

9. Методичні аспекти реалізації Базової програми розвитку дитини дошкільного віку «Я у Світі» / О.Л.Кононко, З.П.Плохій, А.М. Гончаренко [та ін.]. – К.: Світич, 2009. – 208 с.
10. Плохій З.П. «Бережи здоров'я малечку // Дошкільне виховання. –1998. – 10. – С. 4-5.
11. Плохій З.П. Виховання екологічної культури дошкільників: Навч. посіб. для вихователів дитячих садків. – К.: Ред. журн. «Дошкільне виховання», 2002.
12. Сипченко В.І., Набока О.Г. Формування ціннісних орієнтацій старшокласників // Методичні рекомендації та поради / За заг. ред. Сипченка В.І. – Слов'янськ: СДП, 2000, – 45 с.
13. Яришева Н.Ф. Дошкільникам про природу. (Методичні рекомендації). – К.: Мистецтво, 1988.

УДК 378.147:37

ПЕДАГОГІКА ЗДОРОВОГО ДОВГОЛІТТЯ

Нечепоренко М.В.

Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна

ПЕДАГОГІКА ЗДОРОВОГО ДОВГОЛІТТЯ

Нечепоренко М.В.

В статті розглядається фізичне здоров'я вихованця як проблема педагогіки. Хоч тема фізичного виховання як складника гармонійного розвитку особистості щоразу ставиться авторами відповідних джерел, окремо педагогічні умови зміцнення здоров'я вихованця не досліджуються. Нами встановлено, що є реальні причини розв'язати питання здоров'я і активного довголіття педагогічними засобами. Перше місце в цій системі заходів посідають умови дотримання культури мови й мовлення, морально-духовних і естетичних принципів.

Ключові слова: педагогіка здоров'я, педагогіка активного довголіття, фізичне виховання.

ПЕДАГОГІКА ЗДОРОВОГО ДОЛГОЛІТТЯ

Нечепоренко М.В.

В статті розглядається фізичне здоров'я вихованого як проблема педагогіки. Хоча тема фізичного виховання як складової гармонічного розвитку особистості постійно піднімається авторами визначених джерел, окремі педагогічні умови зміцнення здоров'я вихованого не досліджуються. Нам встановлено, що є реальні причини вирішити питання здоров'я і активного довголіття за допомогою педагогіки. Перше місце в цій системі заходів займає умова дотримання культури мови і мислення, морально-духовних і естетичних принципів.

Ключові слова: педагогіка здоров'я, педагогіка активного довголіття, фізичне виховання.

PEDAGOGY OF A LONG LIFE

Necheporenko M.V.

The problem of physical development of a student is being analyzed in the article as a pedagogical problem. Even though the problem of physical development as a component of the development of a personality has been analyzed by different authors, the pedagogical conditions of making student's health stronger have never been investigated themselves. We have found that there are reasons for solving the problem of living a healthy and strong life with pedagogical methods. The major place among them occupies the culture of written and spoken language, and following the moral and esthetical principles.

Key words: pedagogical healthy, pedagogical strong life, physical development.

Загальна постановка проблеми. В кінці 2009 року в Тунісі померла «легенда російської еміграції» 97 річна Анастасія Олександрівна Ширінська (Див. газ. «Комсомольська правда» від 23 грудня 2009 р.). Феномен довголіття як цієї емігрантки, так і всіх інших «долгожителів» досі не розв'язаний. І в цьому одна із загадок і таємниць людського життя взагалі: чому безліч доглянутих, добре нагодованих і одягнених

дітей і людей залишають цей світ, а справжніх сиріт, безхатченків проживають довге життя.

Наука не залишається байдужою до цих питань. В багатьох столицях світу (в тому числі в Москві та в Києві) відкриті інститути геронтології, психології людини, які досліджують цю проблему, як і питання, чи є життя вічним (США, Бруді). Але на сьогодні конкретної відповіді ніхто не дав, хоч по окремих фактах, висловлюваннях «довгожителів» і дослідників можна дати певні відповіді. Офіційна медицина такими питаннями не цікавиться, хоч ті лікарі, на долю яких випало завдання доглядати найсильніших керівників, популярних лідерів пошуки відповідей шукали й продовжують шукати. До таких дослідників можна віднести лікаря Є.М. Чазова (Москва) й М.М. Амосова (Київ), численних екстрасенсів і цілителів із числа лікарів нетрадиційної медицини (Е. Гуляев і Ф. Гуляева, К. Иванов та ін.).

