

СТАН ФОРМУВАННЯ ЖИТТЄВИХ НАВИЧОК У ДІТЕЙ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Статистичні дослідження свідчать про недостатній рівень здоров'я у дітей шкільного віку. Для подолання цієї ситуації в навчально-виховний процес необхідно запроваджувати виховання на основі розвитку життєвих навичок. Метою нашого дослідження стало з'ясувати рівень розвитку життєвих навичок дітей середнього шкільного віку. нами встановлено, що не всі діти середнього шкільного віку мали сформовані життєві навички. Так, сформовані життєві навички, що сприяють збереженню фізичного здоров'я спостерігалися у 56% опитаних учнів, життєві навички, що сприяють збереженню психічного здоров'я - 72%, життєві навички, що сприяють збереженню соціального здоров'я – 62%.

Проблема збереження здоров'я гостро стоїть у суспільстві сучасної України. Згідно даних статистики, кожний третій першокласник має ті чи інші відхилення у стані здоров'я [1]. В процесі дорослішання відхилень у стані здоров'я дітей стає більше. У підлітковому віці вже не третина дітей має відхилення у стані здоров'я, а близько 40%. На дитину протягом періоду навчання в школі та дорослішання впливає безліч негативних чинників – збільшення інтенсивності навчального процесу, зміни екологічного стану навколишнього середовища, умови проживання дитина та загострення соціально-економічних ситуацій у суспільстві [4]. Всі ці фактори чинять стресуючу дію на організм дитини, призводить до зменшення адаптивного потенціалу організму і, як наслідок, меншу стійкість організму до факторів оточуючого середовища.

Навчально-виховний процес у школі повинен бути спрямований на формування в учнів навичок здорового способу життя [2-3]. Тобто, школа повинна забезпечити не тільки формування певних знань, а й навички поведінки для створення навколо себе та оточуючих безпечного здоров'язбережувального середовища. Методи, що використовують педагоги у свої педагогічній діяльності повинні бути спрямовані на формування знань про власне здоров'я, його чинники, про культуру здорового способу життя [4, 5].

Виховання дбайливого ставлення до власного здоров'я здійснюється через набуття життєвих навичок. За визначенням ВОЗ, життєві навички – «це здатність до адаптації, позитивної поведінки та подоланню труднощів щоденного життя» [2, 6].

Згідно холістичної моделі здоров'я, воно складається з трьох взаємопов'язаних ланок: фізичне здоров'я, психічне та соціальне. Життєві навички можна розділити на три групи навичок, які будуть відповідні за кожну ланку здоров'я. До життєвих навичок, що сприяють збереженню фізичного здоров'я, відносять навички дотримання режиму дня, раціонального харчування, гігієнічні навички. До життєвих навичок, що сприяють збереженню психічного здоров'я відносять навички самоконтролю, самооцінки, вміння аналізу проблемної ситуації, протистоянню соціальному тиску. До життєвих навичок, що сприяють збереженню соціального здоров'я відносять вміння владнати конфлікти, навички ефективного спілкування, навички взаємодії та командної роботи [7].

За думкою багатьох педагогів, освіта повинна базуватися на життєвих навичках. оскільки під час їх набуття відбувається поєднання практики та теорії, що буде сприяти гармонійному розвитку особистості. Набуття певних життєвих навичок може стати підґрунтям для розвитку «поведінкового» імунітету [7]. Це, наприклад, навички протистоянню соціальному тиску, таким, як пропозиції прийому алкогольних напоїв, наркотичних речовин тощо.

Отже, **метою** нашого дослідження стало з'ясувати рівень розвитку життєвих навичок дітей середнього шкільного віку.

Методи дослідження: для з'ясування рівня сформованості життєвих навичок дітей середнього шкільного віку нами було проведено анкетування. У дослідженні прийняли участь учні 7*9 класів херсонських шкіл у кількості 46 осіб. Анкета була створена за допомогою GoogleForms та розповсюджувалася серед учнів за допомогою месенджерів. Анкета складалася з 10 ситуаційних задач, кожна з яких описувала певну життєву навичку.

Результати та їх обговорення. За результатами анкетування (рис. 1) було встановлено, що 56% опитаних дітей мали сформовані навички, що сприяють фізичному здоров'ю, інші 44% опитаних не змогли правильно обрати модель дії у ситуаційній задачі.

