомлення важливості здорового способу життя та формування валеологічної компетентності.

Види здоров'язберігаючих технологій подаємо в таблиці 1

Таблиця 1.

Вид Здоров'язберігаючої технології	Сутність технології
<i>Технологія виховання культури здоров'я</i>	Формування уявлення про здоров'я. Посилення мотивації до здорового способу життя. Сприяння збереженню та

	зміцненню власного здоров'я. Формування особистісних здоров'язбережувальних якостей. Прищеплення поваги до цінності здоров'я.
<i>Фізкультурно-оздоровча технологія</i>	Зміцнення здоров'я дитини, її фізичного розвитку; розвиток рухової активності, фізичних якостей; виховання культури здоров'я; загартовування.
<i>Медико-профілактична технологія</i>	Під керівництвом фахівця відбувається зміцнення і збереження здоров'я учнів, відповідно до показників медичних норм і вимог. Розробка відповідних рекомендацій для формування культури здоров'я.
<i>Технологія забезпечення соціально-психологічного благополуччя учня</i>	Використовуючи в своєму арсеналі технології психолого-педагогічного та соціально-педагогічного супроводу, забезпечувати емоційний комфорт, позитивне психологічне самопочуття здобувача освіти у процесі спілкування та комунікації з однолітками та вчителями. Забезпечення соціально-емоційного благополуччя школяра.
<i>Технологія навчання здоров'ю.</i>	Навчання правилам гігієни, профілактика травматизму, формування життєвих компетентностей (навичок)

Отже, основним показником, який характеризує всі здоров'язбережувальні технології є регулярна діагностика стану учнів та спостереження за їх основними параметрами розвитку організму.

Сучасний соціальний педагог, який володіє технологіями, формує культуру здоров'я учнів, реалізуючи при цьому власний творчий компонент культури здоров'я. Педагогічна творчість є результатом педагогічної культури.

А. Дістервег стверджує, що педагогічна культура базується на культурі певного народу, оскільки вона є тим, «із чого розвивається будь який стан культури. Тому той рівень культури, на якому ми знаходимося у відповідний період, ставить перед нами вимогу діяти адекватно до неї, якщо тільки хочемо домогтися позитивних результатів» [66 с. 33].

Сучасність характеризується введенням у науковий обіг багатьох понять. Протягом двох останніх десятиліть у вітчизняній та зарубіжній літературі активно використовується дефініція «культура здоров'я».

У наукових публікаціях знаходимо: «...культура здоров'я становить невід'ємну частину загальної культури людини» [44]. Тому вважаємо за доцільне докладніше зупинитися на дефініціях «культура» і «здоров'я».

У Ю. Косенко знаходимо: 1) «Культура – соціально наслідване явище, яке визначає спосіб життя суспільства, що базується на певних ідеалах і цінностях» [29, с. 97].

2) «Культура – це сукупність практичних, матеріальних і духовних надбань суспільства, які відображають історично досягнутий рівень розвитку суспільства й людини та втілюються в результатах продуктивної діяльності» [29, с. 97].

Залучення особистості до культури, є насамперед, процесом формування індивідуальної системи цінностей. У процесі освоєння культури індивід стає особистістю, що дає їй можливість жити в суспільстві як повноправному і повноцінному члену, взаємодіяти з іншими людьми і розгорнути діяльність по створенню предметів культури [31, с. 62].

Дослідження сутності дефініції «культура здоров'я» різними фахівцями, доводить відсутність єдиного погляду на означений термін. У педагогів і психологів немає чіткого єдиного визначення терміну «культура здоров'я», що свідчить про недостатність теоретичної і експериментальної розробки даної проблеми.

У філософських дослідженнях простежуємо витoki культури здоров'я, які витікають із загальної культури людства, і визначають культуру здоров'я як її складову.

Соціологічний аспект основний акцент дефініції «культура здоров'я» ставить на прийнятті того, що формування культури здоров'я людини відбувається в процесі активної взаємодії всіх учасників формування, розвитку і становлення особистості. У соціологічних дослідженнях найчастіше використовується діяльнісний підхід [27].

Культура здоров'я включає ведення здорового способу життя, який в свою чергу, складається з трьох основних пов'язаних між собою елементів:

- 1) культура харчування;
- 2) культура руху;

3) культура емоцій.

Нам імпонує думка О. Семенової, яка «культуру здоров'я визначає як систему штучно створених засобів для регуляції психофізичних сил людини. І наполягає, що рівень культури здоров'я проявляється у здатності людини управляти своїми життєвими силами, забезпечувати їх самовідновлення» [32].

Вітчизняні дослідники В. Оржеховська, В. Горащук, С. Кириленко, Н. Малярчук, та ін. основну увагу приділяють м формуванню культури здоров'я особистості в процесі виховання і навчання. Тому культура здоров'я визначається як система знань, умінь і навичок, які характеризуються і проявляються в способі життя, ставленні до свого здоров'я і здоров'я інших.

Всесвітня організація збереження здоров'я дає таке визначення: «Здоров'я – це стан цілковитого фізичного, духовного і соціального благополуччя» [28].

За визначенням Л. Лохвицької «Здоров'я – це фундаментальна і соціально-філософська категорія; фізична активність, первинна, невід'ємна властивість людини, вид гармонії...»[34].

Українські науковці здебільшого використовують чотирьох компонентну складову здоров'я:

- фізичне здоров'я;
- психічне здоров'я;
- соціальне здоров'я;
- духовне здоров'я.

Даний склад висвітлюється і в ряді державних програм, зокрема в державній програмі «Діти України», міжгалузевій комплексній програмі «Здоров'я нації» на 2002- 2011 роки; в навчальних програмах та підручниках інтегрованого курсу «Основи здоров'я» для загальноосвітніх навчальних закладів.

Україна – найбільша за територією країна Європи і п'ята за кількістю населення. Протягом останніх десятиріч, спостерігається значне зниження народжуваності. Падає середня тривалість життя, знижується народжуваності населення, відтак спостерігаємо неухильний ріст старіння жителів України. Станом на сьогодні середній вік життя в країні становить 37 років, це в свою чергу, ставить нас в один ряд з 15 «найстарішими» країнами світу.

На жаль більшість показників здоров'я дітей України характеризується негативно. За даними досліджень, лише 27% дітей дошкільного віку можна назвати здоровими. Відхилення у психофізичному розвитку викликають тривогу. Адже у 50% школярів спостерігаються функціональні відхилення у стані різних систем, а у 42% дітей – різні хронічні захворювання. Ще гірша ситуація зі здоров'ям дітей Дніпропетровщини, які страждають частіше інших від хвороб серця і систем кровообігу, органів дихання [36, с. 78].

Н. Сущенко зазначає: «Якщо здоров'язберігаючі технології пов'язати тільки з вирішенням здоров'я охоронного завдання, то до них належатимуть педагогічні проблеми, методи і технології, які не шкодять прямо чи побічно здоров'ю учнів та вчителів, забезпечують їм безпечні умови перебування, навчання та роботи в загальноосвітньому закладі [59].

У науковій літературі знаходимо: «Технологія – наукове проектування, система методів, прийомів, засобів відтворення теоретично обґрунтованого процесу виховання, що гарантує успіх педагогічних дій, дозволяє досягнути мети виховання» [29, с. 112].

Виокремлюють такі типи здоров'язберігаючих технологій:

- здоров'язберігаючі технології, за допомогою яких створюються безпечні умови існування та розвитку в закладі освіти та такі, що вирішують завдання раціонально організованого освітнього процесу (ураховуючи вікові, статеві, індивідуальні особливості та гігієнічні норми особистості),

відповідність навантажень як фізичних, так і навчальних можливостям дитини;

- оздоровчі технології характеризуються спрямованістю вирішувати завдання зміцнення фізичного здоров'я здобувачів освіти, підвищувати їх потенціал (ресурс) здоров'я. До них відносимо гімнастику, фізичну підготовку, фізіотерапію, аромотерапію, загартування, масаж, терапію музикою тощо;

- технологія навчання здоров'ю характеризується, перш за все, навчанням елементарним правилам гігієни, допомагає у формуванні життєвих навичок (вчимося керувати емоціями та вирішувати конфлікти), сприяє профілактиці травматизму, зловживанню психоактивними речовинами, сприяє питанням статевого виховання здобувачів освіти;

- технологія виховання культури здоров'я характеризується вихованням в учнів якостей, які сприятимуть збереженню та зміцненню їх здоров'я; допомагатиме формувати в них уявлення, що здоров'я – це цінність; сприятиме посиленню мотивації вести здоровий спосіб життя; підвищує відповідальність за власне здоров'я та здоров'я родини [13, с. 5].