Ми ставимо за мету знайти педагогічні засоби впливу на людину, щоб зміцнити її здоров'я, забезпечити загальний гармонійний розвиток і професійне формування як здорової успішної особистості.

Основна частина. Людина народжується в певних реальних умовах, які певним чином закладають засади життя. Але на відміну від інших живих істот людина, починаючи десь з трьохлітнього віку, намагається самотужки розв'язувати різні приватні питання та впливати на довкілля. І тут на допомогу приходять дорослі: батьки, вихователі, вчителі. І до того часу, як дитина попадає до навчально-виховного закладу на неї починають діяти певного характеру цілеспрямовані дії: режим харчування і визначення видів діяльності, чергування напружених видів занять і організація дозвілля. На жаль, як засвідчує наше дослідження, засноване на результатах вивчення літературних джерел (Я.А. Коменський, К.Д. Ушинський, А.С. Макаренко, В.О. Сухомлинський, В.Ф. Войно-Ясенецький, М.М. Амосов, М. Реріх, С. Соловейчик та ін.) і реального досвіду роботи школи, ВНЗ, дозвіллевих і лікувальних установ, проведення цілеспрямованого спостереження і самоспостереження в літніх оздоровчих установах, спеціально ніхто не виділяє питання здоров'я і довголіття як педагогічної проблеми. В той же час досвід показує, що це питання не тільки торкається усіх і кожного, але й цікавить державні та освітні установи, привертає увагу

вчених і релігійних діячів, лікарів і соціологів, філософів та істориків і особливо журналістів. І тут доцільно згадати, що журналісти (ЗМІ) є не тільки четвертою владою, але й неформальною педагогікою. Саме дякуючи журналістам сьогодні ми маємо можливість об'єктивно цінувати теорію і практику талановитого вчителя із сільської школи В.О. Сухомлинського. У нього в школі питання здоров'я і краси, успішного навчання і діяльності, міжособистісної любови й пошани ставились як життєво необхідні для негайного розв'язання.

Таким чином історія педагогічної і наукової думки питання здоров'я і довголіття завжди пропонували для розв'язання, але ніколи поставлені питання не одержували позитивної чи однозначної відповіді. Але життя і розвиток окремої особи й людства вимагають розв'язання цього питання вже сьогодні. Саме тому ми маємо намір шукати відповіді на ці питання негайно. І знову таки, негайно й переконливо розв'язати сьогодні такі складні питання пропонують журналісти. Про А. Ширінську вони писали й показали по телебачення кілька передач. З одного боку то є питання політичні й соціальні, а з другого – педагогічні. Без належного матеріального й освітнього забезпечення, соціального захисту виростає, вступає в серйозне й жорстоке довілля молода особа й домагається визначення з боку суспільства й здорового особистого довголіття.

Три найважливіші загальнолюдські якості вчителя і будь-якої людини є такі три основні, якими є: готовність до злагоди, гармонізації індивідуально-особистісних і групових (колективних) форм діяльності (навчання і виховання); міцне здоров'я й завжди привабливий зовнішній вигляд (відповідний імідж) та високий рівень загальнопедагогічної і фахової компетенції. І якщо уважно проаналізувати визначені характеристики, то можна помітити, що в їхній основі закладено спільну провідну вимогу, якою є позитивне, гармонізуюче начало, зовнішня і внутрішня краса, яка створює обстановку захищеності та комфорту. Саме в таких умовах створюється оптимальний варіант обставин для організації та здійснення навчально-виховного чи виробничого процесу. З погляду розв'язання такого завдання й аналізується сутність технології з формування позитивних умінь в основі яких є естетична культура.

Пошуки удосконалення змісту, відбору типу організації й технології процесу формування естетичної культури особистості вимагають більш глибокого та всебічного аналізу відповідної літератури, зіставлення різних думок і підходів до такого складного явища, яким є педагогіка здоров'я взагалі, щоб визначити оптимальний варіант умов її формування. Складність така пояснюється мінливістю й перманентними змінами емоційно-почуттєвої сфери особи, залежністю від соціальних змін, нерозуміння того великого значення особистості як найціннішої і вирішальної у створенні морально-духовних і матеріальних благ.

