

5. Киричук О. В. Концепція виховання підростаючого покоління суверенної України / О. В. Киричук // Рідна школа. – 1995. – №5.
6. Кравченко Л. Вплив різнобічного фізичного виховання на розвиток фізичних і моральних якостей учнів / Л. Кравченко // Здоров'я та фізична культура. – 2009. – №9 (141).
7. Самусь Т. В. Аналіз педагогічних умов формування здоров'язбережувальних компетенцій майбутніх інженерів-педагогів / Т. В. Самусь // Молодий вчений. – 2014. – №7(10). – С. 167 – 169.
8. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. – Тернопіль: Навчальна книга «Богдан», – 2001. – Ч.2. – 248 с.

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ АСПЕКТИ СУЧАСНОГО УРОКУ

*Марченко Катерина Олександрівна
м. Полтава*

***Анотація.** Найцінніше, що може мати людина в житті, – це здоров'я. Виробити в дітей активну життєву позицію, зміцнити їх фізично, духовно та психічно – найважливіші завдання педагогів. Упровадження у навчальний процес здоров'язбережувальних технологій дозволяє досягнути позитивних змін у стані здоров'я дітей. Правильна організація навчання дає можливість запобігти перевантаженню і втомленості у школярів. Пропаганда здорового способу життя, прищеплення елементарних практичних навичок надання першої медичної допомоги допомагає дітям усвідомити важливість збереження здоров'я.*

***Ключові слова:** здоров'я, здоров'язбережувальні технології, здоров'язберігаюча спрямованість уроку, здоровий спосіб життя.*

На сучасному етапі людина, її життя і здоров'я визначаються як найвищі людські цінності, бо саме вони є показником цивілізованості суспільства, головним критерієм ефективності діяльності всіх його сфер.

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.

За сучасними науковими підходами структурними складовими здоров'я визначено:

- фізичне здоров'я, що розглядається як поточний стан функціональних органів і систем організму;
- психічне здоров'я – стан психічної сфери людини, який характеризується загальним душевним комфортом, забезпечує адекватну регуляцію поведінки й обумовлений потребами біологічного і соціального характеру;
- соціальне здоров'я – система цінностей, настанов і мотивів поведінки в соціальному середовищі.

Поняття «здоров'язберігаючі технології» об'єднує в собі всі напрями діяльності загальноосвітнього закладу щодо формування, збереження та зміцнення здоров'я учнів. У ході розробки проекту вчителями ретельно опрацьована теоретична база.

Під здоров'язбережувальними 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'язбережувальних освітніх технологій пов'язано з використанням медичних (медико-гігієнічних, фізкультурно-оздоровчих, лікувально-оздоровчих), соціально-адаптованих, екологічних здоров'язбережувальних технологій та технологій забезпечення безпеки життєдіяльності.

Основна роль у здоров'язбережувальній діяльності будь-якого освітнього закладу відводиться грамотній організації навчального процесу. Кожен педпрацівник повинен працювати за моделлю здоров'язбережувального середовища, найбільш значимими компонентами якої є:

- створення комфортних умов навчання (розклад уроків, перерв, режимні моменти);
- використання оздоровчих методик, які регулюють рухову активність, і прийомів реабілітації розумової і фізичної працездатності.

Аналіз існуючих здоров'язбережувальних технологій дає можливість виокремити такі типи:

- здоров'язбережувальні технології, що створюють безпечні умови для перебування, навчання та праці в школі;
- оздоровчі – технології, спрямовані на вирішення завдань зміцнення фізичного здоров'я учнів, підвищення потенціалу (ресурсів) здоров'я;
- технології навчання здоров'ю – гігієнічне навчання, формування життєвих навичок;
- виховання культури здоров'я – 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, здоров'я родини.

Ураховуючи вищезазначене, критеріальними показниками сучасного здоров'язбережувального уроку є: санітарно-гігієнічні, організаційно-навчальні, психологічні та навчально-методичні.

Отже, сучасний урок має бути здоров'язбережувальним, здоров'яформуючим, здоров'язміцнюючим, спрямованим на формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя, учити культури здоров'я на засадах розвитку життєвих навичок. Такий підхід до сучасного уроку зобов'язує вчителя бути взірцем здорової людини.

Тільки в тісному взаємозв'язку з учнями, батьками, медичними працівниками, практичними психологами, соціальними педагогами, усіма тими, хто зацікавлений у збереженні і зміцненні здоров'я дітей і молоді, педагоги спроможні створити здоров'язбережувальне освітнє середовище.

Перелік використаної літератури:

1. Безруких М. М. Здоров'єсберегаюча школа. / М. М. Безруких. – М.: Московський психолого-соціальний інститут, 2004. – С. 83.
2. Вашенко О. Здоров'язберігаючі технології в загальноосвітніх навчальних закладах / О. Вашенко, С. Свириденко // Директор школи. – 2006. – №20. – С. 12 – 15
3. Пометун О. І., Пирожено Л. В. Сучасний урок. Інтерактивні технології навчання: науково-методичний посібник. – К.: А.С.К., 2004. – 192 с.

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ В ШКОЛЯРІВ

*Шиян Юлія Анатоліївна
м. Полтава*

Анотація. У даній статті проаналізовано та узагальнено досвід роботи у формуванні здорового способу життя школярів. А також про роль системи шкільної освіти у формуванні здорового способу життя та профілактиці негативних явищ серед дітей та підлітків.

Ключові слова: здоров'я, здоровий спосіб життя, збереження здоров'я.

Сучасна наука розглядає здоров'я особистості як складний феномен глобального значення, що містить філософський, соціальний, економічний, біологічний, медичний аспекти, і виступає як індивідуальна й суспільна цінність, динамічне явище системного характеру, що постійно взаємодіє з оточуючим середовищем, яке, в свою чергу, постійно змінюється. Тобто, за сучасними уявленнями, здоров'я вже не розглядається як суто медична проблема. Більше того, вважається, що комплекс медичних аспектів становить лише малу частку феномена здоров'я [1].

Так, узагальнені результати численних наукових досліджень залежності здоров'я особистості від різних чинників впливу доводять, що рівень розвитку й стану системи охорони здоров'я в будь-якому суспільстві зумовлює, в середньому, лише близько 10 % всього комплексу впливів. Решта, 90 %, припадає на умови зовнішнього середовища (близько 20 %) , на спадковість (близько 20 %) і найбільша - на спосіб життя (50 %).

Здоров'я дітей – основа розвитку держави. Тому саме медичні аспекти збереження здоров'я мають істотно більше значення в дитинстві, ніж у подальших вікових групах. Вчені стверджують, що за останні 5 років захворювання в Україні виросли на 25 %, інвалідність - на 21 %. За оцінкою медиків, практично здоровими закінчують школу лише 8-10 % учнів. Останніми роками відбувається активний процес зменшення віку курців. Уже до 18 років 7 % юнаків та 8 % дівчат мають досвід куріння, що не може не впливати на стан їхнього фізичного здоров'я та