

Третім напрямком здоров'язбереження є пошук та апробація нових педагогічних прийомів викладання, адекватних психологічним особливостям студентського віку, індивідуально-типологічним когнітивним особливостям студентів [3]. Доцільно використовувати інтерактивні технології введення занять, які не тільки будуть сприяти кращому засвоєнню знань, але зменшуватимуть розумове та емоційне навантаження. Наприклад, використовувати технологію акваріум (декілька учнів розігрують ситуацію в колі, а інші спостерігають і аналізують), мозкового штурму, дидактичні ігри. Використовувати основи нейропсихології (використання сертифікованих методів психотерапевтичного впливу, розвиток міжаналізаторних зв'язків), екологічної психопедагогіки (використання психологічних релізерів), евристики (оздоровча дія творчістю), психології праці, тощо.

Четвертим напрямком розвитку здоров'язберігаючої педагогіки у ВНЗ має стати вирішення завдання збереження здоров'я студентів через навчання здоровому образу життя, культурі здоров'я. У цьому зв'язку, безумовно, цінними є розробки еколого-педагогічних тренінгів, тренінгів психологічної безпеки, навчальних програм з психологічної екології особистості; введення в курс навчання дисциплін як: ергономіка, тайм-менеджмент, соціальна психологія. Це сприятиме формуванню у студентів раціональності, вміння володіти собою, своїм простором і часом, здатності швидко пристосовуватися до змін середовища, що зменшить появу інформаційних перевантажень та підвищить внутрішню мотивацію до дій [3].

Впровадження заходів спрямованих на реалізацію вказаних напрямків здоров'язберігаючих технологій сприятиме покращенню функціонального стану організму молоді.

Здоров'язберігаючі аспекти в системі освіти – це найпотужніший резерв для забезпечення якісної освіти без шкоди для формування інтелектуально розвиненої, фізично і духовно зрілої, соціально адаптованої і психологічно стійкої особистості.

#### **Перелік використаної літератури:**

1. Алцыбеева И. А. Организация учебного процесса, позволяющая сохранить здоровье ребенка / И. А. Алцыбеева // Инновации и современные технологии в системе образования : материалы III международной научно-практической конференции 20–21 февраля 2013 года. – Прага : Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ», 2013 – С. 198-199.
2. Веретенко Т. Г. Сохраняющая здоровье организация обучения студентов в высших учебных заведениях / Т. Г. Веретенко // Вісник Запорізького національного університету: Збірник наукових статей. Педагогічні науки / Головний редактор Локарева Г.В. – Запоріжжя: Запорізький національний університет, 2010 – С. 108-112.
3. Волошко Л. Б. Здоровозберігаючі освітні технології у ВНЗ / Л. Б. Волошко, Є. В. Вишар // IX Международная научно-практическая Интернет-конференция «Наука в информационном пространстве» (10–11 октября 2013 г.) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.confcontact.com/2013-nauka-v-informatsionnom-prostranstve/pe2\\_voloshko.htm](http://www.confcontact.com/2013-nauka-v-informatsionnom-prostranstve/pe2_voloshko.htm).
4. Науменко Н. В. Валеологічні аспекти співпраці викладача та студентів в аудиторії [Текст]: 24, 2008. – (Наук. пр. Нац. ун-ту харч. технологій) // Наук. пр. Нац. ун-ту харч. технологій. – С.85–88.
5. Психологічні особливості здорового способу життя (ЗСЖ) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.horting.org.ua/node/942>.
6. Тимош І.М. Основи фізіології та психології праці / І. М. Тимош. – Тернопіль: Економічна думка, 1999. – 144 с.
7. Токтамысова А. А. Здоровьесберегающие аспекты использования образовательных технологий / А. А. Токтамысова // Инновации и современные технологии в системе образования : материалы III международной научно-практической конференции 20–21 февраля 2013 года. – Прага : Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ», 2013 – С. 199-201.

## **ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ В ГАЛУЗІ ОСВІТИ**

*Яременко Дарина Миколаївна,  
Єсипчук Вікторія Ігорівна  
м. Полтава*

**Анотація.** У статті аналізується підходи до визначення поняття «здоров'язберігаючі технології», які об'єднують в собі всі напрями діяльності освітнього закладу щодо формування, зберігання та зміцнення здоров'я учнів. Розглядається педагогічні аспекти здоров'язбереження, як якісна характеристика системи освіти. Дається визначення поняття «технологія»,

*«педагогічна технологія» та «здоров'язберігаюча технологія».*

**Ключові слова:** технологія, педагогічні технології, здоров'язберігаюча технологія, учні, навчально-виховний процес, галузь освіти.

