

- Иметь духовный идеал и стремиться к его достижению; ставить перед собой задачи по духовному самосовершенствованию и стараться решать их в жизни.
- Стремиться наполнять жизнь духовными событиями и переживаниями, наделять ее духовным смыслом.
- В минуты уныния и одиночества чаще обращаться к светлым событиям прошлого.
- Делиться своими духовными переживаниями с теми, кто нам дорог, кому мы доверяем, способствуя тем самым сохранению и развитию биографической памяти.

Биографическая память нацелена не только на осознание судьбы. Она должна способствовать духовному совершенствованию и достижению духовного смысла жизни человека.

О. А. Шардакова,

Т. И. Зубкова

КРИТЕРИИ ЗДОРОВЬЯ КАК ОСНОВА КОЛЛЕКТИВИСТСКОГО ВОСПИТАНИЯ В РАБОТЕ В. А. СУХОМЛИНСКОГО «СЕРДЦЕ ОТДАЮ ДЕТЯМ»

Проблема поддержания и контроля за здоровьем детей в процессе обучения и воспитания является одной из наиболее приоритетных в современном обществе. Различные авторы на протяжении многих лет рассматривают эту проблему в своих трудах по педагогике, психологии, педиатрии и медицине.

В. А. Сухомлинский в работе «Сердце отдаю детям» уделяет большое внимание вопросам заботы о здоровье детей при организации учебной деятельности. Он ставит эту проблему на первый план и в семейном воспитании. Забота о здоровье ребенка должна быть одной из главных задач как школьного, так и семейного коллективов.

Можно выделить несколько критериев здоровья, на которые В. А. Сухомлинский советовал родителям и педагогам обращать особое внимание:

1. *Правильное питание.* «Многолетние наблюдения за физическим развитием младших школьников убедили меня в том, какую большую роль играет полноценное, здоровое питание ребенка», – пишет Сухомлинский, подчеркивая, что от питания в годы детства зависит гармония и пропорциональность частей тела [1, с. 24]. Отсутствие аппетита – враг здоровья, источник, болезней и недомоганий. Родителям необходимо готовить вкусную и здоровую пищу для детей, заготавливать на зиму побольше фруктов, богатых витаминами.

2. *Закаливание.* «Я убедил родителей в том, что чем больше они будут оберегать малышей от простуды, тем слабее будут дети» [1, с. 24]. Если же создать правильные условия для жизни ребенка, не «тепличные», а естественные – в теплые месяцы гулять босиком, принимать душ и спать на свежем воздухе, не одевать ребенка в очень теплые кофты и куртки, то болезни постепенно будут отступать. И уже не будет повышенного риска простудных и прочих заболеваний.

3. *Свежий воздух.* «Чрезмерное умственное напряжение приводит к тому, что у детей тускнеют глаза, затуманивается взгляд, движения становятся вялыми. И вот ребенок уже ни на что не способен, ему бы только на свежий воздух, а учитель держит его «в упряжке» и понукает: скорее, скорее...» [1, с. 23–24]. Ребенку важно часто находиться на свежем воздухе. Благодаря этому повышается иммунитет. Выработать нетерпимость к душному воздуху непроветренного помещения также важно, как и привить базовые санитарно-гигиенические навыки. На свежем воздухе улучшается аппетит, а после длительных прогулок у ребенка крепкий сон.

4. *Двигательная активность.* «Быть в движении – одно из важных условий физической закалки. Дети любят бегать, играть» [1, с. 24]. Быть в движении – одно из важных условий физического развития ребенка. Много двигаться важно не только летом, но и зимой. Для полноценного здоровья школьников необходимы постоянные пешие прогулки. Воспитанники Сухомлинского зимой и летом ходили в походы, длина пути достигала 6 километров. «У нас стало правилом: ни одной минуты в осенние, весенние и летние дни дети не должны находиться в помещении» [1, с. 24].

5. *Физический труд.* Здоровье вливается в детский организм животворным источником тогда, когда после трудового напряжения ребенок отдыхает. Также труд физический является хорошей предпосылкой для труда умственного, и, следовательно, для приобретения определенного набора знаний, умений и навыков. Именно в процессе физического труда могут сформироваться важнейшие качества ума: пытливость, любознательность, гибкость мысли, яркость воображения. А если рассматривать труд на свежем воздухе, то это прекрасное средство закаливания организма и предупреждения простудных заболеваний. «Физический труд для маленького ребенка – это не только приобретение определенных умений и навыков, не только нравственное воспитание, но и безграничный, удивительно богатый мир мыслей. Этот мир пробуждает нравственные, интеллектуальные, эстетические чувства, без которых невозможно познание мира, а значит, – и учение. Физический труд, чередующийся с учебной, представляется мне захватывающим путешествием ребенка в мир мечты и творчества» [1, с. 63].