Науковці стверджують, що геометрію здоров'я можна розглядати у вигляді піраміди, в основі якої лежить квадрат. Сторони квадрата рівні між собою, вони символізують чотири складові здоров'я – фізичну, психічну, соціальну та духовну. Вершина піраміди – символ гармонії, яка є найвищим прагненням людського буття.

Усе своє життя людина перебуває в оточенні інших людей, певних соціальних груп. Саме в цих групах відбувається соціалізація особистості, вибір не тих соціальних ролей, які вона може успішно і з задоволенням виконувати впродовж свого життя. В цих соціальних групах людина стає такою, якою хоче стати, поводитися з людьми так, як хоче, щоб поводитися з нею. Це – показник соціального здоров'я.

Психічна складова здоров'я дає дитині можливість оптимально пристосуватися до змін соціального середовища, пізнати себе, реалізувати власні потреби в процесі самоствердження.

Розумні думки, весела вдача, толерантність, доброта, мудрі вислови, щире серце, адекватна ситуації поведінка – це характеристики духовно здорової людини.

Духовна складова здоров'я виявляється в умінні бачити прекрасне у довкіллі і в собі, розумінні сутності навколишнього світу, власного місця в природі і в суспільстві.

Показниками *фізичного здоров'я* є нормальний ріст і розвиток організму, спроможність виконувати певну дію – рухатися, працювати.

Системні, систематичні і різнопланові оздоровчі заходи в закладі освіти здатні ефективно і позитивно впливати на формування культури здоров'я учнів.

Але, на при великий жаль, мусимо констатувати, що існують інновації, які негативно впливають на здоров'я сучасних учнів, це:

- постійні зміни навчальних планів та змісту освіти;
- заміна парт на столи;
- безвідривне каліграфічне письмо кульковими ручками;
- заміна електролампового освітлення на люмінесцентне;
- відмова або скорочення уроків праці;
- зміна навчального тижня з шести денного на п'яти денний.

Соціальний педагог повинен спрямовувати власну професійну діяльність на формування в учнів стійкої мотивації, яка передбачає:

- визначення цінності здоров'я;
- виховання почуття власної відповідальності за збереження і зміцнення здоров'я;
- систематичне поглиблення знань з даного питання;
- контроль та самоконтроль за саморозвитком;

- розвиток фізичної, психічної, духовної та соціальної складових власного здоров'я;
- застосування народних засобів для профілактики захворювань;
- дотримання режиму праці та відпочинку.

Соціальна складова здійснюється через:

- застосування засобів, що сприяють розвитку інтересу до навчального матеріалу;
- створенням умов, які допомагають у самоствердженні;
- стимулюванні аргументації відповідей;
- заохочуванні ініціативи здобувачів у формуванні культури здоров'я;
- розвитку інтуїції, творчої уяви та уваги;
- дотримання правил спілкування в групі та громадських місцях;
- вміння уникати або запобігати конфліктним ситуаціям;
- виховання гуманного ставлення до людей з особливостями.

Реалізації психічної складової сприятиме:

- дотримання позитивного мислення;
- створення сприятливої психологічної атмосфери;
- сформоване вміння керувати своїми емоціями і почуттями;
- вміння здійснювати самооцінку та самоконтроль.

Духовну складову реалізуємо через:

- доброзичливе ставлення до товаришів, учнів школи, дорослих;
- виховання відповідальності за власні дії та вчинки;
- вміння відстоювати позицію щодо формування культури здоров'я;
- навчитись бачити й сприймати прекрасне в житті, природі, мистецтві, літературі задля формування культури здоров'я;
- усвідомлення життєвих цінностей [34].

Отже, метою сучасної школи є підготовка здобувачів освіти до життя. Кожен учень повинен отримати знання, які будуть затребувані у подальшій життєвій діяльності. Сприяти досягненню цієї мети повинні

здоров'язберезувальні технології. У професійній діяльності соціального педагога здоров'язберезувальні технології здатні вирішувати питання формування здорового способу життя та культури здоров'я учнів.

2.2. Соціальний педагог як носій культурних цінностей

Соціальний педагог – професія, поява якої, більшою мірою, викликана новою якістю соціалізації особистості, у зв'язку з різким загостренням соціально-політичних, національних, економічних, екологічних, культурних суперечностей сучасного світу, тобто в нових соціокультурних умовах [11].

Як носій культурних цінностей свого суспільства та висококваліфікований фахівець соціальний педагог повинен постійно перебувати у стані пошуку нових, сучасних форм і методів роботи, опановувати новими технологіями соціально-педагогічної діяльності з усіма суб'єктами соціально-педагогічної роботи

Фахівець соціономічної сфери (соціальний педагог, соціальний працівник) є провідним суб'єктом соціально-педагогічної діяльності. А соціальне виховання, так як і соціальних захист матимуть ефективний вплив тільки за умови активної позиції тих, хто впливає.

Соціальний педагог в закладі загальної середньої освіти – це спеціаліст до компетенції якого входить надання педагогічної, психологічної, психотерапевтичної та соціальної допомоги всім учасникам освітнього процесу, хто її потребує. Професійна діяльність соціального педагога – це комплекс взаємопов'язаних напрямів діяльності (виховна, навчальна, розвиваюча, соціокультурна, комунікативна, організаторська тощо), які направлені на створення умов, що сприяють зміцненню фізичного і психічного здоров'я здобувачів освіти, на розвиток особистої, громадянської, соціальної компетентностей [12].

Спеціаліст соціально-педагогічної сфери виконує ряд функцій, серед яких: комунікативна, діагностична, прогностична, реабілітаційна та

корекційна. Реалізувати ці функції соціальний педагог зможе у випадку, якщо матиме фундаментальну фахову підготовку. А це ґрунтовні знання в галузі педагогіки, психології, соціології, законодавства, статистики, економіки і культури.

Рудкевич Н. зазначає: «Взявши за основу характерні ознаки особистості і співвідносячи їх з новими професіями – соціальною роботою і соціальною педагогікою, їх гуманістичною сутністю, можна визначити такі групи цінностей цієї діяльності.

Цінності, які відображають специфіку професійної діяльності альтруїстичного характеру (допоможи тому, хто потребує допомоги). Цінності етичної відповідальності перед професією (соціальний педагог і соціальний працівник захищає гідність і цілісність професії, дотримується етичних принципів і норм, примножує знання і розширює місію соціально-педагогічної роботи).

Цінності, пов'язані з потребами самореалізації, самоствердження, самовдосконалення особистості соціального педагога і досягнень у професійній діяльності» [55, с. 38].

С. Рубінштейн зазначає, що: «Потреби людини, як частина її цінностей, пов'язані з її спрямованістю, людина не є ізольованою, замкнутою в собі істотою, яка живе і розвивалася із самої себе. Вона пов'язана з оточенням і потребує його. У процесі історичного розвитку коло того, чого людина потребує, безперечно, розширюється. Ця об'єктивна необхідність, відображаючись у психіці людини, сприймається нею як потреба. У ній проявляється зв'язок людини з навколишнім світом і її залежність від нього» [54, с. 623].

На нашу думку, соціальний педагог виступає носієм культурних цінностей, оскільки виконуючи професійні обов'язки, він здатен впливати на суспільне середовище, інтереси, цінності та ціннісні орієнтації вихованців. Тому його життєва позиція повинна включати орієнтацію в навколишньому світі, у тому числі і ціннісну орієнтацію ставлення до інших людей,

установку і готовність до здійснення певних дій, форми і способів цього здійснення. Життєва позиція соціального педагога, на нашу думку, має бути тільки активною. Тому що активність – це діяльність. Активний соціальний педагог допоможе у вирішенні будь яких проблем особистості, групі, суспільству.

