

**ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ – МОГУТНІЙ ЗАСІБ  
ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ УЧНІВ  
ДО ВЛАСНОГО ЗДОРОВ'Я**

**Шевцова В.В.**

*Хорольська спеціалізована школа I-III ступенів № 1  
Хорольської районної ради Полтавської області*

Актуальність проблеми, що розглядається у даній статті важко переоцінити. У сучасному світі відбувається напружений пошук нових людських орієнтирів, прогресивних шляхів розвитку, переорієнтуванні усієї освіти на розвиток особистості, її можливостей і якостей, у яких здоров'я особистості були б пріоритетними.

Останніми роками особливої гостроти набула проблема здоров'язбереження підростаючого покоління. Відомо, що за час навчання у загальноосвітньому навчальному закладі стан здоров'я дітей значно погіршується. Це пов'язано насамперед з екологічними, економічними та соціальними проблемами в суспільстві. Крім того, така негативна тенденція обумовлена чинниками, що мають місце на рівні загальноосвітньої школи. Це потребує впровадження в практику роботи загальноосвітнього навчального закладу здоров'язбережувальних технологій, які є важливою складовою здоров'язбережувального середовища і передбачають взаємозв'язок та взаємодію всіх факторів навчально-виховного процесу, спрямованих на збереження та зміцнення здоров'я дітей та підлітків.

Метою статті є обґрунтування змісту поняття «здоров'язберігаючі технології» та його значення для системи освіти.

О. Підгірна розуміє поняття «здоров'язбережувальний простір» як багаторівневу освітню систему та соціально організоване виховне середовище, в якому пріоритетами є здоровий спосіб життя, культура здоров'я, прогнозування здоров'язбережувальної діяльності [7, с. 31].

Н. Міллер доводить, що здоров'язбережувальне освітнє середовище сприяє впровадженню здоров'язбережувального навчання як процесу взаємодії учнів і вчителя, результатом якого є засвоєння знань, умінь та навичок, способів творчої діяльності, системи цінностей та збереження учасників освітнього процесу [2].

За визначенням В. Ковалько, освітня технологія педагогіки здоров'язбереження – це процес відтворення педагогічних дій з арсеналу педагогічного і методичного інструментарію в межах зв'язку

«педагог – учень», які здійснюються за допомогою системного використання форм, засобів і методів, що забезпечують отримання запланованих результатів з урахуванням мети й завдань педагогіки здоров'язбереження [5, с. 17].

Дослідник М. Смірнов серед здоров'язбережувальних технологій, що впроваджуються у системі освіти, виділяє декілька груп: медико-гігієнічні технології, фізкультурно-оздоровчі технології, екологічні технології, а також технології, які гарантують безпеку життєдіяльності, та здоров'язбережувальні освітні технології [8, с. 21]. На думку автора, здоров'язбережувальні освітні технології варто визначити найвагомішими за ступенем впливу на здоров'я учнів.

Науковці вважають, що здоров'язбережувальними освітніми технологіями необхідно вважати всі педагогічні технології, які не шкодять здоров'ю учнів, створюючи безпечні умови для перебування, навчання та праці в школі, а саме:

- сприятливі умови навчання дитини в школі (відсутність стресових ситуацій, адекватність вимог, відповідна методика навчання та виховання);

- оптимальна організація навчально-виховного процесу (згідно з віковими та гендерними особливостями);

- індивідуальні особливості та гігієнічні норми;

- повноцінний та раціонально організований руховий режим;

- виховання в учнів позитивного ставлення до здорового способу життя [3, с. 4].

І. Єрохіна визначає поняття «здоров'язбережувальні технології» в освіті як сукупність форм, засобів і методів, що спрямовані на досягнення оптимальних результатів у підтриманні фізичного, психічного, духовного та соціального благополуччя людини в формуванні здорового способу життя [4, с. 165].

Суть здоров'язбережувальних технологій полягає в комплексній характеристиці умов виховання й навчання, які дозволяють зберігати наявний стан і нарощувати вищий рівень здоров'я школярів, формувати навички здорового способу життя, здійснювати моніторинг показників індивідуального розвитку, прогнозувати можливі зміни здоров'я та проводити відповідні психолого-педагогічні, коригувальні, реабілітаційні заходи з метою забезпечення успішної навчальної діяльності, поліпшення якості життя суб'єктів освітнього середовища.

Перше місце у цій групі посідають медико-гігієнічні технології, що охоплюють:

- контроль і допомогу в забезпеченні належних гігієнічних умов у навчальному закладі згідно із законодавчими та нормативними актами відповідних міністерств і відомств;

– проведення щеплень молодшим підліткам та надання консультативної і швидкої допомоги в екстремальних випадках;

– організацію санітарно-гігієнічної просвіти педагогічного колективу й школярів;

– відстеження динаміки здоров'я школярів.

Фізкультурно-оздоровчі технології спрямовані на формування фізично розвиненої особистості з високою мотивацією до здорового способу життя. За змістом ці технології передбачають розвиток у підлітків таких якостей, як загартованість, витривалість, швидкість, гнучкість, що реалізується на уроках фізичної культури й у роботі спортивних клубів, секцій тощо.