Однією з найактуальніших проблем сьогодення в Україні є здоров'язбереження підростаючого покоління. Водночас, доводиться констатувати, що незважаючи на значну увагу з боку суспільства здоров'я учнів постійно погіршується. Кількість здорових дітей в нашій країні, за різними даними, коливається від 4 до 10%. На сьогоднішній день, 36% учнів загальноосвітніх шкіл мають низький рівень фізичного здоров'я, 34% – нижче за середній, 23% – середній, 7% – вище середнього, і лише 1% – високий. При цьому, за останні роки спостерігається тенденція до погіршення стану здоров'я школярів усіх вікових груп.

У зв'язку з цим актуалізується завдання пошуку ефективних навчальних технологій, в яких збереження здоров'я учнів є пріоритетним завданням навчально – виховного процесу. Цьому сприяє «Національна доктрина розвитку освіти» пріоритетним завданням якої є виховання людини в дусі відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих як до найвищої індивідуальної і суспільної цінності [7]. Закон України «Про загальну середню освіту» спрямовує на формування особистості учня, розвиток його здібностей і обдарувань, забезпечення повноцінного фізичного розвитку й зміцнення здоров'я [9].

Вирішення проблеми здоров'язбереження присвячено праці сучасних науковців (Волкова, Єфімова, О.Іонова), здоров'язберігаючим технологіям у підготовці майбутніх фахівців (М. Зоріна, Г. Остапенко). Проте у працях, зазначених вище науковців недостатньо уваги приділено механізмам впровадження здоров'язберігаючих технологій у навчальний процес ВНЗ.

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

На сучасному етапі розвитку освіти все частіше запроваджується технологічний підхід, який відрізняється своїми якісними характеристиками (гарантованість кінцевого результату і проектування майбутнього навчального процесу). За визначенням ЮНЕСКО технологія – це, перш за все, системний метод створення, застосувань знань з урахуванням технологічних і людських ресурсів та їх взаємовпливу, що має на меті оптимізації форм освіти. В той же час педагогічна технологія за визначенням тієї ж організації це – системний метод створення, застосування і визначення всього процесу викладення і засвоєння знань з обліком технічних і людських ресурсів і їхньої взаємодії, що ставить своєю задачею оптимізацію форм освіти [8].

Зазначимо, що терміни «педагогічна технологія» і «освітня технологія» досить часто використовуються у педагогічній літературі. У визначенні методологічного підходу до розуміння поняття «освітня технологія» ми виходимо з того, що освіта є результатом навчання і виховання, у процесі яких відбувається розвиток особистості та її соціалізація, тому поняття «освітня технологія», відображає взаємодію і взаємозумовленість освітнього середовища і є більш ширшим розумінням. Педагогічна технологія реалізується безпосередньо у педагогічній взаємодії вчителя з учнями, яка характеризується взаємопов'язаними процесами навчання, виховання й розвитку.

Дослідження освітніх технологій (організаційно-педагогічні технології, що визначають структуру навчально-виховного процесу, який запобігає перевтомі, гіподинамії та інших дезадаптаційних станів; психолого-педагогічні технології, які пов'язані з безпосередньою роботою педагога з дітьми сюди ж відносяться і психолого-педагогічний супровід всіх елементів освітнього процесу; навчально-виховні технології, що містять програми з навчання щодо турботи про своє здоров'я і формуванню культури здоров'я учнів) показали, що останнім часом все частіше спостерігається вирізнення нової групи «здоров'язберігаючі технології».

Аналізуючи визначення поняття «здоров'язбережувальна технологія» В.Єфімова [4] зробила висновок, що однозначне тлумачення терміну відсутнє. Натомість перелік визначень надзвичайно широкий, тому розглянемо декілька підходів до визначення даного поняття, описаних у виданнях останніх років. Усі підходи об'єднують декілька напрямів, де здоров'язбережувальна технологія розглядається:

– як маркер якісної характеристики освітніх технологій, показник її спрямованості на здоров'язбереження; як сукупність тих принципів, прийомів, методів – педагогічної роботи, які, доповнюючи традиційні технології навчання і виховання, наділяють їх ознакою здоров'язбереження;

– як технології навчання здоров'ю, які об'єднують формування культури здоров'я, здорового способу життя, валеологічну і гігієнічну освіту та інше;

- як сукупність оздоровчо-фізкультурних заходів;
- як урахування вікових та психофізіологічних особливостей школярів;
- як формування сприятливого освітнього середовища.