У філософії знаходимо: «Особистість за своєю суспільною природою активна, зокрема щодо своїх інтересів. Але щодо вимог інших людей справа з активністю значно ускладнюється. Під впливом суспільства, держави, традицій, громадської думки, авторитету старших, соціальної групи або її керівника, під прямим або опосередкованим тиском інших людей особистість може коригувати свою активність, спрямовувати її в русло вимог цих суб'єктів або суспільних інститутів...» [61, с. 314].

Цілеспрямована діяльність соціального педагога є невід'ємною рисою і характеристикою професійної діяльності фахівця соціономічної сфери. Практичну діяльність соціального педагога можна сміливо називати освітньою, духовно-практичною. Це його професійний обов'язок.

Категорією «професійний обов'язок» класифікують моральні обов'язки фахівця стосовно суспільства, клієнтів, колег, соціального оточення. Професійний обов'язок відображає внутрішню і моральну необхідність виконувати свої обов'язки, дотримуватися певної лінії поведінки, яка продиктована, перш за все, зовнішніми інтересами особистості.

Уміле керівництво власною поведінкою та діяльністю є професійним обов'язком, який соціальний педагог повинен враховувати застосовуючи юридичні та професійні вимоги, які ставить до нього суспільство. Він враховує можливі реакції з боку соціуму, клієнтів та професійних груп виконуючи, чи навпаки не виконуючи власні обов'язки [57].

По роду діяльності фахівець соціально-педагогічної сфери активно впливає на процеси формування і розвитку особистості за допомогою освітньо-виховної діяльності. Найбільш загальною метою виховання є передача новому поколінню соціального та духовного досвіду суспільства;

підготовка підростаючого покоління до продуктивної праці на благо суспільства. На цьому етапі здійснюється формування соціально значущих рис особистості.

«Соціальне формування особистості визначається самим суспільством, економічними, культурно-історичними, політичними і побутовими умовами, тобто середовищем в широкому змісті цього слова. За визначенням В. Бочарової, суспільне середовище це сукупність природних і соціальних умов, в яких протікає розвиток і діяльність людського суспільства, виступає в якості необхідної умови його становлення і розвитку, визначає конкретний тип поведінки індивіда» [5, с. 45].

Оскільки зміст соціально-педагогічної діяльності носить ціннісно-гуманістичний характер і визначає сутність та мету – соціальний педагог виступає у ролі творця і розповсюджувача гуманістичних цінностей. Тобто, соціальний педагог вносить вагомий вклад у розвиток культури суспільства. Носій соціально-педагогічної культури у нас ототожнюється з особистістю інтелігентною та освіченою.

Для з'ясування деяких термінів, звернемося до тлумачних словників: «Культура – *culture* (лат. *Cultura* – догляд, освіта, розвиток) – сукупність характерних рис, правил, норм, звичаїв, цінностей, діяльності, що зазначають певний рівень розвитку суспільства, групи, людини» [60, с. 89].

У словнику психолого-педагогічних понять і термінів ми знаходимо тлумачення поняття «культура»: «... як творчої діяльності людини в усіх сферах буття і свідомості, яка базується на засвоєнні культурної спадщини, спрямовується на перетворення багатства людської історії у внутрішнє надбання особи, на всебічний розвиток духовних сил людини» [57].

«Цінність – *value* – категорія духовного життя людини; вірування, дії, що індивід сприймає як важливі і значимі. Високий і глибокий ступінь емоційного сприйняття і передача ідей або доктрин; віра; потенційна мета; цінності показують як людина вирішує жити; спрямовують життя і мотивують поведінку» [60, с.186].

У структурі культури соціального педагога сучасні вчені виокремлюють чотири компоненти:

- аксіологічний, характеризується здатністю розкривати етичну культуру соціального педагога і представляє її як цілісну сукупність педагогічних цінностей;
- технологічний виступає способом соціально-педагогічної діяльності;
- творчий – засвідчує вияви педагогічної творчості фахівця соціономічної сфери;
- особистісний – символізує про розкриття етичної культури соціального педагога як специфічного способу реалізації його сутнісних сил [49, с. 16].

Діяльність соціального педагога з формування культури здоров'я учнів молодших класів у закладі освіти – сприяти створенню умов задля виховання, формування, збереження та зміцнення здоров'я, як одного з найважливіших факторів у розвитку особистості дитини, шляхом удосконалення освітнього процесу й його організації відповідно до психологічних і фізіологічних особливостей дітей молодшого шкільного віку.

В науці визначено шість основні напрями діяльності соціального педагога з формування культури здоров'я учнів в закладів освіти:

- сприяти формуванню ціннісного ставлення до власного здоров'я всіх учасників освітнього процесу;
- формувати валеологічну культуру учнів та їхніх батьків;
- впроваджувати програми, що сприяють формуванню здорового способу життя у молодших школярів;
- систематично стежити за вивченням показників особистісного здоров'я здобувачів освіти (постійно співпрацювати з психологом, медичними працівниками, класним керівником тощо);
- профілактика та корекція адиктивної поведінки;

- соціально-педагогічна підтримка дітей групи ризику та з ослабленим психічним і фізичним здоров'ям [53].

Соціально-педагогічна діяльність фахівця соціономічної сфери з формування цінності до культури здоров'я учнів має такі складові:

- адаптація учнів до умов з закладу освіти;
- впровадження в практику передового педагогічного досвіду;
- проводити соціально-педагогічну діагностику фізичного, психічного, духовного та соціального здоров'я учнів;
- розробка оптимального режиму освітнього процесу для школярів різних вікових груп, задля попередження їхньої втомлюваності, підвищення працездатності й ефективної діяльності;
- застосування ефективних технологій навчання та виховання, спрямованих на збереження всіх складових здоров'я;
- сприяти систематичному розширенню знань педагогів із валеології, безпеки життєдіяльності, профілактики;
- запобігати проявам адиктивної поведінки серед здобувачів освіти певної вікової групи;
- застосовувати технології формування здорового способу життя в практичній діяльності та надавати допомогу педагогам в оволодінні цими технологіями ;
- формування в учнів позитивної мотивації на формування культури здоров'я, навичок його збереження;
- впровадження інноваційних технологій виховання;
- підвищення їхньої педагогічної культури;
- пропагування здорового способу життя серед учнів та їх батьків;
- здійснення координації дій у системі «соціальний педагог-психолог-медичний працівник-адміністрація» задля формування культури здоров'я молодших школярів;
- систематичне підвищення професійного рівня соціального педагога з формування культури здоров'я учнів у сучасних умовах [46].

Науковці Яременко О., Вакуленко О., Жаліло Л. зазначають, що: «Основними видами діяльності соціального педагога з формування здорового способу життя підлітків у загальноосвітньому навчальному закладі є діагностика, профілактика та корекція, соціальне виховання» [46].

Діагностична діяльність соціального педагога спрямована на вивчення індивідуальних та вікових особливостей дітей. На цьому етапі вивчаємо фізичні, психічні, духовні, соціальні складники їх здоров'я; причини порушень [18, с. 157].

Процес профілактичної та корекційної роботи соціального педагога, характеризується співпрацею з педагогами та батьками. Він розробляє та впроваджує програми, мета яких у попередженні шкідливих звичок, підвищення адаптації та працездатності до навчання у здобувачів освіти.

Соціальне виховання – це цілеспрямований вплив на учнів задля усвідомлення ними актуальності формування культури здоров'я в сучасних умовах.

Сьогодні проблема формування культури здоров'я в учнів – це загально національна проблема, яка торкається не лише педагогів і батьків. Це проблема всього сучасного суспільства.

Соціально-педагогічний напрям роботи з формування культури здоров'я учнів має мету, завдання, види діяльності соціального педагога та передбачає як індивідуальну так групову роботу зі здобувачами освіти.

Отже, діяльність соціального педагога з формування культури здоров'я учнів у сучасних умовах повинна здійснюватися у тісній співпраці з педагогічним колективом, адміністрацією закладу освіти, батьками.

