

УДК 379.8 (076) : 37. 013.42

**В. С. Петрович** – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри соціальної педагогіки Волинського національного університету імені Лесі Українки

### **Можливості дозвіллевої діяльності формування в учнів відповідального ставлення до здоров'я**

*Роботу виконано на кафедрі соціальної педагогіки ВНУ ім. Лесі Українки*

У статті розкрито особливості використання потенціалу дозвіллевої діяльності у формуванні відповідального ставлення до здоров'я у дітей та молоді, висвітлено дієві форми та методи організації вільного часу школярів.

**Ключові слова:** підлітки, відповідальне ставлення до здоров'я, дозвілля, форми і методи культурно-дозвіллевої діяльності.

**Петрович В. С. Возможности досуговой деятельности в формировании в учащихся ответственного отношения к здоровью.** В статье раскрыты особенности использования потенциала досуговой деятельности в формировании ответственного отношения к здоровью у детей и молодежи, отображены действенные формы и методы организации свободного времени школьников.

**Ключевые слова:** подростки, ответственное отношение к здоровью, досуг, формы и методы культурно-досуговой деятельности.

**Petrovych V. S. Opportunities of the Leisure-activity in the Process of Forming with Pupils of the Responsible Attitude to Health.** The article reveals peculiarities of usage of leisure-activity in the process of forming with children and youth of the responsible attitude to health. The author highlights efficient forms and methods of organization of free time of pupils.

**Key words:** support, responsible attitude to health, forms and methods of cultural and leisure activity.

**Постановка наукової проблеми та її значення.** Вільний час є домінуючим простором, у якому відбувається фізичний та духовний розвиток людини, її соціалізація. Використання вільного часу, тобто дозвілля, при його правильній та раціональній організації надає можливості для відновлення фізичних, емоційних, інтелектуальних та психічних сил людини, для розвитку загальнолюдських якостей, формування світогляду та культури особистості.

Одним із завдань процесу сприяння здоров'ю є створення можливостей для набуття учнівською молоддю навичок структурування свого дозвілля. Завдяки цілеспрямованому процесу організації дозвілля дитина може вводити у свій внутрішній світ цінності, приклади, установки відомих авторитетних осіб, референтних груп чи соціальних спільнот й надалі використовувати їх як власні, формувати на їх основі свій ідеал.

Однак, у сучасному підлітковому й молодіжному середовищі спостерігається ситуація, коли частина учнів у сфері вільного часу керується установками на його бездіяльне і беззмістовне проведення. Підліток у цьому випадку прагне не до досягнення або створення будь-чого, а тільки лише до заповнення емоційного вакууму. Безглузде марнування часу породжує відповідні думки, що втілюються у таких же безглуздох вчинках. Тут треба шукати причини багатьох суспільних вад – асоціальної поведінки, лудоманії, пошуку злочинних пригод, втрати або недовикористання потенціалу свого здоров'я та інше [7, 17–18].

**Аналіз останніх наукових досліджень із цієї проблеми.** У контексті нашого дослідження значний інтерес складають роботи сучасних учених, які зробили вагомий внесок у розробку проблеми організації вільного часу молоді: І. Белецька, М. Бушканець, Т. Гаміна, Г. Євсєєва, І. Кон, Д. Махов, С. Шмаков. Питання здоров'ятворчої та здоров'язберігаючої діяльності фахівців соціально-педагогічної сфери розкрито в працях також вітчизняних дослідників: Т. Бойченко, О. Вакулєнко, Н. Заверико, І. Зверєвої, Н. Зимівець, С. Омельченко, Л. Сущенко та ін. Розкриттю як традиційних, так й інноваційних форм роботи з учнівською молоддю з означеного напрямку присвячено праці Г. Власик, О. Губенко, Н. Денисенко, Н. Зазарової, І. Муравова, С. Свириденко, С. Юрочкиної. Водночас окремих публікацій, присвячених виявленню специфіки культурно-дозвіллевої діяльності, спрямованої на збереження та зміцнення здоров'я дітей та молоді, у вітчизняній соціально-педагогічній науці ще надто мало, що, безумовно, актуалізує наше дослідження.

