

лошина, О.Ю. Оліник, Л.Д. Кушнір [та ін.] // Актуальні питання вищої медичної та фармацевтичної освіти: досвід, проблеми, інновації та сучасні технології: навч.-метод.конф., 18 квітня 2012 р.: тези доповідей – Чернівці. – С.24.

## **АВТОРСЬКИЙ ПРОЕКТ «ШКОЛА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ»**

*Нечай І.В., Пивовар Н.М., Хілінська Т.В.*

*Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка*

На основі узагальнення наукового, практичного та власного досвіду пропонуємо проект здоров'язбереження для реалізації у середній загальноосвітній школі.

**Керівник проекту:** керівник МО вчителів спортивно-оздоровчого циклу.

**Учасники проекту:** вчителі, адміністрація школи, медичні працівники, соціальний педагог, практичний психолог.

**Тип проекту:** інформаційно-дослідницький, колективний.

Термін впровадження: 5 років.

«Добре здоров'я, відчуття повноти, невичерпності фізичних сил найважливіше джерело життєрадісного світосприймання, оптимізму, готовності подолати будь-які труднощі».

В.А. Сухомлинський

**Актуальність проекту.** Лише здорові діти у змозі належним чином засвоювати отримані знання і в майбутньому здатні займатися продуктивно-корисною працею. Проблема збереження здоров'я дітей є пріоритетною національною проблемою. У школі потрібно створити умови для здорового способу життя кожної дитини

**Мета проекту:** розвиток діяльності, спрямованої на формування здорового способу життя учасників освітнього процесу.

### **Завдання:**

1. Формувати в учнів та їх батьків потребу до здорового способу життя.

2. Створити здорове і безпечне середовище.

3. Удосконалювати матеріально-технічну базу для фізичного розвитку та виховання.

4. Покращити психологічну підтримку школярів, медичне обслуговування, здійснювати профілактику девіантних форм поведінки.

5. Підвищити рухову активність учнів.

6. Організувати діяльність освітнього закладу з використанням здоров'язберігаючих технологій.

**Здоров'я** – це стан повного фізичного, психічного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб або фізичних дефектів.

### **Здоровий спосіб життя передбачає:**

- сприятливе соціальне оточення;
- духовно-моральне благополуччя;
- оптимальний руховий режим;

- загартовування організму;
- раціональне харчування;
- особиста гігієна;
- відмова від шкідливих пристрастей;
- позитивні емоції.

**Основні напрямки роботи:**

- упровадження в практику здоров'язберігаючих технологій;
- удосконалення здоров'язберігаючої інфраструктури школи;
- раціональна організація навчального процесу;
- фізкультурно-оздоровча робота;
- просвітницько-виховна робота;
- профілактика і динамічні спостереження за станом здоров'я.

**Здоров'язберігаюча діяльність школи:**

- диспансеризація;
- профілактичні щеплення;
- просвітницько-виховна робота;
- профілактика і динамічні спостереження за станом здоров'я;
- фізкультурно-оздоровча робота
- дні і тижні здоров'я;
- спортивні шкільні свята;
- бесіди про здоров'я з учнями;
- бесіди про здоров'я з батьками.

**План заходів щодо реалізації проекту «Школа здорового способу життя»**

№ п/п	Зміст	Хто відповідає
1	Розробка концепції «Школи сприяння здоров'я»	Педагогічний колектив
2	Моніторинг стану здоров'я учнів і вчителів	Медичні працівники
3	Психодіагностика інтелектуального, духовного та психічного розвитку учнів	Практичний психолог
4	Забезпечення необхідної нормативно-правової та матеріальної бази	Адміністрація
5	Пропаганда здорового способу життя серед учнів, учителів, батьків	Вчителі
6	Забезпечення науково-методичної основи спецкурсів «Життя без гачка», «Школа проти СНІДу», ОБЖ	Заступник директора
7	Розробка матеріалів семінару «Формування в учнів позитивної мотивації на здоровий спосіб життя»	Вчитель основ здоров'я
8	Скласти план розвитку та реалізації інноваційного проекту «Бути сучасним, значить – здоровим» .	Заступник директора
9	Доповнити Статут школи розділом «Організація оздоровчо-освітнього процесу»	Заступник директора
10	Створити координаційну раду з питань збереження здоров'я учнів	Адміністрація
11	Розробити власну модель «Школи сприяння здоров'ю»	Заступник директора
12	Здійснити анкетування учнів та батьків з метою вивчення здатності їх до впровадження шкільних оздоровчих програм	Практичний психолог
13	Впровадити індивідуальні паспорти здоров'я на кожного учня	Класні керівники
14	Створити та оформити кабінет здоров'я, згідно сучасних вимог (тренінговий клас).	Вчитель основ здоров'я
15	Облаштувати дитячий спортивний майданчик.	Вчитель фізичної культури

