

## **ЗАГАЛЬНА ПЕДАГОГІКА ТА ІСТОРІЯ ПЕДАГОГІКИ**

**Балабан О.І.**

*магістрант,*

*ДВНЗ «Прикарпатський національний університет  
імені Василя Стефаника»*

### **ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ У НАРОДНІЙ ПЕДАГОГІЦІ**

В умовах становлення нової української школи, актуалізується проблема передачі підростаючому поколінню здоров'язбережної роботи, висвітленої у традиціях народної педагогіки (С. Б. Мудрик, Г. В. Презлята Є. Н. Приступа, М. Г. Стельмахович, Л. П. Сущенко, А. В. Цьось).

Одним із найважливіших теоретико-методичних положень виховання особистості учнів початкових класів є принцип етнізації [7, с. 48]. В жодній нації світу не існує виховання взагалі. Воно завжди має конкретно-історичний національний зміст та адекватну етносу національну форму. Національне виховання – це створена упродовж віків самим народом система ідеалів, поглядів, переконань, ідей, традицій, звичаїв, покликаних формувати за допомогою специфічних засобів і методів тілесні та духовні складові особистості людини, світоглядні засади життєдіяльності, ціннісні орієнтації, передавати від покоління до покоління соціальний досвід тощо.

Загально відомо, що кожна національна система виховання ґрунтується на визначенні певного ідеалу, як найвищої, найважливішої мети, що стоїть перед конкретною педагогічною системою [2; 3; 4].

Ще з сивої давнини український народ створив культурно-світоглядні цінності, в яких ведення здорового способу життя посідає одне з гідних місць. Саме гармонійне єднання учнів молодших школярів з довкіллям, відповідність і збалансованість між тілесним і духовним у структурі особистості дитини складають той засадничий компонент, на якому базується формування українського національного ідеалу тілесної й духовної досконалості людини.

Аналіз літературних джерел, узагальнення сучасного досвіду народної педагогіки підтверджує, що структурними складовими системи народних знань про формування здорового способу життя молодших школярів є:

- національний ідеал фізичної та духовної досконалості людини;
- народні знання про закономірності розвитку людини, сутність людської особи;
- особливості цілеспрямованого впливу на природний розвиток дитини засобами й методами народної фізичної культури [5].

Наявність в українській народній творчості численних афоризмів про здоров'я, фізичну досконалість, розумові, морально-етичні та фізичні якості свідчать про чітку орієнтацію виховного ідеалу на гармонійний розвиток особистості учнів початкових класів.

Національний ідеал тілесної та духовної досконалості формувався через систему народних поглядів, звичаїв, знань про здоровий спосіб життя. Найпоширеніше народні погляди на цю проблему відображені у народних прислів'ях і приказках.

Невіддільною рисою тілесної і духовної досконалості дітей за народними уявленнями є міцне здоров'я. Адже не даремно в народі кажуть, що «здоров'я всьому голова». І справді: «не просімо хліба у Бога, а просімо здоров'я», «Аби моя голова здорова була, то все буде гаразд», «Без здоров'я нема щастя», «Без здоров'я ніщо чоловікові не миле», «Було б здоров'я, а все інше наживем», «Все можна купити, тільки здоров'я – ні», «Над здоров'я нема старшого», «Здоровому все здорово», «Здоров'я більш варте, як

багатство», «Хай Бог дасть здоров'я!». Таким чином здоров'ю народна мудрість відводить важливу роль у формуванні гармонійно розвиненої особистості [5].

Національний ідеал людської досконалості ніколи не зміг би стати реальним надбанням без чітко сформульованих правил дотримання здорового способу життя. В народній мудрості розрізняється декілька груп чинників, що впливають на фізичний розвиток дитини, формування її фізичних і розумових якостей, соціального, психічного і тілесного здоров'я. Значна увага в народній уяві відводиться генетичним чинникам, а саме генетичній спадковості. Ціла низка афоризмів засвідчує багатовіковий досвід людей, їх спостереження узагальнення за передачею від покоління до покоління, від батьків до дітей, спадкових якостей: «Який вродився, такий і вдався», «Криве дерево не дуже випрямитись», «Які самі, такі й сини», «Яблуко від яблуні не далеко відкотиться», «Яка няня, така й доня», «Яка мама, така й сама».