Екологічні здоров'язбережувальні технології спрямовані на створення природовідповідних, екологічно чистих умов життя й діяльності учителів та учнів безпосередньо у навчальному закладі (облаштованість пришкольньої території наявністю кімнатних рослин у класах, рекреація, організація шкільного музею рослин, функціонування оранжереї та живого куточка, участь учнів у природоохоронних заходах).

Технології з безпеки життєдіяльності передбачають дотримання правил охорони праці, пожежної безпеки, цивільної оборони тощо.

Здоров'язбережувальні технології зазвичай поділяють на такі види: організаційно-педагогічні, психолого-педагогічні та навчально-виховні.

За допомогою організаційно-педагогічних технологій визначають структуру навчально-виховного процесу, організують його учасників, створюють комфортний психологічний клімат в учнівському й педагогічному колективах.

Психолого-педагогічні технології набувають особливого змісту в межах диференційованого та індивідуального підходів. Найчастіше вони пов'язані з безпосередньою діяльністю вчителя, його впливом на школярів (психолого-педагогічний супровід усіх елементів навчально-виховного процесу).

До навчально-виховних технологій долучають програми з навчання турботи про власне здоров'я та формування культури здоров'я школярів із спонукання їх до дотримання здорового способу життя, запобігання шкідливим звичкам, проведення організаційно – виховної роботи [6, с. 61].

Вивчення наявних у педагогічній теорії та освітянській практиці здоров'язбережувальних педагогічних технологій дає змогу констатувати, що найдієвішими для впровадження у загальноосвітніх навчальних закладах України ми вважаємо такі:

– здоров'язберезувальні технології, що охоплюють: проведення тематичних семінарів та педагогічних рад, курси підвищення кваліфікації для вчителів, дотримання раціонального розкладу уроків, впровадження особистісно орієнтованого та індивідуального підходів у навчанні;

– технології збереження і стимулювання здоров'я передбачають використання рухливих спортивних ігор, пальчикової гімнастики, сольових мішечків, гімнастики для очей, релаксацію, створення ситуації успіху, впровадження інформаційно-комунікативних технологій;

– медико-гігієнічні здоров'язберезувальні технології – це регулярна диспансеризація школярів та вчителів, своєчасне інформування батьків про необхідність додаткового медичного обстеження та про результати чергової диспансеризації, проведення фізкультхвилинок під час навчально-виховного процесу, функціонування медичного кабінету, дотримання режиму вологого прибирання;

– фізкультурно-оздоровчі технології охоплюють моніторинг фізичної підготовленості учнів, комплекси лікувальної фізкультурної гімнастики, проведення Днів здоров'я, занять у тренажерному залі, роботу спортивних гуртків та секцій;

– екологічні здоров'язберезувальні технології – це туристичні походи, валеологічні екскурсії, виготовлення та розміщення годівниць, шпаківень взимку, робота на пришкольніх ділянках, екологічні десанти;

– корекційні технології ґрунтовані на арт-терапії, казкотерапії, технологіях музичного впливу, впливу кольором, корекції постави;

– технології навчання здорового способу життя включають: проведення комунікативних ігор, бесід, лекцій, тренінгів, гурткову роботу, спортивно-масових, спортивно-оздоровчих заходів [1, с. 46].

Підводячи підсумок вищесказаного, можна зробити наступні висновки:

1) На сучасному етапі розвитку освіти все частіше запроваджується технологічний підхід, який відрізняється своїми якісними характеристиками;

2) Значення здоров'язберігаючих технологій найбільш вагоме серед усіх відомих освітніх технологій за ступенем впливу на здоров'я дітей;

3) Поняття «здоров'язберезувальні технології» потрібно розглядати як частину педагогічної науки, яка вивчає і розробляє цілі, зміст і методи навчання здорового способу життя;

4) «Здоров'язберігаюча технологія» – сукупність засобів, методів, форм, методичних прийомів організації, що спрямовані на збереження, формування та зміцнення здоров'я учнів.

Завдяки комплексному підходу можуть бути вирішені завдання збереження та зміцнення здоров'я дітей, адже здорова людина здатна досягти успіхів у житті, стати лідером, переможцем, високоосвіченою і висококультурною особистістю.

#### **Список використаних джерел:**

1. Байбара Т. Компетентнісний підхід у початковій ланці освіти. *Початкова школа*. 2010. № 8. С. 46–50.
2. Бойченко Т. Валеологія – мистецтво бути здоровим. *Здоров'я та фізична культура*. 2005. №2. С. 1–4.
3. Ващенко О., Свириденко С. Організація здоров'язберігаючої діяльності початкової школи. *Початкова освіта*. 2005. №46 (334). С. 2–4.
4. Ерохина И. А. Здоровьесберегающие технологии в профилактике наркозависимости подростков: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.02 / И. А. Ерохина. Тамбов, 2005. 272 с.
5. Ковалько В. И. Здоровьесберегающие технологии: школьник и комп'ютер: 1-4 классы. М.: ВАКО, 2007. 304 с.
6. Коцур Н. Формування здоров'язберезувального простору в загальноосвітніх навчальних закладах. *Рідна школа*. 2012. №11. С. 60–65.
7. Подгорная О. Е. Проектирование здоровьесберегающего пространства общеобразовательной школы средствами личностно-ориентированого образования: дисс. ... канд. пед. наук. Тирасполь, 2005. 211 с.
8. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоров'я в школе. 2-е изд. М.: АРКТИ, 2006. 320 с.