16	Організація роботи гуртків, спортивних секцій.	Вчителі-предметники
17	Охопити гарячим раціональним харчуванням всіх школярів та вихованців .	Адміністрація
18	Покращити питний режим школярів (встановити фонтанчик питної води).	Адміністрація
19	Забезпечити школу протипожежними засобами.	Адміністрація
20	Систематично проводити профілактичні заходи проти інфекційних захворювань: вологе прибирання хлорним вапном і постійний нагляд за здоров'ям дітей.	Медичні працівники, технічний персонал
21	Провести декаду здорового способу життя, тиждень здоров'я, тиждень фізкультури та спорту, Олімпійський тиждень.	Учителі, класні керівники
22	Здійснити моніторингове дослідження рівня здоров'я, фізичного та психічного розвитку учнів	Заступник директора
23	Розробити модель здоров'язбережного уроку	Заступник директора
24	Розробити модель здоров'язбережного уроку	Заступник директора
25	Розробити заходи щодо реалізації шкільної цільової програми «Бути сучасним, значить – здоровим»	Заступник директора
26	Спланувати роботу шкільних предметних МО у напрямі реалізації шкільної цільової програми	Заступники директора
27	Ввести у початковій школі «Сольові мішечки»	Класні керівники 1-4 кл.
28	Організувати роботу творчої групи для вчителів «Інтеграція знань про здоров'я, здоровий спосіб життя людини як засіб формування світогляду учнів»	Заступник директора
29	Створити шкільний інформаційно-освітній центр	Заступник директора
30	Організувати конкурс серед учителів на кращий виховний захід, що пропагує здоровий спосіб життя	Заступник директора, класні керівники
31	Впроваджувати нетрадиційні форми і методи роботи на уроках основ здоров'я, біології, фізичного виховання	Вчителі-предметники
32	Розробити методичні збірники: Уроки здоров'я. Формування здорового способу життя у дітей і підлітків в процесі викладання основ наук. Створення моделі «Школи здоров'я»	Заступник директора
33	Проводити День здоров'я	Учитель фізичної культури
34	Створити кабінет психологічного розвантаження	Адміністрація

### **Очікувані результати проекту:**

- підвищення пріоритету здорового способу життя;
- підвищення мотивації до рухової активності, здорового способу життя;
- підвищення функціональних можливостей організму учнів;
- зростання фізичного розвитку і фізичної підготовки школярів;
- підвищення професійної компетенції та зацікавленості педагогів у збереженні та зміцненні здоров'я школярів;
- підтримка батьками діяльності школи з виховання здорових дітей.

### **Методи контролю:**

- моніторинг стану здоров'я учнів та морально-психологічного клімату в школі;
- збір статистики про динаміку розвитку мотивації до навчання;
- звіт на засіданнях методичної ради школи;
- відвідування та взаємовідвідування уроків, що проводяться з ЗСЖ;
- вивчення та аналіз досвіду роботи педагогів, які працюють за здоров'язберегаючими технологіями;

- створення методичної скарбнички з проблеми здоров'язбереження;
- контроль за організацією навчального процесу, розподілом навчального навантаження, обсягом домашніх завдань, позашкільної освітньої діяльністю учнів;
- анкетування батьків та учнів.

## **МОТИВАЦІЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ДО АКТИВНИХ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ**

*Павловська К.І., Согоконь О.А.*

*Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка*

Сучасна молодь вкрай неграмотна в питанні здорового способу життя. Наркоманія, паління, вживання алкоголю, токсикоманія – часто це вбачається кращим дозвіллям серед певної частини юнаків та дівчат.

На жаль, питання, пов'язані з мотивацією студентської молоді до занять фізичними вправами, не зважаючи на спроби їхнього практичного вирішення, залишаються недостатньо розробленими з наукової точки зору. По-перше, в сучасній психології немає єдності в розумінні суті цього явища. По-друге, в людському житті поняття «мотив» загубилося в тіні інших категорій: воля, цілеспрямованість, рішучість та ін. [2]. Тим часом у сучасному житті роль мотиваційних, спонукальних засад виявляється все більш яскраво. Дослідниками було відмічено, що успішність діяльності багато в чому визначається характером спонукання до неї мотивом, тобто тим, що підштовхує людину до здійснення тієї чи іншої дії.

Рухова активність людини у вигляді різних форм «м'язової діяльності» (праця, фізичні вправи, гімнастичні, спортивно-прикладні, ігрові) відіграє у житті важливу роль. Рухи стимулюють ріст і розвиток людини, а особливо в 15-18 років, коли фізичний розвиток характеризується подальшими анатомо-фізіологічними змінами. У цей період закінчується видозмінення організму у зв'язку зі статевим дозріванням, яке розпочалося в підлітковому віці, йде завершення етапу фізичного розвитку індивіда. Розвивається репродуктивна і творча уява, посилюються самоконтроль, реалістичність у співвідношенні образів уяви, особливо мрій із дійсністю, своїми можливостями. Природа з великим запасом заклала резерви здоров'я в кожному організмі, але цей спадковий матеріал зберігається доти, доки ним правильно користуватися. Без тренувань ці резерви згасають. Потрібно формувати свідомість молоді людини, стимулювати захисні сили організму засобами фізичної культури [3]. Обмаль молоді цікавиться фізичною культурою, натомість досить поширені шкідливі звички, як тютюнокуріння, вживання алкогольних напоїв, наркотиків.

Природа з великим запасом заклала резерви здоров'я в кожному організмі, але цей спадковий матеріал зберігається доти, доки ним правильно користуватися. Без тренувань ці резерви згасають. Потрібно формувати свідомість молоді людини, стимулювати захисні сили організму засобами фізичної культури [3]. Обмаль молоді цікавиться фізичною культурою, натомість досить поширені шкідливі звички, як тютюнокуріння, вживання алкогольних напоїв, наркотиків.

Для вирішення більшості завдань, що стоять перед фізичним вихо-