

УДК 379.81.011.33(09)

Т. М. Медведь
Харківський національний педагогічний
університет ім. Г. С. Сковороди

ПИТАННЯ ЗБЕРЕЖЕННЯ ТА ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я ПІД ЧАС ОРГАНІЗАЦІЇ ДОЗВІЛЛЯ ШКОЛЯРІВ (ДР. ПОЛ. ХІХ – ПОЧ. ХХ ст.)

У статті висвітлюються питання організації здоров'яспрямованої діяльності школярів на дозвіллі; описуються ігри, фізичні вправи та гімнастика як види дозвільної діяльності, що забезпечують збереження та зміцнення здоров'я учнів; визначаються вимоги до їх організації та проведення; звертається увага на труднощі становлення цих видів здоров'яспрямованої дозвільної діяльності у школах другої половини ХІХ – початку ХХ століття.

Ключові слова: здоров'я, дозвілля, школярі.

Постановка проблеми. Збереження фізичного та психічного здоров'я підростаючого покоління є одним із першочергових завдань людства, вирішення якого потребує комплексного підходу до всіх сфер життєдіяльності дитини. Чимале навчальне навантаження, велика кількість різноманітної інформації, відсутність чіткого чергування розумового напруження з відпочинком, фізичною працею, прогулянками, заняттями фізкультурою та спортом, недостатній сон – це фактори, що призводять до порушення стану здоров'я та зниження працездатності. Вирішення цієї проблеми значною мірою залежить від оптимізації режиму дня, створення сприятливих умов для трудової діяльності та відпочинку в школі і вдома. З огляду на це, навчально-виховний процес у школі потребує врахування таких видів діяльності, які б забезпечили належний фізичний та розумовий відпочинок.

Одним із шляхів вирішення цієї проблеми є глибоке осмислення та використання науково-практичного досвіду вітчизняних педагогів, звернення до національних джерел педагогічної теорії та шкільної практики. Особливий інтерес щодо цього викликає період другої половини ХІХ – початку ХХ століття.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблемам організації діяльності для збереження і зміцнення здоров'я школярів присвятили праці прогресивні педагоги та шкільні гігієністи того часу, такі як М. Голубов, П. Каптерев, О. Лазарев, Є. Покровський, Н. Цабель та інші. Сучасні науковці, які займаються цією проблемою, – Б. Бреєва, В. Воловик, А. Воловик, Т. Гончар, Б. Тітов та інші.

Мета статті – торкнутися питань проведення здоров'яспрямованої діяльності під час дозвілля для учнів середніх та початкових навчальних закладів другої половини XIX – початку XX століття.

Організація та методи дослідження. У ході дослідження використовувався метод теоретичного вивчення та аналізу науково-методичної літератури.

Результати досліджень та їх обговорення. Друга половина XIX століття характеризується зрушеннями у різних сферах діяльності, зокрема у педагогічній. Відомі науковці, шкільні лікарі-гігієністи, вчителі-практики активно підіймали питання перевтомлюваності учнів, вказували на їх слабке здоров'я, низькі навчальні можливості. Реалізація нових навчальних програм вимагала від школярів значного розумового навантаження та великої кількості часу. У 1894 р. відбулася Перша Всеросійська Гігієнічна Виставка, на якій спеціальний відділ Міністерства Народної Просвіти подав матеріали з розподілу навчального часу та часу на відпочинок учнів країн Європи та Росії. Так, в Англії школярі за добу мали приблизно 10 год. розумового навантаження і 14 год. на відпочинок, включаючи сон. У французьких школярів розподіл часу залежав від віку дитини. В учнів 7–13 років – 10 год. розумової роботи та 14 год. відпочинку, включаючи час для сну. Учні віком від 14 років мали 12 год. занять і лише 12 год. на відпочинок. Починаючи з 1892 р. в Німеччині діяли нові правила розподілу годин дня школярів. Відповідно до них учні (9–17 років) у школі знаходилися від 5 год. до 5 год. 30 хв., але домашні завдання вони виконували вдома, тому час на позашкільні заняття не враховувався. Не в кращому становищі знаходились школярі й інших країн, включаючи Росію [1].