Народна уява, народні погляди на генетичну спадковість, передбачають не лише передачу від батьків до дітей фізичних спадкових ознак, але й моральних та духовних. Що зумовило формування комплексу відповідальності за наступне покоління, формування в нього здорового способу життя. Народна мудрість вважає важливими елементами адекватного розвитку особистості молодших школярів не тільки генетичні фактори, а також соціальні впливи та середовище існування дітей.

Таким чином, реальне досягнення ідеалу досконалості, за народною мудрістю зумовлюється комплексним співвідношенням у педагогічному процесі в однаковій мірі як генетичних і соціальних, так і факторів середовища життєдіяльності.

В особливій народній пошані серед інших соціальних факторів, які впливають на формування здорового способу життя є саме процес виховання дитини. І тут дуже важливою виступає загальновідома теза про можливість цілеспрямованого виховного впливу на особистість дитини: «Яких створили – таких маєте».

Виховання фізичних, моральних, духовних якостей дитини, за народними приписами слід розпочати вже з раннього дитинства: «Гни дерево, поки молоде, учи дітей, поки молоді».

Система народних знань підкреслює, що на ефективність природного розвитку дитини молодшого шкільного віку, формування її здоров'я впливають наступні складові ведення здорового способу життя:

- особиста та громадська гігієна;
- режим побуту;
- відсутність стійких шкідливих звичок;
- виправдані звички, режим та калорійність харчування;
- загартування організму;
- доброзичливе ставлення до людей та природи;
- узвичаєні норми поведінки та інші соціальні фактори [6].

Традиційно в Україні формувався культ охайності, чистоти, що мало неабияке значення для здорового способу життя: «На неохайній душі всяка одежа погана», «Чистенько коло посуду ходить» та інші. Неохайність, нечепурність, невміння дотримуватися особистої гігієни постійно піддавалися народному осуду.

Здорова народна мораль споконвіків засуджувала надмірність у харчуванні та вживанні алкогольних напоїв. Помірність харчування є ознакою здоров'я і здорового способу життя. Надмірність, у свою чергу, спричиняє розлад здоров'я, шкодить адекватному розвитку дитини. Саме тому народ дошкульно висміює негативні сторони і застерігає від надужитку: «Хто багато їсть і п'є, той в розум не тне», «Наївся наче дурний на обіді».

Джерелами до вивчення народних знань про тілесний та духовний розвиток молодших школярів, про формування здорового способу життя є:

- народні вірування, демонологія, повір'я;
- народні легенди, повісті та перекази про людину;
- народні прислів'я, приказки, казки, пісні, думи, загадки тощо [1].

Слід зазначити, що система народних знань про тілесне і духовне виховання були переважно раціонально продуманими. Освячені віками народні традиції та звичаї були тим визначальним фактором, що сприяв адекватному вихованню в дитини її тілесних і духовних складових, формуванню через традиційний народний здоровий спосіб життя здорової нації. На сьогодні наука довела раціональність багатьох народних знань про здоровий спосіб життя, які утвердилися у звичаях шляхом довготривалих пошуків.

Отже, українська народна педагогіка є невичерпним джерелом знань, які склалися впродовж усієї історії народу. Пізнання духовної, моральної та психічної, тілесної природи молодших школярів, потреба в її розумінні та постійному вдосконаленні є однією з найсуттєвіших умов життєдіяльності особистості та нації.

#### **Список використаних джерел:**

1. Мосіяшенко В.А. Українська етнопедагогіка: Навч. посіб. Суми: ВТД «Університетська книга». 2005. 176 с.
2. Основи національного виховання: Концептуальні положення / За заг. ред. В.Г. Кузя та ін. Київ: інф.-видавнич. центр «Київ». 1993. 156 с.
3. Русова С. Теорія і практика дошкільного виховання. Львів – Краків – Париж: Просвіта. 1978. 127 с.
4. Стельмахович М.Г. Народна дидактика. Київ: Знання. 1985. 48 с.
5. Стельмахович М.Г. Вибрані педагогічні твори. У двох томах. Т.1: Українське національне виховання / За заг. ред. Л. Калуської. Івано-Франківськ – Коломия: Видавничо-поліграфічне товариство «Вік». 2012. 520 с.
6. Стельмахович М.Г. Українська народна педагогіка. Київ: ІЗМН. 1997. 232 с.
7. Фіцула М.М. Педагогіка. Навчальний посібник для студентів педагогічних закладів освіти. Тернопіль: Навчальна книга. Богдан. 2002. 192 с.