На думку автора згідно до логіки тлумачення здоров'язбережувальних технологій як освітянського феномену та сучасних підходів до визначення педагогічних технологій взагалі, поняття «здоров'язбережувальна технологія» потрібно розглядати як частину педагогічної науки, яка вивчає і розробляє мету, зміст і методи навчання здорового способу життя, яка спрямована на вирішення питань здоров'язбереження у системі освіти; як спосіб організації, модель учбового процесу, яка гарантує збереження здоров'я всіх суб'єктів навчального процесу; як інструментарій освітнього процесу, як система вказівок, які повинні забезпечити ефективність і результативність навчання разом із збереженням здоров'я учнів.

Узагальнивши погляди дослідників на сутність здоров'язбереження, О. Іонова [6] визначає здоров'язбереження в педагогічному аспекті як процес навчання і виховання, що не наносить прямої або опосередкованої шкоди здоров'ю учнів, створює безпечні й комфортні умови перебування дітей у школі, забезпечує індивідуальну освітню траєкторію дитини, запобігання стресів, перевантаження, втоми вихованців і тим самим сприяє збереженню й зміцненню здоров'я школярів. З огляду на це, здоров'язберігаючі технології – це сукупність засобів, методів, форм, прийомів організації, проведення, управління навчально-виховного процесу, спрямовані на забезпечення ефективності здоров'язбереження учнів.

Як зазначає І. Волкова [3], поняття «здоров'язберігаючі технології» об'єднують в собі всі напрями діяльності освітнього закладу щодо формування, збереження та зміцнення здоров'я учнів. Однак поняття «здоров'язберігаюча» можна віднести до будь-якої педагогічної технології, яка в процесі реалізації створює необхідні умови для збереження здоров'я суб'єктів освітнього процесу: учнів та вчителів. І найголовніше, що будь-яка педагогічна технологія має бути здоров'язберігаючою.

Погоджуємося з думкою автора, яка вважає, що здоров'язбереження повинно бути якісною характеристикою будь-якої освітньої технології. Натомість вважаємо, що згідно логіки й методології сучасних підходів до технологізації навчання, проблеми здоров'язбереження учнів слід вирішувати у конкретних навчальних технологіях, які зберігають здоров'я та спрямовані на його покращення. Для цього потрібно розробляти й впроваджувати ефективні здоров'язберігаючі технології в яких збереження та покращення здоров'я є пріоритетним завданням.

Під змістом здоров'язберігаючих технологій Т. Бойченко [1] пропонує розуміти:

- сприятливі умови навчання дитини в школі (відсутність стресових ситуацій, адекватність вимог, методик навчання та виховання);
- оптимальну організацію навчального процесу (відповідно до вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм);
- повноцінний та раціонально організований руховий режим.

На його думку сутність здоров'язберігаючих та здоров'яформуючих технологій постає в комплексній оцінці умов виховання і навчання, які здійснювати моніторинг показників індивідуального розвитку, прогнозувати можливі зміни здоров'я і проводити відповідні психолого-педагогічні, корегувальні, реабілітаційні заходи з метою забезпечення успішності навчальної діяльності та її мінімальної фізіологічної «вартості», поліпшення якості життя суб'єктів освітнього середовища.

Розглядаючи класифікацію існуючих технологій здоров'язбереження О. Ващенко [2] виокремлює такі типи:

- здоров'язберігаючі технології, що створюють безпечні умови для перебування, навчання та праці в школі та ті, що вирішують завдання раціональної організації виховного процесу (з урахування вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм), відповідність навчального та фізичного навантажень можливостям дитини;
- оздоровчі технології, спрямовані на вирішення завдань зміцнення фізичного здоров'я учнів, підвищення потенціалу (ресурсів) здоров'я: фізична підготовка, фізіотерапія, ароматерапія, загартування, гімнастика, масаж, фітотерапія, музична терапія;
- технології навчання здоров'ю – це гігієнічне навчання, формування життєвих навичок (керування емоціями, вирішення конфліктів тощо); профілактика травматизму та зловживання психоактивними речовинами, статеve виховання. Ці технології реалізуються завдяки включенню відповідних тем до предметів загально-навчального циклу, введення до варіативної частини навчального плану нових предметів, організації факультативного навчання та додаткової освіти;

– виховання культури здоров'я, тобто, виховання в учнів особистісних якостей, які сприяють збереженню та зміцненню здоров'я, формуванню уявлень про здоров'я як цінність, посиленню мотивації на ведення здорового способу життя, підвищенню відповідальності за особисте здоров'я і здоров'я родини.

