

Вплив іміджу педагога на формування здорового способу життя вихованців гуртків

Анотація. У сьогодишніх умовах гармонізації сучасної української освіти з вимогами європейських стандартів професіоналізм, особистий приклад та імідж набувають особливої актуальності, оскільки за останні роки суттєво трансформувалися вимоги до педагога та компетентного випускника закладу освіти. Здоров'язберігаючі пріоритети – не виняток.

Ключові слова. Здоров'я, здоровий спосіб життя, здоров'язберігаючі технології, імідж.

*Здоров'я настільки переважає решту благ життя,
що здоровий жебрак щасливіший за хворого короля
(Артур Шопенгауер)*

Формування здорового способу життя молодого покоління української держави є однією з найактуальніших проблем, від вирішення якої залежить майбутнє країни та потенціал існування здорової нації. Сферою, у рамках якої дане питання систематично фігурує на порядку денному, є система освіти. У контексті державної програми «Освіта» (Україна XXI століття) та «Національної доктрини освіти України у XXI столітті» стратегічним завданням освіти є виховання освіченої, творчої особистості, всебічний розвиток людини, становлення її духовного, психічного та фізичного здоров'я. Звідси, невід'ємним компонентом національної системи освіти мають бути знання про формування, збереження та зміцнення здоров'я. Вище окреслена проблема набуває ще більшого значення для сучасної школи. Адже, на жаль, на сьогодишній день спостерігається негативна тенденція щодо погіршення стану здоров'я учнівської молоді.

Стан здоров'я, у великій мірі, залежить від способу життя людини. У зв'язку з цим, психолого-педагогічна та спеціальна література є джерелами методичного підґрунтя для формування здорового способу життя не тільки школярів, а й студентської молоді та дорослих.

Однак, дана проблема в площині особистісної здоров'я орієнтованої взаємодії педагога та учня під час освітнього процесу залишається актуальною та знаходить своє розв'язання у дослідженнях різного рівня.

Метою дослідження, є аналіз основних напрямів співпраці в системі: «педагог-учень-батьки» щодо формування здорового способу життя школярів методом позитивного прикладу для наслідування з боку педагога.

Для вирішення всіх наукових і практичних питань щодо забезпечення здоров'я, важливе значення має сучасне визначення самого поняття здоров'я. Наразі література налічує дуже багато векторіальних визначень здоров'я. За енциклопедичним визначенням здоров'я – це природний стан організму, що характеризується його врівноваженістю із навколишнім середовищем та відсутністю будь-яких хворобливих змін. Здоров'я людини визначається комплексом біологічних (успадкованих та набутих) та соціальних факторів. Останні мають настільки важливе значення у підтриманні стану здоров'я та профілактиці його порушень, що у преамбулі до статуту Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) записано: «Здоров'я – це стан повного

фізичного, духовного і соціального добробуту, а не лише відсутність хвороб та фізичних дефектів».

Виділяють три рівні цінностей: біологічний – початкове здоров'я припускають досконалість саморегуляції організму, гармонію фізіологічних процесів і, як наслідок, максимум пристосування; соціальний – здоров'я є міркою соціальної активності, відношенням діяльності людини до світу; психологічний, особистісний – здоров'я є не відсутністю хвороби, а скоріш запереченням її, тобто переборенням.

На сьогоднішній день завданнями закладу позашкільної освіти є:

- формування в учнів свідомого ставлення до власного життя і здоров'я, а також – до здоров'я тих людей, які є в їхньому найближчому оточенні ;
- вироблення в учнів навичок здорового способу життя;
- формування здоров'язберігаючої компетентності школярів, а особливо випускників сучасних закладів освіти.

Головною умовою покращення здоров'я учнів є створення здоров'язберігаючого середовища, головними ознаками якого є:

- оптимальне поєднання методів, форм, засобів навчання та виховання, їх відповідність віковим особливостям школярів;
- дослідження впливу нових навчально-методичних засобів навчання на здоров'я учнів;
- дотримання режиму рухової активності, поєднання рухового і статичного навантаження;
- забезпечення емоційно сприятливої атмосфери тренування;
- формування в учнів та їх батьків культури здоров'я.

На жаль, у гонитві за передовими технологіями в дидактиці, методиці виховання більшість часто втрачає фундамент формування ключових якостей особистості, так як беруть за основу до кінця не вивчені, не апробовані чужі трафарети форм, засобів та моделей роботи. У цьому контексті, на мою думку, особливо важливим є імідж самого педагога, який будує певну систему взаємодії з учнем для досягнення конкретної мети, зокрема – карбування усвідомленого здорового способу життя.

Сьогодні фахівці PR, маркетингу, соціології, психології, реклами, юриспруденції створили величезну кількість книг і статей щодо проблеми іміджу в різних сферах людської діяльності: від політики до комерції. Тож, імідж – це мислене уявлення про людину, товар чи інститут, що цілеспрямовано формується в масовій свідомості за допомогою самопрезентації, реклами або пропаганди. З іншого боку імідж – це фасадна частина образу, у якій манери (жести) і міміка виступають у якості найбільш виразних архітектурних елементів.

Однак, якби там не було, усі складові іміджу педагога, який працює над створенням мотивації на здоровий спосіб життя, повинні бути орієнтовані на досягнення трьох основних цілей:

- досягнення високого рівня здоров'язберігаючої компетенції й ефективної діяльності щодо пропаганди принципів валеології;

- створення та підтримка такого позитивного іміджу в сфері здорового способу життя, який стимулює до довіри;
- встановлення позитивного емоційного зв'язку з дітьми.