**Метою** статті є розкриття потенціалу дозвіллевої діяльності у формуванні відповідального ставлення до здоров'я дітей та молоді, висвітлення апробованих автором методів, технологій та форм роботи з організації вільного часу школярів у контексті сприяння збереженню та зміцненню їх здоров'я.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Дозвілля – це сукупність занять за інтересами, у процесі яких відбувається удосконалення і розвиток особистості. До них варто віднести творчість, навчання і самоосвіту, які не пов'язані з провідною діяльністю (продуктивною працею, здобуттям фаху тощо), але дають культурний і духовний розвиток; заняття фізкультурою і спортом, туризмом, які спрямовані на фізичний розвиток. Це може бути й аматорська праця (різноманітні ремесла), і культурно-виховна робота, спрямована на розвиток однолітків, друзів, інших членів оточення [6, 47].

Одним із ефективних напрямів організації діяльності, спрямованої на сприяння здоров'ю, є впровадження проектів, програм та комплексів заходів із формування відповідального ставлення до здоров'я у дітей та молоді в процесі їх дозвіллевої діяльності. Вибір змісту, методів та засобів для реалізації певних ініціатив у сфері формування відповідального ставлення до здоров'я (ФВСЗ), їх використання при організації вільного часу підлітків визначається дотриманням таких умов:

- врахування мети діяльності (освітньо-виховна, інформаційна діяльність із розвитку особистого здоров'я, покращання соціального оточення, екологічного довкілля тощо);
- врахування середовища реалізації (сім'я, школа, позашкільний колектив, громада за місцем проживання, неформальне оточення однолітків та друзів, старших за віком тощо);
- готовності та професійно-творчого потенціалу фахівців, відповідальних за ФВСЗ;
- наявності матеріально-технічних ресурсів освітніх закладів, соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді, управлінь/відділів охорони здоров'я, культури, у справах сім'ї, молоді та спорту тощо [2, 149–150].

Спробуємо розкрити специфіку методів та форм організації дозвілля дітей і молоді у контексті формування у них відповідального ставлення до здоров'я.

Методами культурно-дозвіллевої діяльності, у тому числі здоров'яформуючої та здоров'язберігаючої спрямованості, прийнято називати способи досягнення визначеної мети з використанням засобів впливу на аудиторію. Вітчизняні науковці та практики виділяють такі з них:

- метод гри. Гра – самостійний і властивий для учнів, дуже важливий вид їхньої діяльності. Вона показує рівень організаторських здібностей учнів, розкриває творчий потенціал кожного з них;
- метод театралізації, який реалізується через особливий спосіб спілкування, обряди, ритуали. Театралізація знайомить учнів із різноманітними сюжетами життя, дозволяє програвати різні соціальні ролі;
- метод змагання. Змагання – внутрішня «пружина» розкручування творчих сил, стимулювання до пошуку, відкриття, перемог над собою;
- метод рівноправного духовного контакту, який заснований на спільній діяльності дітей і дорослих «на рівних»;
- метод виховуючих ситуацій, які актуалізують процедури самореалізації, довіри, уявної довіри, недовіри, організованого успіху та ін. Виховуюча ситуація – це взаємодія вихователя і вихованців, у якій поведінка одних обумовлює певні дії інших;
- метод імпровізації – це дія, яка є неусвідомленою й непередбаченою заздалегідь, експромт. Імпровізація виводить на практичну й творчу наполегливість. Імпровізація базується на синдромі наслідування з привнесенням свого авторського задуму [3, 35; 7, 47; ].

**Форма** соціально-педагогічної діяльності щодо організації дозвілля в переважній більшості теоретичних праць визначається як установлений зразок, шаблон реалізації певного методу, вираження змісту дозвіллевої діяльності, варіант організації позитивної активності дітей і молоді, спрямований на досягнення певної мети та вирішення відповідних завдань.

Різноманітні організаційні форми дозвілля характеризуються за такими специфічними ознаками: *функціональність*, яка вказує на те, що є форми найбільш пріоритетні для реалізації певного напрямку соціально-педагогічної діяльності; *структурність*, що характеризується спеціальними вимогами до підготовки та проведення окремих типів форм; *інтегративність*, яка передбачає, що проведення одних форм соціально-педагогічної діяльності сприяє підготовці та впровадженню інших, більш складних.

Окремо варто звернути увагу на те, що для успішної організації дозвілля дітей та молоді потрібно: знати типи форм; вміти наповнити ці форми кожного разу необхідним змістом; підібрати

таку назву дозвіллевої форми, яка б відповідала типу організації дозвілля та її змісту, привертала увагу та викликала зацікавленість представників цільової групи [5, 41].