Проаналізувавши дану класифікацію типів технологій здоров'язбереження та їх зміст, вважаємо, що здоров'язберігаючі технології є найбільш ширшими і включають в себе: оздоровчі технології, навчання здоров'ю та виховання культури здоров'я. Оскільки вони є складовими збереження здоров'я та спрямовані у всіх напрямках діяльності загальноосвітнього закладу з формування й зміцнення здоров'я школярів.

Виступаючи знаряддям в освітньому процесі «здоров'язберігаючі технології» об'єднують в собі педагогічні технології навчання, які створені на:

- соціальної моделі здоров'я;
- індивідуалізації навчання і виховання;
- диференції учнів згідно до вікових, психологічних та психофізіологічних особливостей, особистісних потреб та інтересів;
- інноваційних методах і формах навчання, сприятливих до збереження здоров'я кожної дитини; створенні емоційно та гігієнічно сприятливого середовища;
- формуванні у школярів самоохоронної поведінки та навичок, які сприяють збереженню здоров'я [5].

Створення і реалізація здоров'язберігаючих технологій – важлива соціально-педагогічна проблема. Її вирішення зачіпає нагальні питання суспільства та системи освіти, оскільки в сучасних умовах особливого значення набувають проблеми зміцнення й формування здоров'я учнів, орієнтації учнів на ведення здорового способу життя.

Таким чином, узагальнюючи дослідження різних авторів з даного питання, на нашу думку «здоров'язберігаюча технологія» це – сукупність засобів, методів, форм, методичних прийомів організації, проведення і управління навчально-виховним процесом, спрямованих на збереження, формування та зміцнення здоров'я учнів.

Підводячи підсумок вищесказаного можна зробити наступні висновки.

1. На сучасному етапі розвитку освіти все частіше запроваджується технологічний підхід, який відрізняється своїми якісними характеристиками (гарантованістю кінцевого результату і проектуванням майбутнього навчального процесу).

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

3. Поняття «здоров'язбережувальні технології» потрібне розглядати як частину педагогічної науки, яка вивчає і розробляє цілі, зміст і методи навчання здорового способу життя.

4. «Здоров'язберігаюча технологія» – це сукупність засобів, методів, форм, методичних прийомів організації, проведення і управління навчально-виховним процесом, спрямованих на збереження, формування та зміцнення здоров'я учнів.

В подальших дослідженнях слід розглянути визначення сутності й складових здоров'я та здоров'язберігаючих технологій на сучасному етапі розвитку освіти і науки.

#### **Перелік використаної літератури:**

1. Бойченко Т. Валеологія – мистецтво бути здоровим [Текст] / Т.Бойченко // Здоров'я та фізична культура. – 2005. – №2. – С. 1-4.
2. Ващенко О. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі [Текст] / О. Ващенко, С. Свириденко // Здоров'я та фізична культура. – 2006. – №8. – С. 1-6.
3. Волкова І. В. Поняття «здоров'язберігаючі технології» та їх класифікації [Електронний ресурс] / І. В. Волкова – Режим доступу: <<http://edu-post-diploma: Kharkov. Ua>>. – Загол. з екрану. – Мова укр.
4. Єфімова В. М. Здоров'язбережувальні технології у контексті педагогічних досліджень [Електронний ресурс] / В. М. Єфімова. – Режим доступу : <http://www.nbu.gov.ua/portal/soc..gum/ppmb/texts/2010...1/10yvmcpi.pdf>. – Загол. з екрану. – Мова укр.
5. Зогіна О.М. Здоров'язберігачі технології в підготовці майбутнього фахівця [Електронний ресурс] / О. М. Зогіна – Режим доступу: <http://www.nbu.gov.ua/portal/soc...gum/pipo/2011-30-31/11zmotfs.pdf>. – Загол. з екрану. – Мова укр.
6. Іонова О. М. Здоров'язбереження особистості як психолого-педагогічна проблема [Електронний ресурс] / О. М. Іонова – Режим доступу: <http://www.nbu.gov.ua/portal/soc...gum/ppmb/texts/2009-01/09iomprrp.pdf>. – Загол. з екрану. – Мова укр.
7. Національна доктрина розвитку освіти [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/347/2002/> - Загол. з екрану. – Мова укр.