2.3. Соціальне здоров'я як рівень соціалізації та чинник безпеки

Наукові джерела доводять, що кожна людина сама управляє власним здоров'ям. Вона може це робити усвідомлено і не зовсім, але відповідальність за управління власним здоров'ям несе сама людина.

Ю. Грицай пише: «Соціальний компонент здоров'я є предметом вивчення різних наукових дисциплін. Virізняються особливості його визначення у філософії соціального здоров'я як складника цілого – культури, а особистісне здоров'я – як компонент особистісної культури, здоров'я нації – як компонент національної культури, як чинник соціальної реалізації особистості; соціологією соціальне здоров'я тлумачиться як здоров'я суспільства чи спільнот, соціальний ресурс, необхідний для успішної соціалізації і соціальної адаптації, система взаємодії соціальних суб'єктів на принципах поваги, гідності і честі, визнання і дотримання соціальних прав особистості; психологія соціального здоров'я розглядає його як таке, що залежить від особливостей соціального розвитку людини, від рівня рівноваги, гармонії особистості і соціального середовища; медицина соціального здоров'я вивчає його в контексті дотримання екологічних, гігієнічних норм» [16].

У педагогіці здоров'я читаємо: «Управління здоров'ям – це усвідомлювана поведінкова діяльність людини по організації здоров'ярозвивального процесу для досягнення благополуччя в усіх складових здоров'я» [46, с. 265].

Соціальне здоров'я визначають як стан людського організму, що визначає здатність особистості взаємодіяти з соціумом.

В. Сущенко визначає соціальне здоров'я як «функціонування особистості в ролі повноправного члена суспільства, її безконфліктну взаємодію з навколишнім світом, доброзичливі взаємини у колективі однолітків, у сім'ї, суспільстві» [59].

Соціальне здоров'я формується протягом усього життя людини. На нього впливають, батьки, сім'я, друзі, шкільний колектив, культура поведінки тощо.

«Культура поведінки – *behaviour culture* – сукупність сформованих, соціально значущих якостей особистості, щоденних вчинків людини у

суспільстві, що ґрунтуються на нормах моралі, етики, естетики, культури» [60, с. 90].

Ставлення дитини до власного здоров'я залежить від того, настільки сформовано у неї це поняття. Робота людського організму функціонує за законами саморегуляції. При цьому на нього мають вплив чимало зовнішніх чинників. І значна кількість із них має негативний вплив. До них відносять:

- порушення режиму дня;
- недотримання гігієнічних вимог;
- неблагополучну спадковість;
- зловживання шкідливими звичками;
- проблеми калорійності харчування;
- низький рівень медичного забезпечення.

Формування соціального здоров'я учнів напряду пов'язано з процесом соціалізації.

Зі вступом дитини до школи змінюється її соціальна позиція. Соціальна позиція учнів молодшого шкільного віку характеризується внутрішнім напруженням. Їм властиві: підвищена тривожність, зниження рівня самооцінки. Найреферентнішою особою стає особистість вчителя. Він виступає у ролі носія соціальних норм і правил, які засвоює учень. На етапі молодшого шкільного віку формується інтерес до шкільного життя і шкільних справ, і саме на цьому етапі відбувається обрання певної соціальної позиції. Саме дитячий колектив у цей період відіграє важливу роль у соціалізації особистості.

У словнику знаходимо: «Соціалізація (лат. *Socialis* – суспільний) – це процес і результат становлення особистості, засвоєння людиною цінностей, норм, установок, зразків поведінки, властивих даному суспільству (групі, сім'ї). Соціалізація – це процес безперервний, вона супроводжує людину на всіх його вікових етапах. Вона може йти як цілеспрямовано, тобто в процесі виховання і самовиховання, так і стихійно – під впливом факторів суспільного буття» [57].

Якщо у процесі соціалізації у дитини: сформувалися риси, затребувані у даному суспільстві; відбулося становлення свідомості; сформувалася активна життєва позиція; немає проблем у контактуванні з іншими людьми – можна говорити про соціалізованість особистості.

Сформоване соціальне здоров'я особистості впливає на рівень успішної соціалізації і передбачає ефективну адаптацію людини в суспільстві.

Формування соціального здоров'я пов'язане з становленням свідомості індивіда, його уявленнями про ідеал, мотиви і цінності.

Нам імпонує холістична модель здоров'я, яка трактує здоров'я не лише як відсутність хвороб, а як стан загального благополуччя та добробуту.

Творча активність, відсутність регламентованої поведінки – це ті постулати, на які повинен спиратися соціальний педагог закладу освіти для забезпечення соціального здоров'я та безпеки учнів.

Подаємо п'ятивимірну модель здоров'я, з позиції психології, до якої входять:

- духовне благополуччя;
- інтелектуальне благополуччя;
- емоційне благополуччя;
- фізичне благополуччя;
- соціальне благополуччя.



Сучасне уявлення про культуру здоров'я і соціальне благополуччя учнів подаємо у таблиці 1.

Таблиця 1

Фізичне благополуччя	Виявляється у доброму фізичному самопочутті, енергійності, бадьорості, здатності витримувати серйозні фізичні навантаження. Здатність виживати в екстремальних ситуаціях. Висока працездатність. Нормальна вага тіла. У разі потреби змога отримувати медичну допомогу. Активність. Цілеспрямованість. Незалежність.	
Психологічне благополуччя	Інтелектуальне	Виявляється в умінні навчатися, отриманні задоволення від навчання, здатності вміти аналізувати проблеми й умінні приймати виважені рішення. Уміння знаходити, сприймати та аналізувати інформацію. Здатність логічно мислити.
	Емоційне	Виявляється у здатності розуміти почуття - власні та інших людей, умінні долати невдачі, керувати стресами. Відчувати єдність з людьми та світом. Адекватне сприйняття дійсності.
	Духовне	Усвідомлення свого призначення, сенсу життя, сприйняття загальнолюдських

		цінностей, залученість до культурної спадщини людства. Позитивне бачення майбутнього. Потреба у саморозвитку та самореалізації.
Соціальне благополуччя		Розвинені комунікативні навички. Задоволеність соціальним статусом і якістю стосунків з оточенням. Здатність ефективно спілкуватися і взаємодіяти з оточенням. Уміння проявляти толерантність і повагу. У конфліктній ситуації здатність знаходити компроміс. Дотримання соціальних норм і правил.

Слід відмітити, що всі три аспекти здоров'я тісно пов'язані між собою. Вони об'єднані взаємністю, і кожен з них має вплив на інший. У цьому випадку, надзвичайно важливим є збереження рівноваги і благополуччя.

Сформоване соціальне здоров'я в учнів як рівень соціалізації та чинник благополуччя буде свідчити за наявності таких основних чинників:

- наявність життєвих а спеціальних навичок, які сприятимуть збереженню здоров'я;
- дотримання умов здорової поведінки;
- високий рівень самосвідомості та самоповаги;
- особиста відповідальність за власне життя.

Отже, соціальне здоров'я особистості – це гармонійне поєднання внутрішній і зовнішніх якостей людини, її знання про себе, свою природу, уміння комунікувати, етично поводитися, керувати своєю поведінкою, виявляти повагу до себе та інших, доступно формулювати свої вимоги та бажання.

У роботі соціального педагога ці показники слугують орієнтиром для організації безпечного середовища для учнів та формування їх соціального здоров'я.

Висновки до розділу 2

Сучасна соціально-педагогічна наука характеризується потужним розвитком сфери соціальних технологій.

Револьюційні зміни сьогодення визначають як технологічну революцію.

Сучасний соціальний педагог як спеціаліст і фахівець у своєму арсеналі повинен використовувати здоров'язберезувальні технології задля формування культури здоров'я учнів.

У наукових джерелах знаходимо визначення : «Здоров'язберезувальна технологія – це система заходів, що включає взаємозв'язок і взаємодію всіх факторів освітнього середовища, спрямованих на збереження здоров'я дитини на всіх етапах її навчання і розвитку» [23].

Соціально-педагогічна наука виокремлює такі типи здоров'язберігаючих технологій: оздоровчі технології, технології навчання здоров'ю, здоров'язберігаючі технології, виховання культури здоров'я.