У школах Російської імперії офіційно тривалість позакласного «занятого» часу (час на виконання домашніх завдань) не мала перевищувати тривалості урочних годин. Проте шкільні закони дозволяли, а велика кількість завдань спонукала дітей займатись і в години, відведені для відпочинку. Саме тому учням доводилося готуватися до 12 год. ночі. Отже, така підготовка не могла не відобразитися на їх фізичному та психічному здоров'ї.

Науковці та шкільні лікарі-гігієністи відмічали, що діти, які приходять у школу «більш-менш здорові», «повні», «зі світлим поглядом і бадьорі духом», – після 8-ми річного виховання і навчання виходять звідти

«худими, слабкими і з задатками різних хвороб» [8, 91]. Переважна більшість педагогів та лікарів XIX ст. (П. Каптерев, Є. Покровський, С. Нікольський, І. Радецький, М. Рождественський та ін.) головну причину, що призводить до такого результату, вбачали у недостатній кількості вільного часу учнів: «Ми на слово повірили, що науки молодь живлять, і значно скоротили порцію хліба, м'яса, чистого повітря і вільного часу, зовсім забувши, що вільний розум і здорове почуття можуть бути і жити тільки в здоровому тілі...» [8, 91].

Проте не лише надмірне навантаження в школі впливало на незадовільний фізичний і психічний стан школярів. Н. Голубов, О. Лазарев, Є. Покровський та інші вважали, що однією із причин поганого здоров'я дітей шкільного віку було неправильне фізичне виховання у сім'ї. Так, на їх думку, турботи батьків зазвичай спрямовані на те, щоб «діти були здорові», а «про методичний, відповідно до вимог гігієни, розвиток і зміцнення організму немає і мови: їжа, питво, повітря, рухі та ін. – справа випадку» [4, 128]. Відтак, окрім надання освіти дітям, перед школою поставало ще одне завдання – проводити діяльність, яка б сприяла зміцненню здоров'я учнів.

Зважаючи на актуальність проблеми збереження та зміцнення здоров'я школярів, у другій половині XIX – на початку XX століття з'вилася велика кількість статей та книжок, присвячених цій темі. Автори намагалися з'ясувати причини виникнення проблеми, знайти шляхи їх розв'язання, ознайомити із позитивним досвідом вирішення.

У своїй книзі «В мире педагогических идей» М. Рождественський наводить приклад організації низки заходів для збереження та зміцнення здоров'я учнів середніх та нижчих навчальних закладів, серед яких найбільш доцільними є:

1) організація гарячих сніданків (у деяких школах ці сніданки організовувалися батьківськими гуртками);

2) звернення уваги на санітарно-гігієнічні вимоги до шкільних приміщень: їх вентиляцію, чистоту підлоги, провітрювання приміщень, достатнє перебування дітей на свіжому повітрі під час перерв, вільних уроків та після занять;

3) організацію «раціонального» розсаджування учнів за парти, відповідно до гігієнічних вимог. Окрім цього, було рекомендовано кожного місяця змінювати робоче місце кожного учня, так як це могло завадити появі багатьох хвороб;

- 4) введення обов'язкових рухливих ігор;
- 5) запровадження гімнастики та фізичних вправ;
- 6) організацію класів ручної праці (в якості позакласних занять);
- 7) проведення роботи, щодо залучення школярів до найбільш доступних видів зимового і літнього спорту [9, 48–49].

Відтак, організовуючи роботу зі збереження та зміцнення здоров'я учнів не лише під час обов'язкових навчальних занять, а й на дозвіллі, педагоги робили його не лише корисним, а й цікавим. Яскравим прикладом такої здоров'яспрямованої дозвільної діяльності були шкільні рухливі ігри.

Організація та проведення шкільних ігор, на думку Є. Покровського, мала ряд переваг: 1) ігри є найприроднішим видом фізичних вправ; 2) ігри цілком відповідають гігієні молодого організму, сприяючи найбільш рівномірному розподілу діяльності по всіх частинах тіла; 3) шкідливі наслідки замкнутого життя в будинках і школах, а саме: затримане кровотворення, зменшення крові в організмі, ослаблене, неправильне харчування, поява золотухи, туберкульозу, різного роду неврозів і т.д. найкраще усуваються за допомогою рухливих ігор на повітрі, викликаючи при цьому найбільш ефективну діяльність легень, сприяючи потребі молодого організму в «кровотворенні» та «приросту необхідних для нього речовин»; 4) з педагогічної точки зору ігри привчають дітей до дисципліни, вміння розподіляти обов'язки та сумлінно їх виконувати, розвивають почуття громадськості, бажання трудитися на загальну користь і т.д.; 5) позитивне задоволення, яке приносять ігри [6, 56–60].