Спробуємо на конкретних прикладах показати особливості впровадження як традиційних, так і інноваційних методів, форм та технологій організації діяльності підлітків і молоді у вільний час, яка має чітку спрямованість на формування відповідального ставлення до здоров'я. Цей напрям культурно-дозвіллевої діяльності може бути реалізований завдяки використанню різних форм, зокрема і таких, як інтерактивний театр, КВК, тематичний вечір, настільні ігри, ігрові програми тощо.

*Інтерактивний театр* – інноваційна форма роботи, що використовується для популяризації здоров'я, профілактики і корекції поведінки молоді, схильної вести нездоровий спосіб життя, недбало ставитись до свого здоров'я. Метою інтерактивного театру є представлення конкретного досвіду у вирішенні певних проблемних ситуацій. Ідея такого театру полягає в тому, що молоді люди – «актори» – розігрують перед глядачами – дітьми й молоддю – певну проблемну ситуацію, характерну для молодіжного середовища (наприклад, непорозуміння між підлітками, тиск із боку друзів, сварка з батьками, необхідність запалити цигарку тощо). Більшість сюжетів, що розігрують учасники інтерактивного театру, висвітлюють негативні явища в молодіжному середовищі – деструктивні конфлікти, наркоманію, куріння, вживання алкоголю тощо. Конфліктний сюжет обов'язково розігрують на сцені, але у його розв'язанні беруть участь не лише «актори», а й глядачі. У будь-який момент глядач може змінити актора і репрезентувати свій спосіб вирішення проблеми. У цьому й полягає принцип інтерактивності [6, 60-62].

Як правило, театральну постановку здійснює група акторів-ровесників, зазвичай із 4–10 волонтерів віком від 16 до 23 років, у ролі глядачів – діти та молодь. Методика роботи театру полягає у визначенні актуальних тем для певної молодіжної аудиторії; написанні сценарію; проведенні репетицій із підготовки акторів (або залучення для цього спеціаліста, який має відповідний досвід). Сценарії, як правило, пишуть на основі ситуацій із реального життя підлітків та юнацтва. Центральною темою є маніпулювання (численні способи спонукати молодих людей палити, вживати проти свого бажання алкоголь та наркотики або займатись сексом), а також прийоми, що дозволяють протистояти тиску або ухилитися від небезпечних дій. Сцени, що їх представляють актори, як правило, відображають найгірші сценарії розвитку подій вдома, у школі, в товаристві однолітків (компанії) та на роботі і розігруються двічі. Спочатку аудиторія стежить за тим, як розгортаються події, а в процесі повторного показу будь-хто з глядачів може зупинити перебіг ситуації і запропонувати свій варіант виходу з неї. Виступи інтерактивного театру можуть проходити під час інформаційно-просвітницьких кампаній, масових свят, зборів, вуличної соціальної роботи, молодіжних акцій у навчальних закладах, клубах тощо. Оскільки в інтерактивному театрі беруть участь самодіяльні актори, то цінність театральної постановки як засобу формування відповідального ставлення до здоров'я залежить, в основному, від якості сценарію та майстерності його режисера чи організатора [3, 40].

*Публіцистична вистава* (раніше ця форма роботи мала назву агітбригада) – цей жанр зародився як можливість вести агітаційну роботу за допомогою сценічних прийомів. Віршовані тексти, відомі пісні, що набули нового змісту, використання прийому «апорт» – (яскраві словесні заклики, звернення до глядачів), театралізовані мініатюри – ознака цього жанру. У ньому документальний, публіцистичний зміст набуває художніх форм і така вистава може стати дієво-профілактичною, якщо інформацію в ній подають яскраво і переконливо.

*Тематичний вечір* – одна з найбільш популярних форм, що має особливий вплив на дитячу аудиторію. Його присвячують одній темі, яка повинна відіграти значну роль у життєдіяльності дітей, підлітків, молоді, формуванні їх морально-естетичних, валеологічних цінностей. У театралізованому тематичному вечорі слово розгортається у дії. Для цього використовують інсценування, уривки п'єс, вводять «живих» персонажів, літературно-сюжетні ігри тощо.

Останнім часом у виховному процесі знайшли місце вечір-розповідь, вечір-портрет. Кожен із цих вечорів є формою концентрації дії слова. Запропонований перелік тематичних вечорів можуть доповнювати ігрові вечори, вечори запитань – відповідей, вечори широкої програми, які мають здоров'язберігаючу спрямованість [1, 56].

*Змагання команд КВК* – один із самих найпопулярніших серед молоді жанрів. Він легкий, рухливий, емоційний, гумористичний. Однією із тем КВК може бути профілактика негативних явищ у

молодіжному середовищі та популяризація активних форм життєдіяльності. Дуже важливим у цьому жанрі є «здоровий» гумор, який має викривати вади легковажної поведінки [3, 41].