Здоров'я визначають за показниками: психічної, фізичної та духовної складової.

Формування культури здоров'я безпосередньо пов'язано з педагогічною творчістю соціального педагога.

Соціальний педагог закладу освіти з метою формування культури здоров'я учнів молодших класів повинен створювати умови для формування, збереження і зміцнення здоров'я молодших школярів, відповідно до їх психологічних та фізіологічних особливостей.

РОЗДІЛ 3. ДОСЛІДНИЦЬКА ПЕРЕВІРКА ПРОГРАМИ ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

3.1. Науково-методологічні підходи до розвитку педагогіки здоров'я як чинника розвитку потенціалу особистості молодшого школяра

Національна доктрина розвитку освіти одним із пріоритетних напрямків державної політики в галузі освіти визначає пропаганду здорового способу життя .

В. Сухомлинський писав: «Я не боюся ще і ще раз повторювати: турбота про здоров'я – це найважливіша справа вчителя. Від життєрадісності, бадьорості дітей залежить їхнє духовне життя, світосприймання, розумовий розвиток, міцність знань, віра у власні сили...» [58].

Стародавній лікар і філософ Авіценна стверджував: «Головним скарбом життя є здоров'я, і щоб його зберегти, потрібно багато що знати» [25].

С. Амброзьяк констатує: «За роки навчання в школі учні мають здобути глибокі, різнобічні знання про здоров'я людини з різних галузей науки, що є підґрунтям для формування умінь і навичок, які допомагають людині підтримувати власне здоров'я. Школярі близько 80% часу проводять сидячі. Тривале сидіння спричиняє зменшення працездатності всього організму, особливо мозку: знижується увага, слабшає пам'ять, погіршується координація рухів. У малорухливих дітей порушується постава: розвивається сутулість і сколіоз. Гіподинамія – зниження рухової активності, негативно впливає на здоров'я школярів. Значне навчальне навантаження в школі та вдома; не раціональне харчування, не дотримання режиму сну, навчання, відпочинку – все це не сприяє правильному розвитку дитини, зміцненню її

здоров'я» [28]. Саме тому перед фахівцями постає проблема формування культури здоров'я учнів.

Критеріальними показниками аналізу уроку з точки зору здоров'язбережувальної педагогіки виступають:

- *санітарно-гігієнічні;*
- *організаційно-навчальні;*
- *психологічні;*
- *навчально-методичні.*

Проблема розвитку культури здоров'я учнів початкових класів у сучасних умовах має свої принципові особливості, пов'язані з тим, що не можливо примусити маленьку дитину системно оволодіти способами і прийомами здоров'язбережувальної діяльності. Дієвими можуть бути лише такі форми і методи, які стимулюють учня до опосередкованої діяльності, здатної активізувати його як суб'єкта власного інтелектуального саморозвитку й становлення. А відтак, процес формування культури здоров'я має бути спрямований, перш за все, на розвиток особистісних якостей здобувачів освіти.

Відповідно до окресленої мети, нами визначено конкретно-педагогічні умови формування культури здоров'я учнів в освітньому середовищі навчального закладу:

- здоров'язбережувальне спрямування освітнього процесу;
- формування в учнів системи здоров'язбережувальних знань;
- оволодіння здобувачами освіти здоров'язбережувальними технологіями;
- вміннями вибудовувати власну оздоровчу програму;
- упроваджувати важливість культури здоров'я здобувачів освіти у процесі навчання.

Цілеспрямоване урахування зазначених нами педагогічних умов забезпечить систематичний та ефективний процес формування та розвитку культури здоров'я учнів в освітньому середовищі.

Відповідно, мета здоров'язбережувальної підготовки в умовах освітнього середовища навчального закладу – це становлення культури здоров'я особистості учня, що виражається у їх готовності їх як реалізовувати в отриманні знання про здоров'я і способи здоров'язбереження в майбутньому.

Ефективна реалізація зазначених соціально-педагогічних умов можлива лише за умови на опору фундаментальних ідей наукових методологічних підходів:

- діяльнісного;
- особистісно орієнтованого;
- системного.

Формування культури здоров'я з позиції *діяльнісного підходу* базується на теорії, яка розроблялася вченими І. Бехом, Л. Виготським, О. Леонтьєвим, С. Рубінштейном та ін. Згідно діяльнісного підходу, «...процес розвитку особистості здійснюється у тісній залежності від тієї діяльності, у яку вона включена. Тобто формування цілісної особистості неможливе без включення її в різноманітні види діяльності, шляхом проектування, планування, організації та управління процесом її діяльності» [8].

Концепція формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у дітей і молоді зазначає: «...діяльнісний підхід вимагає культивування дієвої позиції особистості з метою власного становлення й розвитку її морального і духовного самовдосконалення» [28, с. 6].

Особистісно орієнтований підхід педагогічного забезпечення процесу формування культури здоров'я учнів передбачає їх навчання на засадах всебічного врахування індивідуальних потреб і можливостей. Мета цього навчання – створення умов для індивідуальної самореалізації, розвитку та саморозвитку особистісних якостей кожного учня.

Цей підхід базується на суб'єктивному підході до діяльності індивіда і вимагає створення умов для розвитку суб'єктів навчально-виховного процесу.

Особистісно орієнтоване навчання буде ефективним за умови активізації самостійності здобувачів освіти, залучення їх до активної пізнавальної діяльності, формування, виховання та вдосконалення власної культури здоров'я. На цьому етапі доречними будуть проведення бесід, лекторіїв, застосування навчальних ігор та проблемних ситуацій,

Особливістю особистісно орієнтованого підходу є те, що він враховує індивідуальні можливості учнів, їх мотиви, ціннісні орієнтації, інтереси, орієнтири, здібності.

Формування культури здоров'я учні у процесі навчання неможливе без використання особистісно орієнтованого підходу, який ефективно забезпечує розробку механізмів формування компонентів культури здоров'я і якостей, необхідних для формування повноцінної і здорової особистості.

Системний підхід педагогічного забезпечення процесу формування культури здоров'я учнів дозволяє розкрити системо утворюючі елементи, які вступають у специфічні навчально-виховні відносини згідно з цілями освіти конкретного здобувача.

Зазначений підхід обумовлений вивченням культури здоров'я як цілісної системи, яка складається з взаємопов'язаних елементів, і комплексного організаційно-методичного забезпечення процесу формування зазначеного феномену в учнів.

Необхідність системного підходу обумовлена питанням розвитку культури здоров'я в учнів і має бути предметом уваги не лише батьків, а й широкої громадськості. Ю. Бойчук та В. Бутенко наполягають, що ці питання мають вирішуватися на основі комплексного використання освітньо-виховного потенціалу дисциплін здоров'язбережувальної, психолого-педагогічної та культурологічної спрямованості.

У нашому випадку, перевага системного підходу над іншими полягає у тому, що процес формування культури здоров'я учнів розглядається як комплексна програма, що покликана інтегрувати навколо проблеми здоров'я і її вирішення найважливіші чинники впливу, а саме:

- навчальні заняття;
- участь у гуртковій роботі;
- набутті практичного досвіду.

Концепція формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у дітей та молоді [28, с. 26-27] проголошує: «..системність полягає у взаємо погоджених знаннях, уміннях і навичках, сформованих у дітей та молоді, що забезпечують необхідний рівень їхньої працездатності, моральності та духовності. Для цього потрібні знання основних положень фізіології, психології людини, соціології, інших суміжних дисциплін, що в сукупності дозволять реалізувати необхідні технології, які зберігають, зміцнюють здоров'я, формують свідоме ставлення до власного здоров'я і виявляються у відповідних позитивних діях і вчинках» [28, с. 26-27].

Отже, застосування фундаментальних ідей особистісно орієнтованого, діяльнісного і системного підходів за визначених педагогічних умов, забезпечить високу ефективність процесу формування культури здоров'я учнів у сучасних умовах.