Правильна організація та проведення ігрової діяльності потребувала відповідної підготовки вчителя. Таку підготовку можна було отримати на спеціальних педагогічних курсах або на курсах, організованих Товариством фізичного виховання дітей [5, 40–41]. У другій половині XIX – на початку XX століття з'являється ряд посібників з питань організації та проведення рухливих ігор. Окрім класифікації ігор, опису методики їх проведення, деякі автори подають вимоги до вчителя-організатора ігрової діяльності школярів.

Обов'язки педагога-організатора при проведенні ігрової діяльності Н. Цабель, вбачає у:

- поясненні правил гри та контролем за їх дотриманням;
- недопущенні недоречного шуму, що привчає дітей до стриманості;
- обранні судді з числа гравців;
- наданні лідерам гри права обирати склад команди;

- внаслідок недотримання правил гри виключення гравця на деякий час (але не інше покарання);

- після засвоєння гри намагатися її ускладнити введенням нових правил, але не зменшуючи інтересу до гри [10, с. 30].

Наступною умовою для правильної організації ігрової діяльності П. Каптерев, П. Літвінський, Є. Покровський називали вибір місця проведення. На їх думку, перевагу варто віддавати свіжому повітрю. П. Літвінський відмічав: «Великий простір і свіже повітря роблять гру легкою і приємною» [3, 393]. Ф. Лагранж називав «чисте повітря» найважливішою умовою життя [7, 140–141]. На думку П. Літвінського найкращими місцями для проведення ігор школярів можуть бути: майданчики у громадських садах, шкільні майданчики для ігор, криті галереї та манежі, якщо погодні умови не дозволяють гратися на свіжому повітрі. Якщо ігри проводяться в приміщенні, то обов'язковою умовою повинно бути їх часте провітрювання [3, 393–394].

Прогресивні педагоги та шкільні гігієністи вважали, що правильно організовані ігри, з точки зору педагогіки та шкільної гігієни, мали забезпечити розвиток фізичної сили, спритності, винахідливості та привчити поважати вимоги суспільства, підкорятися встановленим правилам гри, жертвувати особистими інтересами в інтересах суспільства.

Педагогічна література, періодична преса другої половини XIX – початку XX століття свідчить, що, не зважаючи на корисність та необхідність проведення шкільних рухливих ігор, їх впровадження в школах Російської імперії відбувалося з перешкодами. Однією з таких перешкод було ставлення батьків учнів до ігрової діяльності. На думку педагогів та шкільних гігієністів, негативне ставлення пояснювалося по-перше, педагогічною неосвіченістю батьків, по-друге, надмірним страхом хвороб, наприклад, застуди, і по-третє, «марнославством щодо модного дитячого одягу», який не давав дитині можливості вільно пограти [7, 22]. Іншою важливою перешкодою систематичного проведення рухливих ігор було те, що деякі педагоги використовували вільний час учнів для наднормових навчальних занять (повторення вивченого, пояснення нового матеріалу, надмірні домашні завдання тощо).

Розповсюдженим видом здоров'яспрямованої діяльності під час дозвілля школярів є різноманітні фізичні вправи та гімнастика. Тілесні вправи,

