

7. Стефанов Н. Общественные науки и социальная технология. – М.: Прогресс, 2006. – 251 с.
8. Харченко С.Я. Соціально-педагогічні технології: навч.-метод. посіб. / С.Я. Харченко, Н.П. Краснова, Л.П. Харченко. – Луганськ: Альма – матер, 2005. – 552 с.
9. Шахрай В.М. Технології соціальної роботи. Навчальний посібник. – К.: Центр навчальної літератури, 2006. – 464 с.
10. Шевців З.М. Основи соціально-педагогічної діяльності. Навч. посіб. – К.: Центр учбової літератури. 2012. – 248 с.

Мурдід А.А.

магістр,

*Мелітопольський державний педагогічний університет
імені Богдана Хмельницького*

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИХОВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ

Здоров'я, завжди було і є неоціненним скарбом, людського суспільства, а особливо у сучасному світі, тим паче, що саме старшокласники це молодь, а молодь – це майбутнє. Сучасні умови життя вимагають нових адаптаційних навичок старшокласників. Це пов'язано з постійним збільшенням кількості та інтенсивності інформаційних потоків, інтенсифікацією та модернізацією навчального процесу, появою нових педагогічних технологій, несприятливістю соціально-економічних тенденцій у суспільстві, погіршенням екологічного стану. Наслідком психічних і фізичних перевантажень учнів старшого шкільного віку нерідко стають різноманітні нервово-психічні та психосоматичні розлади. Подібні негативні тенденції ускладнюються низьким рівнем фізичного здоров'я та вираженим дефіцитом фізичної активності переважної більшості учнів. Усе це часто стає на заваді досягнення кінцевої мети навчально-виховного процесу [1].

Результати різноманітних досліджень дозволяють стверджувати, що традиційна система освіти орієнтована переважно на здобуття знань та інформації, а формування життєвих умінь і навичок, рівень підготовки дітей до самостійного життя не відповідають сучасним вимогам. Старшокласникам потрібні не лише знання, а й навички, що допомагають робити життєвий вибір, досягати мети, оцінювати ризики, зберігати і покращувати здоров'я та якість життя [2].

За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), життєві навички – це здатність людини до адаптації, позитивної поведінки, подолання труднощів повсякденного життя. Іншими словами, життєві навички – це низка соціально-психологічних компетентностей, що допомагають людині вести здоровий і продуктивний спосіб життя: адекватно сприймати себе та оточуючих, будувати позитивні міжособистісні стосунки, критично творчо мислити, приймати відповідальні рішення, розв'язувати проблеми й керувати стресами [5].

Розвиток життєвих навичок визнано ефективною педагогічною технологією, спрямованою на формування здорової та просоціальної особистості. У цьому процесі гармонійно поєднуються функції виховання (формування ідентичності, цінностей, переконань, ставлень і намірів) з розвитком соціально-психологічних компетентностей учнів (їх знань, умінь і навичок). Цей метод характеризується тим, що відповідно до нього необхідно:

1. Формувати особисту систему цінностей учнів, яка діє за умов добровільного прийняття через усвідомлення їх реальної вигоди.

2. Навчання здійснювати за допомогою ситуацій, близьких до життя старшокласників, з урахуванням рівня їх розвитку й потреб.

3. Упроваджувати превентивний характер педагогічного впливу, враховувати не лише наявні інтереси, потреби та чинники ризику старшокласників, а й орієнтуватися на зону найближчого розвитку.

4. Відмовлятися від звичайних уроків, коли вчитель переважно говорить, а учні слухають, застосовувати інтерактивні методи навчання, зокрема тренінги [6].

Мета виховання здорового способу життя (ВЗСЖ) – сприяти досягненню здоров'я за всіх передумов для кожного, на всіх рівнях і сферах життєдіяльності людини.

Отже, ВЗСЖ – це процес сприяння поліпшенню здоров'я кожної людини, громади й суспільства в цілому. Цей процес здійснюється через ефективну політику, розробку доцільних програм, надання відповідних послуг, мета яких – підтримати рівень здоров'я людей, дати їм змогу посилити контроль за власним здоров'ям і поліпшити його.