3.2. Програма формування і зміцнення здоров'я молодших школярів

Взявши за основу технологію фізичного виховання дітей М. Єфименка «Театр фізичного розвитку та оздоровлення дітей» [22], яка розрахована на дітей дошкільного та молодшого шкільного віку, ми створили програму формування та зміцнення здоров'я молодших школярів. Особливістю даної програми є те, що вона розрахована на впровадження протягом чотирьох

років навчання учнів у початковій школі; широким залученням до впровадження програми спеціалістів (психолога, соціального педагога, медичного працівника, адміністрації закладу освіти та батьків); проведенням виховних та роз'яснювальних заходів, які мають на меті формування культури здоров'я у молодших школярів.

Опис програми

Програму створено з метою пропагування здорового способу життя, утвердження ідеалу культури здоров'я серед здобувачів освіти, педагогів, батьків та широкого кола громади.

Програма допомагає усвідомити резервні сили організму, вказує на місце людини в системі взаємовідносин людина – природа – суспільство. Формує уявлення про моду на культуру здоров'я. Рекомендована для використання педагогами в закладах освіти.

*Програма формування культури
здоров'я учнів у сучасних умовах*

Пояснювальна записка

Сучасний спосіб життя дуже відрізняється від способу життя, яким жили наші предки. Стрімкий розвиток технічного прогресу прискорив і темп життя сучасної людини. Ми самі не усвідомлюючи того перейшли від ери індустріальної в еру інформаційну, чим створили надзвичайно великі навантаження на свій організм. І помічаючи, що втрачаємо здоров'я почали повертатися до витоків розуміння того, що здоров'я потрібно берегти з раннього віку. Наш час характеризує тенденція, що здоровим бути модно. Про це свідчить велика кількість тренувальних зал. Культ «культури здоров'я» поступово, хоча і повільно входить в наше життя. Культура здорового способу життя розглядається і пропагується як базова життєва цінність, а здоров'я окремої особистості вважається національним ресурсом розвитку економіки держави. Відтак, здоровий спосіб життя трактується як соціально-економічна категорія.

Здоров'я – найвища цінність будь якого суспільства. Суспільство вважається здоровим тоді, коли переважна більшість його людей є здоровими (фізично, морально, психологічно).

За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я – здоров'я це не лише відсутність захворювання, це соціальне, фізичне і психологічне благополуччя людини. Експертною комісією ВООЗ виділено співвідношення чинників, які вказують на забезпечення здоров'я:

- спадковість та генетичні фактори – 15-20%;
- кліматичні умови та екологія – 20-25%;
- медичне забезпечення – 10-15%;
- спосіб і умови життя – 50-55%.

Отже, як доводять показники, саме здоровому способу життя надано провідну роль, бо саме він є провідним чинником у забезпеченні здоров'я людини, а в нашому випадку – здоров'я учня молодшого шкільного віку.

Здоровий спосіб життя це підтримання рівноваги фізичного стану організму, його психіки, тобто дотримання золоті середини. А тому для ведення здорового способу життя необхідно підтримувати баланс розуму, психіки і тіла, тобто:

- емоції, почуття і думки;
- фізичну активність;
- роботу;
- відпочинок;
- харчування.

Формування культури здоров'я в учнів – найважливіший обов'язок соціального педагога. Життєрадісні, бадьорі діти – запорука щасливої нації. Здоров'я дитини впливає її світогляд, духовне життя, міцність засвоєваних знань. Сформована культура здоров'я – це обов'язкова умова духовної і фізичної досконалості, до якої повинен прагнути кожен педагог.

Програма формування культури здоров'я учнів молодших класів у сучасних умовах розроблена відповідно Законів «Про загальну середню освіту», «Про освіту» та згідно з Конвенцією ООН про права дитини.

Програма передбачає комплексний підхід до формування культури здоров'я молодших школярів та спрямована на забезпечення цілісного і гармонійного розвитку виховання особистості та громадянина, здатного самостійно мислити і приймати рішення задля процвітання держави Україна.

Програма формування культури здоров'я розрахована на впровадження у виховну роботу зі здобувачами освіти 1 – 4 класів бесід, тренінгів, лекцій, протягом навчання в молодшій школі.

Мета програми:

- сформувати поняття «культура здоров'я»;
- виховувати прагнення до здорового способу життя (загартування, здорове харчування тощо);
- виховувати відповідальність за власне здоров'я;
- виховувати відповідальне ставлення до природи та навколишнього середовища.

Завдання програми:

- залучати до впровадження програми адміністрацію закладу освіти, соціально-психологічну службу та батьків;
- сприяти формування духовних цінностей;
- формувати в учнів стійкі переконання щодо виховання культури здоров'я;
- виховувати бережливе ставлення до власного і чужого здоров'я;
- сформувати стійке переконання важливості здоров'я на все майбутнє життя.

Розділи програми:

1. Здоров'я дитини від родини.
2. Найкращий засіб бути здоровим – це працювати;

3. Люди хворіють від потворного, а виліковуються – прекрасним.

4. Поведінка – це дзеркало, в якому відбувається твоє обличчя.

Форми і методи роботи:

- години спілкування;
- бесіди;
- уроки здоров'я;
- вікторини;
- міні вистави;
- екскурсії;
- акції;
- перегляд відеоматеріалу;
- лекції (для батьків);
- фестиваль здоров'я.

Очікувані результати:

- сформоване ставлення до власного здоров'я (фізичного, духовного, соціального, психічного);
- оволодіння здобувачами освіти знаннями, необхідними для повноцінного здорового життя;
- виховання свідомої, позитивної поведінки;
- формування уявлень про здоровий спосіб життя;
- виховання культури харчування;
- виховання ціннісного ставлення до навколишнього середовища і природи.

Етапи реалізації програми

Розділ 1 . Здоров'я дитини від родини.

Завдання:

- формувати відповідальне ставлення до культури здоров'я;
- розвивати навичку збереження та зміцнення здоров'я у молодших школярів;

- озброїти здобувачів освіти знаннями про важливість здоров'я для людини та засоби його зміцнення;
- виховувати дбайливе ставлення до власного та чужого здоров'я.

Орієнтовна тематика проведення організаційних заходів.

Єдина виховна година «Здоров'я дитини – від родини».

Ділова гра «Ключі від здоров'я».

Тематична бесіда «Про яке здоров'я мова?».

Тренінгове заняття «Здорові діти – впевнене майбутнє».

Диспут «Приклади корисніші від правил».

Засідання круглого столу «Твоє здоров'я – у твоїх руках».

Засідання батьківського всеобучу «Вибір на користь здоров'я».

Перегляд документального фільму «Культура здоров'я».

Тематична зустріч з лікарем «Що мені відомо про Ковід?».

Лекторій для батьків «Комп'ютер у житті сім'ї та дитини»

Засідання круглого столу «Екологія довкілля – екологія здоров'я».

Розділ 2. Найкращий засіб бути здоровим – працювати

Завдання:

- надання вичерпної інформації про культуру праці;
- розвиток інтересу учнів до майбутньої професійної діяльності;
- доведення важливості здоров'я у виборі професії.

Орієнтовна тематика проведення організаційних заходів.

Єдина виховна година «Чарівний світ професій».

«Веселі старти»

Бесіда «Професії, які зникають і народжуються».

Тренінгове заняття «Я і моя майбутня професія».

Перегляд фільму «Професії сучасності»

Тематичні зустрічі з представниками різних професій.

Лекторій для батьків «Причини і наслідки дитячої агресії».

Диспут «Моя професія – найкраща!».

Бесіда «В гостях у Нехворійка».

Конкурс малюнків «Здоров'я – найголовніше багатство»

Профорієнтаційні зустрічі із представниками ВНЗ.

Розділ 3. Люди хворіють від потворного, а виліковуються – прекрасним.

Завдання:

- виховувати любов до прекрасного через поняття краси тіла;
- виховувати бережливе ставлення до власного здоров'я, через участь у мистецьких заходах;
- формувати культуру здоров'я через залучення до прекрасного.

Орієнтовна тематика проведення організаційних заходів

Година спілкування «Краса. Як я її розумію».

Круглий стіл «Краса тіла і душі»

Бесіда «Краса і гуманність».

Театралізований захід «Триста спартанців»

Бесіда «Вплив освітніх технологій на здоров'я»

Тренінг «Світ неповторний та чудовий!»