6. *Спортивные игры.* «Учение должно быть прочно связано с многогранной игрой умственных и физических сил, чтобы эта игра пробуждала яркие, волнующие чувства» [1, с. 63]. Особое значение придается спортивным играм. Дети играли в мяч, настольный теннис, метали диск, лазали по шесту и канату. На территории школы Сухомлинского было оборудовано несколько специальных спортивных игровых площадок, на которых каждый ребенок мог найти занятие себе по душе. «Спорт становится средством воспитания тогда, когда он – любимое занятие каждого» [1, с. 82]. Летом игры приобретали более глобальный характер и переходили из разряда игр в подобие реальной жизни, где одной из целей для ребенка становилось выживание в огромном и неизведанном мире живой природы, который его окружал со всех сторон.

7. *Общение с природой.* Каникулы дети проводили в саду, на баштане, в лесу, где происходило их знакомство и общение с природой. Они учились разводить костер, ловить рыбу, сажать растения, что сказывалось на их здоровье и физическом развитии. «Мы поднимались на заре, любовались неповторимой красотой пробуждающейся после ночного сна природы, бродили по росе, умывались ключевой водой, привезенной в большой деревянной бочке и налитой в умывальники. Все было для детей наслаждением: и утренняя

гимнастика, и обмывание тела по пояс холодной водой, и вареный картофель с помидорами, и арбузы» [1, с. 53]. При постоянном нахождении на свежем воздухе у детей развивается «волчий аппетит», и они с удовольствием едят здоровую пищу, тем самым значительно укрепляя свое здоровье.

8. *Купание.* Купание является важной составляющей здоровья. Во-первых, это физическая активность, ведь плавая, ребенок очень хорошо развивает свои мышцы. А во-вторых, купание – это дополнительное закаливание. Но здесь, естественно, необходимы особые меры предосторожности. «В этом году все дети, купаясь в глубоком озере, научились хорошо плавать. Для купанья я выбрал безопасный участок и отправлялся в заплыв каждый раз с одним ребенком», – рассказывает В. А. Сухомлинский в своей книге [1, с. 54]. Когда дети уже научились плавать, они постоянно совершенствовали свои навыки.

9. *Гигиена.* Забота о чистоте тела очень важна. Так как дети привыкли купаться в пруду и постоянно находиться в воде, Василий Александрович объяснил родителям необходимость личного душа для каждого (что в сельских условиях не являлось нормой), и те сделали душ во дворах, в саду. Соблюдение чистоты тела стало для школьников настолько прочной привычкой, что они обмывались водой по пояс и в зимние месяцы.

10. *Соблюдение режима дня.* «Я стремился к тому, чтобы постоянное соблюдение режима стало предметом самовоспитания» [1, с. 144]. Для ребенка важен полноценный отдых и сон. Если режим дня не соблюдать, то дети будут быстро уставать, риск заболеваемости значительно возрастет. Важно грамотно сочетать труд и отдых. Но не менее важно, чтобы ребенок следил за этим сам, а не подчинялся «необоснованным», как ему может казаться, требованиям родителей и педагогов.

Говоря о результатах деятельности В. А. Сухомлинского по сохранению здоровья младших школьников, необходимо отметить, что за три года обучения в начальной школе у его воспитанников значительно повысился уровень здоровья: улучшилось зрение, снизилась заболеваемость простудными и сердечно-сосудистыми заболеваниями.

Таким образом, результаты его трудов нужно и важно учитывать в своей работе каждому педагогу, а особенно работающим с детьми в условиях сёл и

деревень. Ведь книгу «Сердце отдаю детям» по праву можно считать пособием по здоровьесбережению младших школьников для начинающих педагогов.

Библиографический список

1. *Сухомлинский В. А.* Сердце отдаю детям / В. А. Сухомлинский. Киев: «Радянська школа», 1974. 288 с.
2. *Крупская Н. К.* Об учителе / Н. К. Крупская. Москва: АПН, 1960. 334 с.
3. *Никитин Б. П.* Резервы здоровья наших детей / Б. П. Никитин, Л. А. Никитина. Москва: Физкультура и спорт, 1990. 221 с.

С. В. Устюгова

Т. И. Зубкова

КОЛЛЕКТИВИСТСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ

Проблема осмысления педагогических возможностей формирования коллектива детей дошкольного возраста вызвана возрастными особенностями данной категории детей. Коллектив мы рассматриваем как группу людей, объединенных общественно значимыми целями, деятельностью, направленной на осуществление этих целей, общими интересами, переживаниями, ответственностью друг перед другом. Данное определение легко соотносить с коллективами подростков, взрослых, сложнее применить к дошкольному возрасту в силу психологических особенностей дошкольников. Между тем коллективистические качества формируются и в дошкольном возрасте.

Под коллективизмом мы понимаем нравственное качество, которое проявляется в чувстве товарищества, принадлежности к коллективу, умении при необходимости подчинять личные интересы общественным [3, с. 7]. Быть коллективистом означает осознавать себя частью коллектива, жить его интересами, вносить свой вклад в его успехи и достижения, радуясь им.

В коллективе человек вступает в общение с другими людьми, накапливает опыт сотрудничества, сопереживания, совместных усилий, направленных на достижение общих целей. Только в коллективе человек чувствует себя по-настоящему свободным и нужным, окруженным заботой, вниманием; это укреп-