

ТРАДИЦІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У СПАДЩИНІ Г. ВАЩЕНКА ТА ЇХ СУГОЛОСНІСТЬ ІДЕЯМ НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ

Петренко Л. М.

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка

У контексті реформування соціально-економічної, політичної, культурно-освітньої сфер в Україні в ХХІ столітті особливої гостроти набуває проблема збереження здоров'я нації, забезпечення умов для її фізичного розвитку, ведення здорового способу життя молоді. Актуальним та доцільним на сьогодні є орієнтація впровадження Національної стратегії розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у Новій українській школі, в якій фізична культура, рухова активність, фізичне виховання визначаються як пріоритетні напрями розвитку, назріла потреба вивчення модельної програми з фізичної культури для 5-6 класів, підготовки вчителів фізкультури та створення нової моделі фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи шкіл. Основне завдання програми – здійснювати не спортивну підготовку учнів, а розвивати їхні фізичні якості.

Проблема єдності фізичного та духовного компонентів у процесі виховання особистості, відповідальної за своє здоров'я перед громадянами та державою, була однією з найактуальніших у педагогічній спадщині Г. Ващенко (1878-1967 рр.). Для сучасної Нової української школи особливо актуальними є погляди Г. Ващенко на фізичне виховання дітей та молоді.

По-перше, його підходи щодо розвитку особистості базувались на ідеї душевно-тілесної цілісності людини. Усвідомлюючи взаємозв'язок фізичного та духовного розвитку виховання особистості, педагог зазначав, що «фізичне виховання не можна розглядати без зв'язку з вихованням інтелектуальним і моральним. Основне у людини – її дух. Отже, дітей треба виховувати так, щоб тіло у них було спритним і міцним знаряддям духа» [3, с. 39].

По-друге, педагог одним із найважливіших завдань учителів, вихователів, батьків вважав ведення повсякденної копіткої роботи по закріпленню у дітей ідеї ведення здорового способу життя й формування сили волі й характеру особистості. Проблему формування здорового способу життя Г. Ващенко розглядав різнобічно: як педагогічну, медичну, психічну, соціальну [2].

По-третє, Г. Ващенко сформував засади творення української системи фізичного виховання на таких основах: 1) фізичне виховання є органічною частиною компоненту формування людської особистості, в якому поєднується виховання розумове, моральне, естетичне;

2) завдання фізичного виховання полягає як у вирішенні проблеми зміцнення здоров'я, розвиткові рухових якостей, спритності, так і в утвердженні духовних сил людини, зміцненню її волі, напрацюванню навичок витривалості, здібності керувати своїм тілом як знаряддям духа; 3) керівники фізичного виховання повинні розуміти, які завдання перед українським народом ставить історія, серед них: здобуття незалежності соборної України, розбудова її господарства, духовної культури, що вимагає певних властивостей духа і тіла; 4) керівники фізичного виховання повинні враховувати досвід різних народів, бо він має багато повчального як позитивного, так і негативного; 5) створена система фізичного виховання повинна змінюватись у зв'язку із зміною історичних завдань, які постають перед народом, крім того, слід брати до уваги неупинний розвиток наук, що пов'язані з питанням фізичного виховання, перш за все, з медициною й психологією, що дають можливість боротись з різними хворобами, зміцнювати організм, сприяти збільшенню працездатності і терміну життя людини; 6) в системі фізичного виховання, як і в інших галузях виховання, останнє мусить бути органічно поєднане з самовихованням. Це передбачає високий рівень самооцінки особистості.

По-четверте, педагог впевнений, що через тіловиховання можливе формування волі і характеру саме так, щоб тіло стало знаряддям людського духу. Вихователь не має морального права насильно ламати особистість вихованця, ігноруючи його психологічні особливості. Коли вихованець виконує вправи лише з наказу, страху, з допомогою насильства, його характер виховати не можливо. Педагог відзначав, що в юнацтві, напередодні дозрілості, вступу на шлях самостійного життя, момент самовиховання домінує у вихованні.

Продовжуючи аналіз позиції Г. Ващенко щодо багатоаспектності впливів на вирішення проблеми здоров'я, слід наголосити, що він акцентував увагу на відповідальній ролі педагога у вихованні. «Перш за все, він мусить бути досвідченим психологом, що добре розбирається в індивідуальних властивостях вихованця, його природніх нахилах і здібностях. Незнання або ігнорування цих властивостей часто спричиняються до того, що школа нівечить дітей, а іноді й нищить їх природні таланти замість того, щоб розвивати їх. Навпаки, знання психіки вихованця і вмільний підхід до нього є одною з найважливіших передумов того, щоб з вихованця вийшла повноцінна особистість» [1, с. 149]. Це стосується всіх галузей виховного процесу, в т.ч. і виховання фізичного, – зазначає Г. Ващенко.