Інформаційне повідомлення «Краса моєї майбутньої професії»

Диспут «Викорінюємо шкідливі звички».

Бесіда «Як вчинити в даній ситуації?»

Спортивно-розважальна гра «Хто кращий?»

Розділ 4. Поведінка – це дзеркало, в якому відбувається твоє обличчя

Завдання:

- формувати елементарні навички культури поведінки;
- виховувати толерантність, доброзичливість, повагу, тактовність, людяність, щирість, ввічливість.

Орієнтовна тематика проведення організаційних заходів

Диспут «Я найкращий знавець етикету».

Бесіда «Культура поведінки, що мені про це відомо?».

Засідання круглого столу «Морально свідомий учень».

Конкурс малюнків «Намалюю етикет».

Рольова гра «Етика і етикет».

Перегляд відео уроків.

Бесіда «Культура спілкування і її вплив на культуру здоров'я».

Тренінг для батьків «Важливість партнерського спілкування у сім'ї».

Лекція «Універсальна подорож країною Толерантність!».

Отже формування культури здоров'я в учнів на сучасному етапі – це свого роду управління здоров'ям. У нашому розумінні управління здоров'ям – це усвідомлена поведінка та діяльність здобувача освіти з організації здоров'язбережувального процесу для досягнення гармонії у всіх складових здоров'я (соціального, фізичного, психологічного), а відтак, розуміємо, що навчати здоров'ю необхідно протягом усього життя.

Висновки до розділу 3

Станом на сьогодні однією з найважливіших функцій освіти є розвиток, збереження та зміцнення здоров'я школярів.

Національна доктрина розвитку освіти одним із пріоритетних напрямків державної політики в галузі освіти визначає пропаганду здорового способу життя .

Проблемою розвитку культури здоров'я учнів у сучасних умовах є те, що не можливо примусити дитину самостійно системно оволодівати способами і прийомами здоров'язбережувальної діяльності.

Відповідно до мети, нашого дослідження, ми визначили умови формування культури здоров'я молодших школярів в освітньому середовищі навчального закладу.

Вважаємо, що застосування фундаментальних ідей системного, діяльнісного та особистісно орієнтованого підходів та визначених нами педагогічних умов, забезпечить високу ефективність процесу формування культури здоров'я учнів у сучасних умовах.

ВИСНОВКИ

Аналіз психолого-педагогічної та спеціальної літератури дозволяє зробити такі висновки.

Пропаганда здорового способу життя та формування культури здоров'я серед молодших школярів, є одним із головних орієнтирів здійснення навчальної та виховної роботи в закладі освіти. Від цього залежить вибір форм і методів, які використовує соціальний педагог у своєму арсеналі.

Культура здоров'я як складова загальної культури особистості, проявляється в обраному нею способі життя і характеризується певним рівнем сформованості ціннісного ставлення як до власного здоров'я, так і до здоров'я оточуючих.

Запропонована нами програма дозволяє стверджувати, що застосування здоров'язбережувальних технологій є частиною гуманітарної культури особистості.

У процесі роботи над формуванням культури здоров'я діти набувають цінного досвіду пізнавальної, практичної, перетворювальної, орієнтаційно-оцінної діяльності шляхом систематичного застосування здоров'язбережувальних технологій.

Застосування здоров'язбережувальних технологій в освітньо-виховному процесі починаючи з початкової школи дозволяє сформувати високу культуру способу життя в майбутньому.

Вивчення передового педагогічного досвіду та наукової періодики дає підстави стверджувати, що навчання може не тільки сприяти просуванню вперед, але й уповільнювати та навіть гальмувати розвиток особистості молодшого школяра.

Тому на сучасному етапі перед фахівцями соціономічної сфери постають проблеми не лише озброєння молодших школярів знаннями про здоров'я, а й забезпечення їх життєвими навичками, які допоможуть зробити

правильний вибір, досягти мети, скоригувати поведінку, оцінити ризики, зберігати та зміцнювати здоров'я молодших школярів.

В процесі формування культури здоров'я учнів на передній план ми ставимо формування в них здоров'язбережувальної компетентності.

Сучасному фахівцю недостатньо володіти лише теоретичними знаннями про здоров'я дитини. Знання про культуру здоров'я треба розглядати як передумову професійного підходу до виховання здорової дитини.

Отже, сьогодення характеризується стрімким погіршенням здоров'я дітей і фахівцям (соціальним педагогам, психологам) надзвичайно важливо спрямувати власні зусилля на виховання культури здоров'я учнів у сучасних умовах.

Формування в здобувачів освіти культури здоров'я можливе за умови дотримання вищезазначених принципів.

Отже, відповідно до окресленої мети дослідження, нами визначено конкретно-педагогічні особливості формування культури здоров'я учнів в освітньому середовищі навчального закладу. До них відносимо:

- здоров'язбережувальне спрямування освітнього процесу;
- формування в учнів системи здоров'язбережувальних знань;
- оволодіння здобувачами освіти здоров'язбережувальними технологіями;
- вміннями вибудувати власну оздоровчу програму;
- упроваджувати важливість культури здоров'я здобувачів освіти у процесі навчання.

Завдання роботи виконано, мету – досягнуто.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Антонєць М. Проблема охорони здоров'я школярів в педагогічній спадщині В. Сухомлинського // Початкова школа. 2012. № 9. С. 10-14.
2. Архипова С. П. Соціальна педагогіка : [навч. посіб.] /С. П. Архипова, Г. Я. Майборода. Черкаси-Ужгород : Мистецька лінія, 2002. 268 с.
3. Безпалько О. В. Дитячі громадські організації в системі соціального виховання // Вісник психології і соціальної педагогіки [Електронний ресурс]: Зб. наук. праць. Випуск 1. Київ : 2009. Режим доступу до збірника: www.psyh.kiev.ua
4. Безпека життєдіяльності. Нормативні документи для навчальних закладів. Київ: Основа, 2010. 84 с.
5. Бочарова В.Г. Педагогіка соціальної роботи. Київ, 1994. 208 с.
6. Бойчук Ю.Д., Пальчик О.О., Дехтярьова О.О. Оптимізація освітнього середовища як основа здоров'язбереження учасників освітнього процесу // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. Суми: СумДПУ, 2012. № 2. С. 137-145.
7. Брехман И. Філософсько-методологічні аспекти проблеми здоров'я людини / И. Брехман. 1992. № 2. С. 48-53.
8. Бєх І. Д. Психологічні джерела виховної майстерності: навч. посібник. Київ : Академвидав, 2009. 248с. (Серія „Альма-матер”).
9. Бойченко Т. Валеологія – мистецтво бути здоровим // Здоров'я та фізична культура. 2005. № 2. С. 1-4.
10. Бойченко Т.О. Як виростити дитину здоровою : навч. посіб. Київ : Прем'єр-медіа, 2001, 204 с.
11. Васильєва М. П. Актуальні проблеми підготовки майбутнього соціального педагога для освітньої галузі в сучасних умовах // Сучасна освіта в умовах реформування: проблеми, теорія, практика. Матеріали науково-практичної конференції / за ред. В. М. Гриньової. Харків: ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, 2011. С. 16-17.