Організація роботи з формування відповідального ставлення до здоров'я в *ігровій формі* відрізняється від інших педагогічних технологій тим, що гра – добре відома, звична й улюблена форма розважальної діяльності для людини будь-якого віку, оскільки вона є:

- одним із найбільш ефективних засобів активізації, що залучає учасників за рахунок змістовної природи самої ігрової ситуації і здатна викликати в них високу емоційну й фізичну напругу. У грі значно легше переборюються труднощі, перешкоди, психологічні бар'єри;

- мотиваційною за своєю природою. Стосовно пізнавальної діяльності, вона вимагає й зумовлює в учасників ініціативу, наполегливість, творчий підхід, уяву, спрямованість;

- багатофункціональною, оскільки її вплив на людину неможливо обмежити яким-небудь одним аспектом, але всі її можливі впливи актуалізуються одночасно;

- переважно колективною, груповою формою діяльності, основою якої є змагальний аспект. Як суперник чи конкурент, однак, може виступати не лише людина, але й обставини і вона сама (подолання себе, свого попереднього результату);

- способом нівелювання значення кінцевого результату. У грі учасника влаштовує будь-який приз: матеріальний, моральний (заохочення, грамота, публічне оголошення результату), психологічний (самоствердження, підтвердження самооцінки) та ін. [4, 203].

Дуже часто при організації діяльності, спрямованої на формування відповідального ставлення до здоров'я, використовують *ігрові програми* – одна з форм організації дозвілля, яка сприяє розвитку творчого потенціалу учасників, в основу якої покладено принцип змагальності.

Ігрові програми користуються дуже великою популярністю з декількох причин:

- веселий, запальний, життєрадісний характер творчих конкурсів;

- виконання завдань не потребує високого рівня сформованості окремих умінь, тому брати участь в ігрових програмах можуть усі, хто має лише сміливість і фантазію;

- творчі завдання мають значний потенціал щодо розвитку різних здібностей: комунікативність, мовленнєві навички, вміння триматися перед аудиторією, мімічна та пантомімічна культура, навички групової діяльності, вміння фантазувати, схильність до імпровізації, нестандартність мислення під час розв'язання життєвих проблем, естетичний смак, почуття гумору тощо.

Компонентами ігрових програм є: різновиди ігрової програми (шаблонна, телевізійна, сюжетна, тематична, комбінована); учасники ігрового процесу (ведучий, самі учасники, журі та глядачі); місце проведення (сцена, аудиторія, спортивна зала, стадіон, танцювальний майданчик і т. ін.); напрями конкурсів за видами діяльності (інтелектуальні, художньо-естетичні, спортивні, професійні); система оцінювання й нагородження; додаткові умови (часові обмеження, кількість конкурсів, різноманітність напрямів, темпоритм програми тощо) [5, 44]

Прикладом *настільних рольових ігор*, які мають чітку спрямованість на формування відповідального ставлення до здоров'я, є комплекти ігрових матеріалів, розроблених Всеукраїнським громадським центром «Волонтер» у рамках проекту «Профілактика ВІЛ/СНІДу та ризикованої поведінки серед вихованців колоній для неповнолітніх». Ігри «Крок за кроком», «Пригоди у країні Здоровляндії», «Фото-фішка», «Володар кілець» створені на основі досвіду розробки подібних ігрових матеріалів організації «Cascade» з Великобританії. Усі вище перераховані ігри сприяють обговоренню в підлітково-молодіжному середовищі актуальних питань щодо здоров'я та ризикованої поведінки, проблем ВІЛ-інфікування, які постають перед сучасною молоддю людиною, набуттю учасниками певного комплексу знань та формування у них навичок відповідальної поведінки щодо власного здоров'я. Вони спрямовані на: сприяння усвідомленню учасниками здоров'я як провідної загальнолюдської цінності; підвищення рівня поінформованості учасників із питань особистого і громадського здоров'я, наслідків ризикованої поведінки та ризику інфікування ВІЛ, наслідків безвідповідального ставлення людини до власного статевого життя (незапланована вагітність, аборт, ППСШ тощо); обговорення важливих питань здоров'я людини та особистої відповідальності за нього, впливу на нього оточення, моделей поведінки в різних життєвих ситуаціях; визначення різноманітних джерел сучасної та достовірної інформації щодо різноманітних питань здоров'я людини; проведення роботи у малих групах, активну дискусію, роздуми над проблемними питаннями та спільне знаходження відповідей.