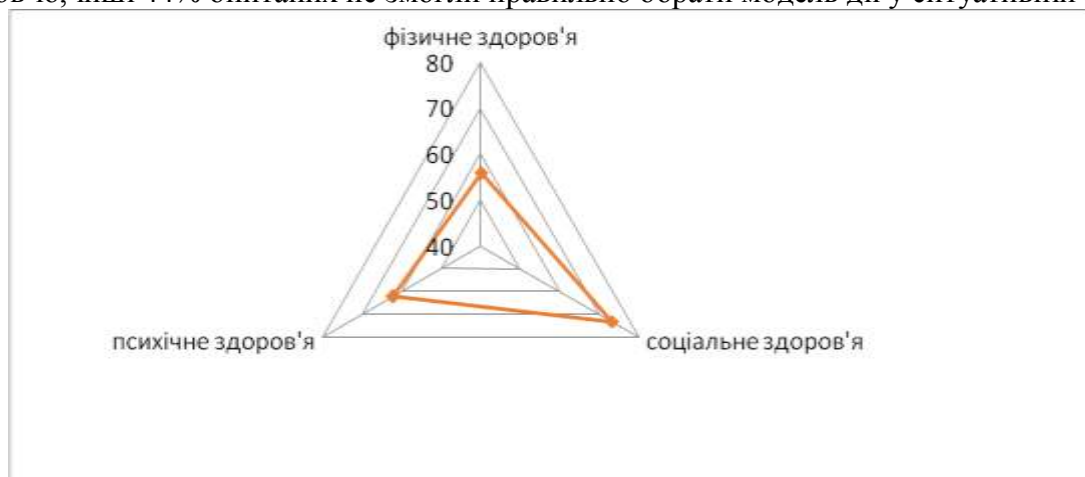


Рис. 1 – Результати дослідження рівня сформованості життєвих навичок дітей середнього шкільного віку.

Сформовані життєві навички, що сприяють соціальному здоров'ю показали 73% опитаних учнів. При чому, більшість опитаних відмітила, що людина має право на власні думки та переконання. Сформовані життєві навички, що сприяють збереженню психічного здоров'я, продемонстрували 62% опитаних учнів. Хочеться відмітити, що практично всі учні не проводили взаємозв'язок між фізичним здоров'ям та психічним. Вони мали складнощі із провешенням паралелі між тривожними станами та набором зайвої ваги. Приблизно половина учнів мали складнощі із ситуаційною задачею на формування власної життєвої мети.

Висновки: нами встановлено, що не всі діти середнього шкільного віку мали сформовані життєві навички. Так, сформовані життєві навички, що сприяють збереженню фізичного здоров'я спостерігалися у 56% опитаних учнів, життєві навички, що сприяють збереженню психічного здоров'я - 72%, життєві навички, що сприяють збереженню соціального здоров'я – 62%.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Сливка, Я. (2011). Формування життєвих навичок школярів як елемент високоякісної фізкультурної освіти. *Young Sport Science of Ukraine* (№4), 145-148.
2. Шкуропат, А. В., and Гасюк, О. М. (2018). Ефективність віртуальних лабораторних практикумів з фізіології людини і тварин у структурі підготовки фахівця-біолога. *Інформаційні технології в освіті*, (1), 62-70.
3. Shkuropat, A. V., Golovchenko, I. V., & Rudyshyn, S. D. (2021). СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ МОТИВАЦІЇ УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ. *Pedagogical Sciences: Theory and Practice*, (3), 19-26.
4. Пожарова, О. Б. Особливості викладання курсу «Основи здоров'я» у 8 класі під час дистанційного навчання.

5. Головченко І.В. Формування здоров'язберезувальних компетентностей в учасників освітнього процесу. Теоретико- методологічні основи модернізації навчання: компетентнісний підхід: колективна монографія. Херсон, 2020, С. 254–268.
6. Шкуропат А.В., Гасюк О.М. Ефективність віртуальних лабораторних практикумів з фізіології людини і тварин у структурі підготовки фахівця-біолога. Інформаційні технології в освіті, 2018. № 1. С. 62–70
7. ШКУРОПАТ, А. В., ГОЛОВЧЕНКО, І. В., & ЮРІНА, Ю. М. (2021). Формування компетентностей у майбутніх вчителів біології та основ здоров'я у закладі середньої освіти. Вісник Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького. Серія: " Педагогічні науки", (2).

Рекомендує до друку науковий керівник доцент Шкуропат А.В.