Утвердження здорового способу життя підростаючого покоління сьогодні розглядається як один із пріоритетних напрямів гуманізації освіти. Реальною силою, здатною втілити це в життя закладу освіти, є педагог, який володіє валеологічною культурою, конкретністю творчого використання її засобів, форм і методів.

Активні форми й методи, що ґрунтуються на демократичному стилі взаємодії педагога й дитини, спрямовані на самостійний пошук змісту формування здоров'я та сприяють розвитку критичного мислення, творчості та всебічної зорієнтованості, виконують домінуючу функцію серед іншого дидактичного інструментарію освітян.

У послідовній піраміді «тренер-учень-здоровий учень» для досягнення вищої мети педагог повинен усвідомити, що його завданням перш за все є формування у школяра позитивної мотивації на здоровий спосіб життя.

Критерії формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя в підростаючого покоління:

- на рівні фізичного здоров'я: прагнення до фізичної досконалості, ставлення до власного здоров'я як до найвищої соціальної цінності, фізична розвиненість, загальна фізична працездатність, загартованість організму, дотримання раціонального режиму дня, виконання вимог особистої гігієни, правильного харчування;
- на рівні психічного здоров'я: відповідність пізнавальної діяльності календарному віку, розвиненість довільних психічних процесів, наявність саморегуляції, адекватна самооцінка, відсутність акцентуації характеру та шкідливих поведінкових звичок;
- на рівні духовного здоров'я: узгодженість загальнолюдських і національних морально-духовних цінностей, наявність позитивного ідеалу, працелюбність, відчуття прекрасного у житті, природі, мистецтві;
- на рівні соціального здоров'я: сформована громадянська відповідальність за наслідки способу життя, позитивно спрямована комунікативність, доброзичливість у ставленні до людини, здатність до самоактуалізації, саморегуляції, самовиховання.

Таким чином, педагог, який має на меті сформувати в учня пріоритет здорового способу життя, повинен подбати про власний імідж, спроектувати й побудувати особисту модель фізично здорової людини з психологічним комфортом та соціальним благополуччям для наслідування.

З досвіду роботи, як керівник гуртка з велотуризму, вважаю себе зобов'язаною здійснювати виховання здорової дитини, формування її життєво ціннісного світогляду, вдосконалення спортивної майстерності. Вихованці гуртків «Велосипедний туризм» входять до складу збірної команди Харківської області в різних вікових категоріях, є призерами та переможцями Чемпіонатів та Кубків України з техніки велосипедного туризму, як в особистій першості так і в складі збірних команд. За останні

п'ять років норматив «Кандидат в майстри спорту» виконали три вихованці, дванадцять вихованців – перший дорослий розряд з велотуризму.

Маю звання «Кандидата в майстри спорту» зі спортивного орієнтування на лижах і продовжую тренування з підвищення професійної майстерності, підтримки фізичної форми. Відтак, активний спосіб особистого життя сприяє залученню учнів до різноманітних акцій, краєзнавчих експедицій, спортивних змагань, рухливих ігор, велотрекінгу тощо. Особливо мотивує партнерство з дитиною пліч-о-пліч в одній команді, спільне формування спортивної тактики, планування та досягнення високих результатівна рівніобласних та всеукраїнських змагань. Застосування цих методів сприяє адекватній моральній самооцінці учнів, дає можливість проводити дієву роботу з формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя, знецінити й нівелювати негативні звички у вихованців гуртків.

У системі моєї роботи чільне місце займають здоров'язберігаючі технології під час тренувального процесу, соціальне проектування, ситуаційно-рольові ігри, руйнування «заідеалізованих» стереотипів. Крім того, основними напрямками моєї педагогічної діяльності є надання реальної допомоги з розвитку позитивних якостей, необхідних для повноцінного життя; акцентування уваги учнівської молоді на власне здоров'я; постійне пропагування здорового способу життя на власному прикладі та постами актуальних соціальних мереж; інформування учнів про вплив шкідливих звичок на стан їхнього здоров'я; залучення батьків до утвердження принципів здорового способу життя. 2018 року у співавторстві був підготовлений та вийшов друком робочий зошит для гуртків туристського напрямку.

Імідж керівника гуртка вимагає володіння високими професійними якостями, наявності духовного багатства особистості, емоційного наповнення, що проявляється через зовнішню поведінку та зовнішній вигляд.

Таким чином, пріоритетними завданнями сучасного закладу позашкільної освіти є: використання здоров'язберігаючих технологій навчання; дотримання режиму рухової активності, поєднання рухового і статичного навантаження; заміна авторитарного стилю спілкування на стиль співробітництва, створення емоційної сприятливої атмосфери тренування; формування в учнів та їхніх батьків усвідомлення цінності здоров'я, культивування здоров'я тощо. У контексті вище сказаного, відзначимо, що логічне вирішення проблем, які стосуються збереження власного здоров'я, сконцентовано в самій людині й залежить від того, настільки глибоко вона розуміє необхідність формування, збереження, зміцнення і відновлення здоров'я, як чітко знає й виконує правила здорового способу життя.

Тільки здоровий вихованець закладу позашкільної освіти може бути свідомим та активним учасником сучасного державотворчого процесу. Особистість тренера, керівника гуртка може зіграти в цьому суттєву роль, отже, майбутнє здорової нації – за нами.