Свій значний потенціал, який можна успішно спрямувати на формування культури здоров'я, містять і такі звичні для кожного підлітка чи молоді людини *дискотеки* (у нашому контексті *соціальні дискотеки профілактичної спрямованості* [3, 42]. Їх виховно-профілактичний зміст полягає в тому, що поряд із танцювальним вечором проходить інформаційна тематична програма. Сценарії проведення дискотек готують на певну тематику: «Твоє життя – твій вибір», «Збережемо себе для світу», «Молодь за чисті легені» тощо. Перед початком дискотеки зал оформлюється відповідно до тематики заходу – плакати, виставка тематичних малюнків. Під час проведення дискотеки демонструють відеоматеріали, розповсюджують інформаційні буклети й листівки, які спрямовані на популяризацію відповідального ставлення до здоров'я та висвітлення негативних наслідків шкідливих звичок.

Вітчизняні дослідники Н. Захарова та О. Гуренко вважають, що застосування описаних вище методів та організаційних форм дозвілєвої діяльності сприяє формуванню в учнів моральної самооцінки, розвитку творчих здібностей дітей, їх самореалізації в активних формах життєдіяльності; знеціненню і руйнуванню негативних мотивів, перебудові й зміні асоціальних форм поведінки вихованців на позитивні; підтримці, посиленню позитивного морального спонукання, активізації їх позитивних проявів, гальмуванню чи зниженню сили негативних мотивів, утриманню вихованців від формування нездорових орієнтацій та життєвих цінностей [3, 44].

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Отже, при організації процесу формування відповідального ставлення до здоров'я особливу увагу слід приділити організованому дозвіллю, котре дозволяє збагачувати особистість та урізноманітнювати життєдіяльність учня завдяки тому, що:

- дає можливість почувати себе значущою особистістю, реалізувати себе в шкільній та позанавчальній діяльності, прилучитися до творчості;
- дає можливість зрозуміти соціальну значущість спілкування з однолітками, педагогами, батьками;
- допомагає знайти захист від негативних явищ у сім'ї, навчанні, житті;
- розкриває шляхи розвитку здоров'я в усіх його аспектах

Ефективно та доцільно організоване дозвілля навчає учнів: цінувати й упорядковувати свій вільний час, обирати заняття за інтересами, потребами, за їх значенням у житті; бути організатором себе та інших, лідером і підлеглим, творцем і виконавцем; жити серед людей, поважати їх індивідуальність, цінувати чужі інтереси, радіти успіху кожного, зберігати дружні зв'язки; з почуттям відповідальності ставитись до власного здоров'я та здоров'я оточуючих [7, 32].

#### *Список використаної літератури*

1. Актуальні проблеми формування здорового способу життя учнівської та студентської молоді : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. 14–16 листоп. 2007 р. / за ред. А. Конончук. – Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2007. – 263 с.
2. Відповідальне ставлення до здоров'я: теорія та технології : монографія / П. М. Гусак, Н. В. Зимівець, В. С. Петрович ; М-во освіти і науки України ; Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки. – Луцьк : ВАТ «Волин. обл. друк.», 2009. – 220 с.
3. Захарова Н. М. Популяризація здорового способу життя серед учнівської молоді : навч. посіб. / Наталя Захарова, Ольга Губенко. – 2 вид. перероб. і доповн. – Донецьк : ЛАНДОН – XXI, 2011. – 214 с.
4. Основи громадського здоров'я: теорія і практика : навч.-метод. посіб. / за заг. ред. О. В. Безпалько. – Ужгород : ВАТ «Патент», 2008. – 322 с.
5. Форми організації дозвілля дітей та молоді: методичні матеріали до тренінгу / авт.-упоряд. : В. В. Молочний, С. О. Меньков, О. В. Безпалько ; за заг. ред. І. Д. Звереві. – К. : Наук. світ, 2005.
6. Формування здорового способу життя молоді : навч.-метод. посіб. для працівників соц. служб для сім'ї, дітей та молоді / Т. В. Бондар, О. Г. Карпенко, Д. М. Дикова-Фаворська та ін. – К. : Укр. ін-т соц. дослідж., 2005. – 116 с.
7. Харченко С. Я. Організація вільного часу школярів : навч.-метод. посіб. / С. Я. Харченко, І. В. Белецька, Т. С. Гаміна. – Луганськ : Альма-матер, 2007. – 304 с.

Статтю подано до редколегії  
25.03.2012 р.