По-п'яте, зусилля особистості, вихователя, школи спрямовані на те, щоб виховати людину, у якій б дух панував над тілом. Наголосимо, що в концепції тіловиховання, за Г. Ващенко, є два шляхи для вирішення цього питання: *гігієнічне виховання і гімнастичні вправи.*

Завдання першого полягає у забезпеченні міцного здоров'я, другого – вихованні фізичної сили і спритності, вони доповнюють одне одного. Г. Ващенко науково обґрунтував значний вплив на гігієнічне виховання особистості ставлення батьків до появи на світ дитини: від умов для запліднення до віку батьків, їхнього харчування, дотримання режиму дня, порад лікаря-гінеколога, уникнення нервових потрясінь. Багато уваги приділяв педагог гігієнічному вихованню новонародженої дитини, звертаючи увагу на харчування, одержання збалансованого харчування, вітамінів, стеження за чистотою тіла дитини, її купання, достатнє перебування на свіжому повітрі, прищеплення навички правильного харчування у більш старшому віці. Педагог засуджував погані звички людей – пияцтво і об'їдання, які негативно відбиваються на здоров'ї. Г. Ващенко закликав виховувати у молоді уміння проводити святкові заходи шляхом організації товариських бесід, розмов, ігор, співів, змагань, декламацій, танців та інше, тобто він стояв за піднесення культурного рівня нашого народу, піднесення його духовного, морального стану, що сприятиме зміцненню фізичного здоров'я.

Надзвичайно важливим шляхом у справі тіловиховання особистості є *гімнастичні вправи, ігри та спорт*, які удосконалюють тіло людини, м'язову силу й спритність. Гімнастика має дві форми: індивідуальну й групову. Саме індивідуальна гімнастика не тільки розвиває силу, спритність, зміцнює здоров'я, а й є засобом гартування сили волі й характеру. Дитину слід привчати вставати в один і той же час, провітрювати кімнату, робити гімнастичні вправи, обтиратись водою до пояса, вчити дитину регулювати дихання під час виконання гімнастичних вправ. До руханки слід віднести купання і плавання, а також дихальну гімнастику .

Групові гімнастичні вправи розвивають силу і спритність, а також сприяють вихованню організованості й дисциплінованості. Вони виконуються під команди керівника, складовою частиною групової гімнастики є марширування. Педагог радив культивувати ігри з раннього дитинства, оскільки «гра є природньою властивістю дитини і разом з тим головним джерелом її радощів. Роль батьків і педагогів полягає у тому, що вони створюють умови, при яких діти можуть вільно гратись, тактовно спрямовують гру дітей в корисний для них бік та іноді навчають їх нових ігор [3].

Коли ігри супроводжуються змагальним процесом, то це вже стає спортом. Класичним прикладом цього є олімпійські ігри. Як і гімнастика, спортивні ігри можуть бути індивідуальними (біг, боротьба, бокс, ходьба і т. ін.) або груповими (футбол, волейбол, баскетбол та ін.). Педагог застерігав, що індивідуальні форми спорту можуть розвивати такі риси як честолюбство, зазнайство, підтримуючи

гру в «копаного» м'яча, яка, на його думку, розвиває м'язову силу, спритність, дисциплінованість, організованість, спостережливість. Для реалізації завдань тіловиховання Г. Ващенко вважав дієвими найрізноманітніші методи фізичного виховання: бесіди, показу вправ, змагання, метод власного прикладу, переконання, самовиховання, заохочення [4].

Отже, традиції фізичного виховання у спадщині Г. Ващенко є актуальним і в наш час, а ключові компетентності нової української школи й наскрізні вміння створюють «канву», яка є основою для успішної самореалізації учня – як особистості, громадянина і фахівця.

Список використаних джерел:

1. Ващенко Григорій. Твори. [Т. 6] : Спогади. Статті. К : Всеукраїнське педагогічне товариство ім. Григорія Ващенко, 2006. 443 с.
2. Петренко Л. М. Актуалізація педагогічних ідей Г. Ващенко в умовах розбудови національної системи освіти : навч.-метод. посіб. Полтава : ПНПУ імені В. Г. Короленка, 2020. 100 с.
3. Петренко Л. М. Григорій Ващенко про роль фізичного виховання у становленні молодого покоління. Педагогічні науки : збірник наукових праць. Херсон, 2017. Вип. LXXX, т. 2. С. 37–43.
4. Петренко Л. М. Григорій Ващенко : духовно-моральне виховання та освіта молоді. Полтава : ПНПУ, 2020. 410 с.

ФОРМУВАННЯ РАЦІОНАЛЬНО-СВІДОМОГО СТАВЛЕННЯ ДО ЗДОРОВ'Я У МОЛОДІ НА ПОЧАТКУ ЇХ СТУДЕНТСТВА У ЗАРУБІЖНОМУ ДОСВІДІ

Пивовар Н.М., Хілінська Т.В.

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка

Проблема формування ефективної адаптації студентів до умов навчання займає особливе місце серед найважливіших проблем сучасної фізіології та психології. Це обумовлено низкою причин, однією з яких є те, що рівень і адекватність пристосування організму до нового соціально-інформаційного середовища є найважливішою умовою освоєння майбутньої професії [1, 2]. Інша причина полягає у тому, що в умовах реформування і перебудови системи освіти України спостерігається значне збільшення обсягу навчального навантаження, загальна інтенсифікація навчання, зміна форм і методів викладання, підвищення педагогічних вимог. Усе це обумовлює значне напруження адаптаційно-компенсаторних систем організму студентів, яке може призвести до зриву адаптації, і як