12. Вайнола Р.Х. Технології соціально-педагогічної роботи: Курс лекцій / Р.Х. Вайнола. Київ : КМПУ імені Б.Д.Грінченка, 2008. 152с.
13. Ващенко О. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі /О. Ващенко, С. Свириденко // Здоров'я та фізична культура. 2006. № 8. С. 1-6.
14. Великий тлумачний словник сучасної української мови / Укл. і головн. ред. В.Т. Бусел. Київ :Ірпінь : ВТФ «Перун», 2009. 1736 с.
15. Гиппократ. О древней медицине // Избр. кн. М. : Биомедгиз, 1986. С. 143-149.
16. Грицай Ю.О. Використання здоров'язберігаючих технологій в навчальній діяльності школярів : навчальний посібник. Миколаїв, 2012. 181 с
17. Горашук В.П. Теоретичні та методичні засади формування культури здоров'я школярів : дис. ... д-ра пед. Наук : 13.00.01 / Горашук Валерій Павлович / Луган. нац. пед. ун-т ім. Тараса Шевченка. Х., 2004. 414 с.
18. Долинський Б.Т. Здоров'язберігаюча діяльність учителя початкової школи: [навчальний посібник]. Одеса: вид-во вид. М. П. Черкасов. 2010. 187 с.
19. Денисенко Н. Навчаємо оздоровчих технологій. Дошкільне виховання. 2010. №1. С. 14-15.
20. Енциклопедія освіти / В.Г. Кремень (голов. ред.). Київ : Юрінком Інтер, 2008. 1040 с.
21. Енциклопедія для фахівців соціальної сфери / [за заг. ред. проф. І. Д. Звереві]. Київ, Сімферополь: Універсум, 2012. 536 с.
22. Єфименко М. Театр фізичного розвитку та оздоровлення дітей. Київ : Мікрос-СВС, 2003. 112 с.
23. Ефімова В.М. Здоров'язбережувальні технології у контексті педагогічних досліджень. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2010. №1. С. 57-60.
24. Закон України «Про освіту» / Відомості Верховної Ради, 2017, № 38-39.

25. Ібн Сіна Абу Алі. Канон медичної науки // Вибране. Ташкент: Видавництво Міко Комерційний вісник; ФАМ АМПУз, 2004. Ч. 1. С. 400.
26. Концептуальні засади реформування середньої освіти «Нова українська школа»/ схвалена колегією МОН 27.10.2016 року.
27. Концепція виховання дітей та молоді у національній системі освіти. Нормативно-правове забезпечення освіти. Харків : 2005. Ч. 2. С. 100-113.
28. Концепція формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у дітей та молоді // Директор школи. 2004. № 40. С. 23–29.
29. Косенко Ю.М. Загальна педагогіка: [навч. посібн.] /Ю.М. Косенко. Маріуполь: ТОВ «Друкарня «Новий світ», 2008. 280 с.
30. Книш Т. Валеологія: навч. посіб. Луцьк : Вежа, 1999. 140 с.
31. Культурологія: теорія та історія культури: навч. посіб. /За ред. І.І. Тюрменко. Київ : Центр учбової літератури, 2010. 370 с.
32. Культура здоров'я старшокласника (ліцеїста-медика) / [Латишева Т., Манжелєєв Г., Тарапата М. та ін.]. [Електронний ресурс]. Режим доступу: www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/PPMB/texts/2009_8/09tvmtme.pdf
33. Лесгафт П. Сімейне виховання та його значення. Педагогіка, 1991. 126 с.
34. Лохвицька Л. Про здоров'я треба знати, про здоров'я треба дбати // Дошкільне виховання. 2003. № 2. С. 24-27.
35. Мойсеюк В. П. Сучасні підходи до вивчення феномену культури здоров'я. Тернопіль: Богдан, 2012. 125 с.
36. Морозова В.В. Розв'язання проблеми здоров'я підростаючого покоління засобами освіти // Відкритий урок. 2013. № 13-15. С. 77-80.
37. Мельник М. На засадах здоров'я – фізичного і духовного // Дошкільне виховання. 1998. № 4. С. 19-20.
38. Нідзієва В. А. Теоретико-методичні засади формування організаційної культури ЗНЗ/ В. А. Нідзієва //Педагогічний процес: теорія і практика. Випуск № 7. 2014 С.41-45.

39. Нова українська школа: poradnik dla vchitelja / Під заг. ред. Бібік Н.М. К.: ТОВ «Видавничий дім «Плеяди», 2017. 206 с.
40. Онаць О.М. Формування педагогічної культури керівника загальноосвітнього навчального закладу в змісті сучасного підручника для менеджера освіти /О. М. Онаць // Проблеми сучасного підручника : зб. наук. праць. Київ : Ін-т педагогіки НАПН України, 2010. № 1 (10). С. 689–698.
41. Основи законодавства України про охорону здоров'я // Зб. документів. Київ, 2003. С. 132-138.
42. Основні орієнтири виховання учнів 1-11-х класів: методичні рекомендації. Харків: Харківська академія неперервної освіти, 2012. 128 с.
43. Основи національного виховання / За заг. ред.. В. Кузя. Київ : ІВЦ «Київ», 1993. Ч. 1. 152 с.
44. Оржеховська В. М. Педагогіка здорового способу життя / В. М. Оржеховська // Проблеми освіти : наук.-метод. зб. Київ : Інститут інноваційних технологій і змісту освіти, 2006. Вип.48. С.3-7.
45. Оржеховська В. М. Теоретико-методологічні засади формування здорового способу життя дітей і молоді // Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку: матеріали IV Міжн. наук.-практ. конф. (2–4 квітня 2004 р.). Х.: ХНУ ім. В.Н. Каразіна, 2004. Т. III. С. 138–143.
46. Педагогіка здоров'я як основа розвитку потенціалу особистості /В.А. Гладуш, Н.В. Зимівець, З.П. Бондаренко, Л.М. Ніколенко. Дніпро : ЛПРА, 2020. 384 с.
47. Піскунова І. Народна педагогіка: виховання здорового способу життя. Рідна школа. – 2000. № 1. С. 52-54.
48. Побірченко Н.А. Економічна психологія:[у 2 ч.] /Н. А. Побірченко. Київ : Наук. світ, 2009. 293с.
49. Пономаренко О.В. Формування професійно-етичної культури соціального педагога: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.05 «Соціальна педагогіка» / О.В. Пономаренко. К., 2001. 20с.

50. Про затвердження Державного стандарту початкової освіти: Постанова Кабінету Міністрів України від 21 лютого 2018 р. № 87.
51. Про схвалення Концепції реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року : Розпорядження КМУ від 14 грудня 2016 р. № 988-р.
52. Психологічна енциклопедія / О.М. Степанов. Київ: «Академвидав», 2006. 424 с.
53. Размолодчикова І.В. Особливості використання методів соціального впливу на особистість молодшого школяра //Педагогічна освіта: теорія і практика: Зб. наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка Вип 17 (2-2014). С. 349-351.
54. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб. : Питер, 2007. 713 с. (Серия «Мастера психологи»).
55. Рудкевич Н.І. Методика соціально-педагогічної роботи : навчально-методичний посібник. Львів: Растр-7, 2021. 324 с.
56. Система роботи з безпеки життєдіяльності в загальноосвітньому навчальному закладі. Збірник нормативних і методичних матеріалів. Харків: ХОНМІБО, 2005. 44 с
57. Словник психолого-педагогічних понять і термінів [Електронний ресурс]. Режим доступу :<http://osvita.ua/school/psychology/1270/?list=2>. Назва з екрану.
58. Сухомлинський В.О. Сто порад учителеві. Вибрані твори. Київ. 1976. 657 с.
59. Сущенко Л. П. Здоровий спосіб життя людини як об'єкт соціального пізнання: дис. ... канд. філософ. наук: 09.00.03 / Людмила Петрівна Сущенко ; Запорізький держ. ун-т. Запоріжжя, 1997. 185 с.
60. Тлумачний словник-мінімум із соціальної педагогіки та соціальної роботи / упор. Л. В. Лохвицька. 2-ге вид., оновл. Тернопіль : Мандрівець, 2017. 232 с.

61. Філософія: навч. посіб. - 2-ге вид. перероб. і доп. /Л.Л. Губерський, І.Ф. Надольний, В.П. Андрущенко та ін.; За ред. І.Ф. Надольного. Київ : Вікар, 2001. 457 с.

62. Формування здорового способу життя молоді: проблеми і перспективи: [навч. посіб.] / О. Яременко, О. Вакуленко, Л. Жалало, Н. Комарова та ін. Київ : Український інститут соціальних досліджень, 2012. 232 с.

63. Формування навичок здорового способу життя і духовної культури дітей та молоді: проблеми, пошуки, перспективи // Педагогічна газета. 2011. №5. С.1-4.

64. Шапар В.Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків: Прапор, 2007. 640 с.

65. Шмальгаузен І.І. Організм як одне ціле в індивідуальному та історичному розвитку. Київ : Наука, 1992. 383 с.

66. International Encyclopedia of Education. – vol.7. Oxford, Rergamon Press, 1994. – P.39-63.