Надзвичайна зміцнюваність палітри настрою і вибору емоційно-естетичного самовираження пояснюється різноманітністю об'єктивних і суб'єктивних виховних процесів і зовнішніх впливів, що їх переживає студент. І тим більш важливим є визначення структурних елементів суті педагогіки здоров'я. Знання їх дає можливість вчасно й плідно впливати на гармонізацію і злагодженість власної діяльності студента з довкіллям взагалі, що і є основним завданням освіти і умовою забезпечення успіху.

Характеризуючи загальну культуру як елемент і показник професійної майстерності спеціаліста, ми відштовхуємось від сутності такого складного й багатоаспектного феномену, яким є навчально-виховна діяльність педагога взагалі.

Професійна діяльність учителя розглядається як така модель функціонування спеціаліста, основними характеристиками якої є:

- визначення завдань і мотивів навчально-освітнього процесу;
- урахування почуттєво-емоційного й естетичного елементу при відборі змісту та методів навчання;
- використання оптимальних узгоджуючи форм організації і управління (самоуправління) в навчальному процесі;
- сприйняття ідеї про необхідність дотримання законів краси в спілкуванні, взаємодії, взаємовпливі, в спільній діяльності та збереження і зміцнення здоров'я;
- відбір засобів корекції і оцінки діяльності членів (учасників) навчальних виховних процесів та інших видів роботи з урахуванням принципу опори на позитивні почуття, на ідеї вічних моральних і духовних добродійників.

Технологію процесу формування умов здорового способу життя можна характеризувати як систему засобів навчального спілкування, пояснення нового матеріалу, повторення і узагальнення пройденого, визначення завдань для самостійного опрацювання у різних формах роботи, що задовольняє різнобічні потреби й інтереси та забезпечує сприймання різного характеру інформацій і повідомлень, обмін думками, узгодження окремих дій і діяльності в цілому, регулювання окремих операцій та контролю за результатами з обов'язковим дотриманням вимог, правил і норм поведінки, позитивного мікроклімату, захисту прав і свобод дитини, колеги, людини взагалі.

Педагогічна діяльність за обраною технологією ґрунтується на таких методологічних засадах, якими керується педагог у своїй роботі:

Естетична діяльність як процес входить у систему найвищих морально-психологічних і духовних функцій особи, що в свою чергу передбачає:

- зв'язок ідеалів краси з мисленням, свідомістю, пам'яттю, почуттєво-емоційними процесами та їх вираженням у зовнішньому вигляді, слові;

- наявності елементів краси (естетики) в процесі мовлення, структурі особистості, що характеризує саму цілісність акту та входить елементом у її структуру, в процес діяльності взагалі;

- сприйняття прекрасного і як окремого компонента життєдіяльності (захоплення мистецтвом, використання мистецтвознавчих матеріалів, умінь, нахилів у педагогічній діяльності).

Усвідомлення краси і відповідно до цього вибір поведінки є, на наш погляд, найбільш доступним і активним у системі заходів зміцнення і збереження здоров'я, довголіття, світу в цілому. Ще 15 квітня 1935 року в США (Вашингтоні) відбулась подія, рівної якій ні до ні після двадцяте століття не знало (про це на початку XXI століття написала «Рабочая газета» від 15 квітня 2010 р. на стор. 2). В Білому домі в присутності президента США Ф.Д. Рузвельта всіма країнами американського континенту (обох Америк) був підписаний Пакт Еріха. Пакт носив ім'я ініціатора й автора. Головною ідеєю було висунуто завдання збереження історичних і культурних цінностей людства, захист їх від розграбування і знищення, навіть під час війни. До цього було дві

