

підростаючий громадянин повинен зміцнитися в думці про те, що саме він відповідальний за своє власне здоров'я і повинен розглядати його як вищу цінність. Тому що його здоров'я – це тривалість періоду життя на землі, це життєвий успіх і особисте щастя.

Отже, на сучасному етапі особливо важливим є використання найраціональніших підходів до навчання дітей у школі, що забезпечують збереження їхнього здоров'я. Тільки формування культури здоров'я школярів на індивідуальній основі із застосуванням здоров'язберігаючих технологій допоможе забезпечити високі показники здоров'я підростаючого покоління, що має велике національне значення.

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

1. Бойченко Т. Валеологія – мистецтво бути здоровим // Здоров'я та фізична культура / Т. Бойченко. – 2005. – № 2. – С. 1–4.
2. Ващенко О. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі // Здоров'я та фізична культура / О. Ващенко, С. Свириденко. – 2006. – №8. – С. 1–6.
3. Інтерактивні технології навчання: теорія, практика, досвід: метод. посіб. авт. – укл.: О. Пометун, Л. Пироженко. – К.: А.П.Н.; 2002. – 136 с.
4. Пометун О. Сучасний урок: інтерактивні технології навчання / О. Пометун, Л. Пироженко. – К.: А.С.К., 2004. – 192 с.

## **УПРОВАДЖЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ ОСВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ НА УРОКАХ МАТЕМАТИКИ**

*Патинка Наталія Едуардівна  
м. Полтава*

***Анотація :** Здоров'я дітей – це загальна проблема медиків, педагогів і батьків. І розв'язання цієї проблеми також залежить від упровадження в навчальний процес здоров'язберігаючих технологій. Під здоров'язберігаючими освітніми технологіями в широкому сенсі слова слід розуміти всі ті технології, використання яких в освітньому процесі буде корисним для здоров'я учнів.*

***Ключові слова:** здоров'я, здоров'язбережувальні освітні технології, математика, правильна організація уроку, гігієнічні умови уроку.*

Здоров'язберігаючі освітні технології – це системний підхід до навчання і виховання, побудований на прагненні педагога не завдати шкоди здоров'ю учнів. Тобто, це реалізація на практиці принципів і методів здоров'язберігаючої педагогіки, в основі якої лежить пріоритет турботи про здоров'я учнів і педагогів (в їх нерозривному взаємозв'язку).

Збереження та зміцнення морального, фізичного та психічного здоров'я учнів є одним із першочергових завдань загальноосвітньої школи, на що наголошує Державний стандарт базової і повної загальної середньої освіти.

Здоров'я дітей – одне з основних джерел щастя, радості і повноцінного життя батьків, вчителів, суспільства в цілому. Для України головною проблемою, яка пов'язана з майбутнім держави, є збереження і зміцнення здоров'я дітей та учнівської молоді. Турботу викликає різке погіршення стану фізичного та розумового розвитку підростаючого покоління, зниження рівня народжуваності й тривалості життя, зростання смертності, особливо дитячої.

Здоров'язберігаючі освітні технології – це системний підхід до навчання і виховання, побудований на прагненні педагога не завдати шкоди здоров'ю учнів. Тобто, це реалізація на практиці принципів і методів здоров'язберігаючої педагогіки, в основі якої лежить пріоритет турботи про здоров'я учнів і педагогів (в їх нерозривному взаємозв'язку).

За останнє десятиріччя чітко спостерігаються такі фактори, які впливають на стан здоров'я учнів, а саме: зростання навчального навантаження, вільний час діти все більше проводять за переглядом фільмів, за комп'ютерними іграми. Усе це призводить до гіподинамії, порушення постави, порушення зору. Сучасна медицина займається не здоров'ям, а хворобами, не профілактикою, а лікуванням. Завдання ж школи – зберегти, зміцнити здоров'я учнів, сформувавши в них відповідальне ставлення до власного здоров'я.

Діяльність учителя щоденно повинна бути орієнтована на формування в дітей стійкої позиції, що передбачає визначення цінності здоров'я, почуття відповідальності за збереження й

зміцнення власного здоров'я, поглиблення знань, умінь та навичок, пов'язаних з усіма складовими здоров'я (фізична, соціальна, психічна, духовна). Формування в учнів компетентного ставлення до власного здоров'я неможливе без реалізації здоров'язберігаючої складової під час проведення уроків.

Реалізація здоров'язберігаючої складової на уроках математики здійснюється через:

- фізкультхвилинки, рухливі ігри, фізкультпаузи (оздоровчу рухливу діяльність);
- контроль та самоконтроль за правильною поставою під час письма, читання, тощо;
- використання вправ щодо профілактики сколіозу, запобігання гіподинамії;
- виконання дихальних вправ;
- виконання гімнастики для очей.

Впровадження здоров'язберігаючих технологій потребує від учителя, по-перше, не допускати перевантаження учнів, визначаючи оптимальний обсяг навчальної інформації й способи її надання, враховувати інтелектуальні та фізіологічні особливості учнів. Треба намагатися планувати такі види роботи, які сприяють зниженню втоми.

Здоров'язберігаючі технології передбачають:

– зміну видів діяльності, чергування інтелектуальної, емоційної, рухової видів діяльності;

– групової й парної форм роботи, які сприяють підвищенню рухової активності, вчать вмінню поважати думки інших, висловлювати власні думки, правилам спілкування;

– проведення ігор та ігрових ситуацій, нестандартних уроків, інтегрованих уроків.

Під здоров'язберігаючими технологіями вчені пропонують 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.

Впровадження здоров'язберігаючих освітніх технологій пов'язано з використанням медичних (медико-гігієнічних, фізкультурно-оздоровчих, лікувально-оздоровчих), соціально-адаптованих, екологічних здоров'язберігаючих технологій та технологій забезпечення безпеки життєдіяльності. Від *правильної організації уроку*, рівня його раціональності багато в чому залежить функціональний стан школярів у процесі навчальної діяльності, можливість тривало підтримувати розумову працездатність на високому рівні та запобігати передчасному стомленню.

Не можна забувати і про *гігієнічні умови уроку*, які впливають на стан здоров'я учнів і вчителя.

Отже, людина наділена свідомістю, здатністю до творчості і свободи вибору. Варто боротись за здоров'я, бо зміцнення нашого здоров'я – це стратегія всієї нашої життєдіяльності. Життя доводить, що освіта та здоров'я тісно пов'язані. І, надарма, проведена аналогія між школою та організмом людини, в якому серцево-судинною системою є діти, що наповнюються життєвими силами і здоров'ям кровоносною системою, тобто педагогічними кадрами з їх кваліфікацією. Кістково-м'язовою системою цього організму є навчально-виховний процес на уроці і в позаурочній діяльності, системою дихання – стосунки між учасниками педагогічного процесу, нервовою системою – управління закладом і учнівське самоврядування. І тільки завдяки злагодженій роботі всіх систем та органів можна говорити про здоров'я організму в цілому. Потрібно намагаючись зробити навчально-виховний процес цілісним, і впроваджувати здоров'язберігаючі технології на уроці та в позаурочний час.

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

1. Богосвятська А.І. Здоров'язбережувальні та здоров'ятворчі технології на уроках світової літератури // Зарубіжна література. – 2012. – №6. – С. 14–16.
2. Ващенко О., Свириденко С. Організація здоров'язберігаючої діяльності початкової школи // Початкова освіта. – 2005. – № 46. – С.2–4.
3. Успенська В. Впровадження здоров'язберігальних технологій у загальноосвітньому навчальному закладі. // Рідна школа. – 2009. – № 4. – С. 44–48.