енергійні рухи на свіжому повітрі О. Віреніус називав «гігієнічними вимогами першорядної важливості» [2, 97]. Такої ж думки дотримувався М. Голубов, відмічаючи, що «фізичним вправам має бути відведено якомога більше часу» [7, 152]. Погоджуючись із колегами, В. Гудь підкреслює важливість «тілесного виховання» не лише для зміцнення здоров'я, а й для «утворення розуму та характеру» [7, 138]. Пропагуючи необхідність та корисність упровадження цього виду дозвільної діяльності в роботу навчальних закладів, науковці наголошували на потребі створення спеціальних програм. Такі програми, на їх думку, мали складати лікарі-спеціалісти з лікарняної гімнастики. Керуючись цією програмою вчитель, навіть без спеціальної підготовки, міг правильно і без шкоди для здоров'я учнів проводити заняття. Педагоги та шкільні гігієністи у кінці XIX століття, за зразком Швейцарії, піднімали питання про введення посади педагога-організатора з фізичного виховання, який би професійно займався з дітьми під час уроків гімнастики (якщо такі були у школі), а також на позашкільних заняттях та під час рекреації. Для підвищення ефективності цього виду здоров'яспрямованої дозвільної діяльності, Н. Голубов радив запозичити французьку систему змагань, конкурсів і нагород не лише між учнями одного закладу, а й між учнями різних навчальних закладів. На його думку, такий своєрідний «контроль успіхів» у формі публічних конкурсів повинен відігравати роль «веселих свят» для школярів. Науковець вважав, що цей вид дозвільної діяльності повинен «бути найкращою і найкориснішою забавою для юнацтва, що вчиться» [7, 152].

Висновки. Отже, у другій половині XIX – на початку XX століття проблема збереження та зміцнення здоров'я школярів є однією з першорядних педагогічних проблем. Однією із причин незадовільного стану здоров'я учнів, їх перевтоми та низьких навчальних можливостей, на думку педагогів та гігієністів, є недостатня кількість часу для відпочинку. Правильна організація шкільних рухливих ігор, фізичних вправ, гімнастики на дозвіллі є прикладом реалізації здоров'яспрямованої діяльності та педагогічно доцільного проведення вільного часу школярами.

Перспективи подальших досліджень. Напрямом подальшої розробки проблеми вважаємо розкриття тогочасних ідей у сучасній практиці роботи школи.

ЛІТЕРАТУРА

1. Вирениус А. С. Распределение времени для учащихся детей / А. С. Вирениус // Вестник воспитания. – 1894. – № 3. – С. 150 – 184.
2. Вирениус А. С. Труд с точки зрения этической / А. С. Вирениус – С.-Петербург, 1904. – 112 с.
3. Литвинский П. А. Подвижные игры в семье и в школе / П. А. Литвинский // Воспитание и обучение – 1902. – № 12. – С. 385 – 395.
4. Никольский Ст. Школьное образование / Ст. Никольский // Вестник воспитания. – 1895. – № 5. – С. 127 – 132.
5. Общественные детские игры и их воспитательное значение – К., 1896. – 50 с.
6. Покровский Е. Площадки для детских игр и физических упражнений / Е. Покровский // Вестник воспитания. – 1894. – № 3. – С. 50 – 76.
7. Покровский Е. А. Значение детских игр в отношении воспитания и здоровья / Е. А. Покровский – М., 1884. – 24 с.
8. Пятковский А. Педагогическая хроника / А. Пятковский // Народная школа. – 1881. – № 1. – С. 91.
9. Рождественский Н. В. В мире педагогических идей. 1912 – 1913 учебный год. II Обзор главнейших сочинений по вопросам воспитательного характера, вышедших в печати с весны 1912 года по апрель 1913 года – Тифлис, 1913. – 57 с.
10. Цабель Н. Е. Игры и физические упражнения как необходимые средства для полного развития духовных и физических сил. 2-е изд. / Н. Е. Цабель – М., 1908. – 39 с.

РЕЗЮМЕ

Т. М. Медведь. Вопросы сохранения и укрепления здоровья во время организации отдыха школьников.

В статье освещаются вопросы организации здоровьенаправленной деятельности школьников на досуге; описываются игры, физические упражнения и гимнастика как виды досуговой деятельности, которые обеспечивают сохранение и укрепление здоровья учеников; определяются требования к их организации и проведению; обращается внимание на трудности становления этих видов здоровьенаправленной досуговой деятельности в школах второй половины XIX - начала XX столетие.

Ключевые слова: здоровье, досуг, школьники.

SUMMARY

T. Medved. The questions of saving and promoting of health during students' leisure time.

In this article light up the questions of organization of health of the directed activity of students at leisure. The games ,sport's hygiene and gymnastics are described as types of leisure activity, that provided a maintenance and strengthening of students health. The requirements to their organization and realising are determined. Attention is pays on difficulties of formation of these types of health directed on leisure activity in schools of the second half XIX and at the beginning of XX centuries.

Key words: health, leisure, students.