міжнародні конференції, на яких піднімалось питання збереження духовних цінностей (Бельгія, 1931 і в 1932 р.). Сам Пакт задумувався як перший крок до збереження Миру в усьому світі. Мир і злагода в світі є загальним і обов'язковим кроком до зміцнення і збереження людства, людини. Світ до цього не знав, щоб думка окремої особистості, її світогляд об'єднала світ. Безумовно, що ідея зберегти людину, людство, світ пропагувалась і раніше. Великими учителями людства, якими були Кришна і Будда, Мойсей і Соломон, Конфуцій і Лао-Цзи, Заратустра, Піфагор, Платон, Ісус Христос, Магомет та багато інших мислителів, які приходили до єдиної мети навчити людину, людство жити й творити в ім'я Миру, щоб бути в ньому здоровими, успішними, щасливими. І, на жаль, люди й народи, як правило, дуже швидко забували про своїх учителів та їх учення та перетворювали все до сліпого наслідування букви, а не духу. Все це перетворювало й саме вчення і їх авторів у догму, від якої швидко починали в кращих випадках, відмовлятися, критикувати, покривати плітками, переслідуваннями, а в гірших – тортурами, знущаннями, доводячи аж до самої смерті. На жаль, справедливою є думка Наполеона, що історія вчить тому, що вона нічому не вчить.

Звертаючись до цієї історії вчення про збереження світу, людства, людини як найвищої фізичної і духовної цінності, ми маємо намір звернути увагу на тому, що здоров'я і довголіття, успішність і благо до довкілля, від інших, що можна збудувати щастя на тортурах переслідуванні когось та за його рахунок одержати задоволення. Так не буває. Історія взагалі та окремі світоглядні позиції найвидатніших та найяскравіших Учителів, одним із яких є і М.К. Реріх, переконує: жити в злагоді, морально-духовній гармонії з довкіллям через діяльність і усвідомлення Краси. Не переступити, не дійти до гріха осуду, прокляття, пліток, ненависті, помсти, брехні. Зажерливість і нажива формує дорогу до занепаду духовного й фізичного. всі техногенні та екологічні катастрофи, стихійні лиха й катаклізми – це теж є результатом невігластва, погоні за наживою.

Від незнання всі **нешастя**. Недаремно ж мікробіолог І.І. Мечніков написав свої «Етюди оптимізму» на основі визнання знань, наукової інформації про світ і людську особистість як основу здорового довголіття. Альтернативи положення про красу, що спасає світ, про

дотримання 10 оптимістичних заповітів Христа та утримання від смертних гріхів, що зміцнюють фізично й загартовують морально, про дотримання трьох вічних добродійників, якими є Віра, Надія, Любов та які й забезпечують міцність здоров'я, радість спілкування, успіх у роботі, житті.

Таким чином, наш перший екскурс у розвиток теорії фізичного й морального довголіття особистості можна завершити такими трьома висновками, якими є:

Опанування знаннями, інформацією про навколишній світ і місце в ньому людської особистості та збереження її себе й довкілля.

Вибір адекватної поведінки в кожний даний момент свого життя, але такої, яка б не шкодила іншим.

Міра відповідальності й міра у визначеності своїх можливостей брати й давати.

В системі організації і здійснення заходів по збереженню і зміцненню здоров'я можна додати такі як виховання почуттів (емоційно-вольової сфери), яка визначається нами як процес засвоєння естетичної культур; постійне очікування позитивних результатів від своєї діяльності та довіра й сподівання на краще; постійна готовність до позитивної дії: словом, співчуттям, оцінюванням.

ЛІТЕРАТУРА

1. Винокур Т.Г. Говорящий и слушающий: Варианты речевого поведения. Изд. 2-е, стереотипное. – М.: Ком книга, 2005. – 176 с.
2. В.Ф.Войно-Ясенецкий. Дух, душа и тело. – Издательство ЗАО «Тираж-51», 2000. – 136 с.
3. Гура О.І. Вступ до спеціальності “Педагогіка вищої школи”: Навчальний посібник. – Київ: Центр навчальної літератури 2005. – 196 с.
4. Нечепоренко Л.С. Педагогічна майстерність. Монографія. – Харків: Видавничий центр ХНУ, 2009. – 270 с.
5. Менегетти А. Система и личность / Пер. с итальянского ННБФ «Онтопсихология». Изд. 2-е, исправленное и дополненное. – М.: ННБФ «Онтопсихология», 2003. – 328 с.
6. Рерих Н.К. Пути Благословення. – Мн.: Университетское, 1991. – 103 с.
7. Соловейчик С.Л. Педагогіка для всех: Книга для будущих родителей. – М.: Дет. лит., 1987. – 367 с.