Проблема здоров'я підростаючого покоління, вплив засобів масової інформації, поширення негативних явищ у молодіжному середовищі засвідчують необхідність цілеспрямованої профілактичної роботи з виховання здорового способу життя серед старшокласників. В умовах сьогодення (в Україні, як і в інших країнах світу) розроблено та впроваджено різноманітні профілактичні програми, засновані на певних психолого-соціальних підходах. Проте вивчення ефективності цих програм доводить, що не всі вони сприяють зменшенню кількості негативних явищ у молодіжному середовищі та загалом потребують переосмислення і вдосконалення [3].

Одним із перших у профілактиці негативних явищ у молодіжному середовищі було започатковано інформаційний підхід. Він базувався на постулаті, що коли людина знатиме про шкідливість для свого здоров'я, певного стилю поведінки, то поводитиметься й утримуватиметься від негативних звичок і дій. Такий погляд виявився спрощеним і на практиці рідко виправданим, оскільки на визначення поведінки людини впливає багато чинників, хоча сама така інформація є дійсно необхідною для прийняття рішень. Але все ж таки плідними зусиллями можна досягти результату. Формуванню здорового способу життя в молодіжному середовищі сприяють наступні чинники: плідна праця, раціональний режим праці і відпочинку, викорінювання шкідливих звичок, рухова активність, раціональне харчування [1].

Для того, щоб школярі прагнули займатися фізичним вихованням, потрібно їх спрямувати. Сказати, що фізичне виховання сприяє здоров'ю і

життя без шкідливих звичок чудове – нічого не сказати. Здоров'я людини передусім залежить від її поведінки, в основі якої лежать природні людські потреби, які важливо правильно розуміти і задовольняти. Таким чином, формування здорового способу життя молоді – складний процес, який потребує активної участі в ньому якнайбільшої кількості людей, різних організацій і насамперед – самої молоді. Ефективність цього процесу залежить від інтеграції та координації зусиль державних і громадських організацій, релігійних організацій у сфері формування здорового способу життя, від залучення засобів масової інформації до пропаганди здорового способу життя, а також від розроблення інформативно-освітніх програм, тренінгів, орієнтованих на формування життєвих навичок, які ведуть до збереження, зміцнення та відтворення здоров'я [4].

Список використаних джерел:

1. Концепція розвитку фізичного виховання у сфері освіти в Україні / М.Д. Зубалій, Б.Ф. Ведмеденко, В.І. Мудрік, О.З. Леонов та ін. // Основи здоров'я та фізична культура. – 2006. – № 10. – С. 2-3.
2. Молодь за здоровий спосіб життя: щорічна доповідь Президента України, Верховній Раді України, Кабінету Міністрів України про становище молоді в Україні (за підсумками 2009 р.) / М-во у справах сім'ї, молоді та спорту, Держ. Ін-т розв. сім'ї та молоді; [редкол.: Н.Ф. Романова (голова) та ін.]. – К.: ТОВ «Основа», 2010. – 156 с.
3. Присяжнюк С.І. Проблема фізичного виховання учнівської молоді України / С.І. Присяжнюк // Основи здоров'я та фізична культура. – 2006. – № 10. – С. 6-7.
4. Свириденко С. Дбаємо про здоров'я дітей: Програма основ здорового способу життя. Початкова школа. – 1998, № 9.
5. Теория и методика физического воспитания: Учебное пособие для студентов / под ред. Б.А. Ашмарина. – М.: Просвещение, 1979. – 360 с.
6. Трещева О.Л. Програмно-методические основы обучения здоровому образу жизни учащихся. Теория и практика физической культуры. 2000. № 10.

Синиціна Г.О.

студентка,

Мелітопольський державний педагогічний університет

ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНО-ВИХОВНОЇ РОБОТИ ЗІ СТАРШИМИ ПІДЛІТКАМИ В УМОВАХ ДИТЯЧОГО ЗАКЛАДУ ОЗДОРОВЛЕННЯ ТА ВІДПОЧИНКУ

Проблема особистісного саморозвитку у соціально-педагогічній науці є однією із важливих проблем сьогодення. Особливого значення вона набуває тоді, коли йдеться про життєдіяльність сучасного старшого підлітка, оскільки це зумовлено, насамперед, особливостями цієї вікової категорії. Саме старший підлітковий вік є найбільш сприятливим для саморозвитку і самоствердження особистості.

Дитячий заклад оздоровлення та відпочинку створює для підлітка умови, щоб зруйнувати набуті негативні стереотипи, які склалися в його щоденному