8. Педагогічні технології навчання [Електронний ресурс] . – Режим доступу: <http://socgum/mdpu.org.ua/index.php?option=com..mtree&task=viewlink&linkid=2592&Itemid=0>>. – Загол. з екрану. – Мова укр.

9. Про загальну середню освіту [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/651-14>. – Загол. з екрану. – Мова укр.

## **ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ ЯК УМОВА УСПІШНОГО РОЗВИТКУ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ**

*Маркіна Інна Вячеславівна  
м. Полтава*

**Анотація:** У школярів доцільно формувати культуру здоров'я як головну умову культурного і духовного становлення особистості, а це можливо лише за умови раціональної організації освітнього процесу. Діяльність педагога щодо збереження й зміцнення здоров'я учнів лише тоді може вважатися повноцінною та ефективною, якщо в повній мірі професійно й творчо в єдиній системі реалізуються здоров'язберігаючі технології.

**Ключові слова:** здоров'я дітей, позитивні емоції, культура здоров'я, методи здоров'язберігаючого впливу, здоров'язберігаючі освітні технології, інтерактивні технології навчання, збереження фізіологічного здоров'я учнів, психогімнастика, казкотерапія, музикотерапія.

Збереження та зміцнення морального, фізичного та психічного здоров'я вихованців є одним із першочергових завдань загальноосвітньої школи, на що наголошує Концепція загальної середньої освіти.

Здоров'я дітей – одне з основних джерел щастя, радості і повноцінного життя всього суспільства. В Національній доктрині розвитку освіти України в ХХІ столітті зазначається, що пріоритетним завданням системи освіти є навчання людини відповідальному ставленню до власного здоров'я та здоров'я оточуючих. Здоров'я дитини, її соціально-психологічна адаптація, нормальне зростання і розвиток багато в чому визначаються середовищем, у якому вона живе. Для дитини таким середовищем є школа, оскільки тут дитина проводить більшу частину часу.

Для забезпечення високих показників здоров'я у школярів доцільно формувати культуру здоров'я як головну умову культурного і духовного становлення особистості, а це можливо лише за умови раціональної організації освітнього процесу. Діяльність педагога щодо збереження й зміцнення здоров'я учнів лише тоді може вважатися повноцінною та ефективною, якщо в повній мірі професійно й творчо в єдиній системі реалізуються здоров'язберігаючі технології.

Поняття «здоров'язберігаючі технології» об'єднує у собі всі напрямки діяльності загальноосвітнього навчального закладу щодо формування, збереження та зміцнення здоров'я.

Аналіз класифікацій існуючих здоров'язберігаючих технологій дає можливість відокремити такі їх типи: здоров'язберігаючі, оздоровчі, технології навчання здоров'ю, виховання культури здоров'я.

Сутність здоров'язберігаючих технологій постає в комплексній оцінці умов виховання і навчання, які дозволяють зберігати наявний стан учнів, формувати більш високий рівень їхнього здоров'я, навичок здорового способу життя, здійснювати моніторинг показників індивідуального розвитку, прогнозувати можливі зміни здоров'я і проводити відповідальні психолого-педагогічні, корегувальні, реабілітаційні заходи з метою забезпечення успішної навчальної діяльності.

Знання та застосування здоров'язберігаючих технологій є важливою складовою професійної компетентності сучасного педагога, який у тісному взаємозв'язку з учнями, батьками, психологами, медичними працівниками спроможний створити здоров'язберігаюче освітнє середовище, у якому кожен учасник зацікавлений у збереженні й зміцненні здоров'я вихованців.

Мета всіх здоров'язберігаючих освітніх технологій – сформувати в учнів необхідні знання, вміння та навички здорового способу життя, навчити їх використовувати отримані знання у повсякденному житті.

Здоров'язберігаючі технології дозволяють: