

## **ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ ДЛЯ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ В СУЧАСНОМУ ОСВІТНЬОМУ ПРОСТОРІ**

Здоров'я людей належить до числа як локальних, так і глобальних проблем, які мають життєво важливе значення для кожної людини, кожної держави й для всього людства в цілому. Сьогодні в усьому цивілізованому світі встановлюється культ здоров'я, дбайливого ставлення до можливостей людського організму, що даровані йому природою.

Для суспільства й держави економічно вигідніше не боротися з наслідками, що свідчать про руйнування здоров'я учнів, а докласти максимум зусиль для того, щоб насамперед через систему освіти, безпосередньо через її зміст, впливати на умови формування культури їхнього здоров'я. У зв'язку з цим у сучасній системі освіти України відбуваються глибокі й радикальні зміни змісту освіти з питань формування культури здоров'я учнів, насамперед молодшого шкільного віку.

Освітня галузь здоров'я і фізична культура спрямована на формування, збереження й зміцнення здоров'я у всіх його аспектах і має велике освітнє, виховне, оздоровче й культурологічне значення для учнів початкової школи. Принципи, що лежать в основі побудови змісту освітньої галузі здоров'я і фізична культура, і визначаються загальними вимогами дидактики. Ці принципи забезпечують спрямованість змісту освітньої галузі на реалізацію освітніх, оздоровчих, виховних і розвивальних цілей навчання, побудови на основі наукової методології в орієнтації на сучасне досягнення науки і культури.

Аналіз розвитку сучасної системи шкільної освіти в Україні показує, що незважаючи на лавину новацій в системі навчання та виховання, галузі фізичного виховання вони мало стосуються. Навчально-виховний процес загальноосвітньої школи все більше перевантажується предметами, які розвивають тільки розумову діяльність, і при цьому зовсім не враховується зниження рівня фізичного розвитку сучасних дітей і погіршення стану їхнього здоров'я. У той же час відхилення в шкільній практиці від мети фізичного виховання і зведення його до суто нормативного підходу, що спостерігається в останні роки, не тільки суперечить ідеї формування гармонійно розвиненої особистості, але й підсилює і без того критичний стан здоров'я учнів.

Існуючі підходи формування теоретичних знань з основ здорового способу життя не завжди враховують психофізіологічні особливості розвитку і інтереси дітей молодшого шкільного віку. Тому пошук сучасних інноваційних підходів до процесу формування теоретичних знань є необхідною складовою фізкультурної освіти, яка значною мірою впливає на залучення дітей до занять фізичною культурою.

На сучасному етапі розвитку загальноосвітньої школи значне місце приділяється впровадженню в навчально-виховний процес інноваційних технологій, орієнтованих на перспективу розвитку нетрадиційних форм та систем оздоровлення що допоможе учням встановити зв'язки з природою, навчитись керувати своїми емоціями, поведінкою, рухами, досягти гармонії між тілом і духом.

Мета роботи та успіх обраного напрямку роботи, з використанням інноваційних технологій в системі фізичного виховання безперечно залежить від самого вчителя – його професіоналізму творчості й майстерності, і безперечно, бажання впроваджувати цей напрямок розвитку дитини в практику своєї професійної діяльності.

Розв'язання проблеми збереження здоров'я та забезпечення гармонійного розвитку особистості в навчальних закладах є досить актуальною проблемою і має великий практичний інтерес. Перед фізичною культурою, як основою забезпечення зміцнення здоров'я дітей, висуваються нові завдання, які потребують розробки сучасних педагогічних технологій щодо організації системи фізичного виховання в загальноосвітніх школах.

У класифікації освітніх технологій (управлінської діяльності, організації навчального процесу, виховної роботи та ін.) останнім часом виокремилася нова група – здоров'язберігаючі технології.

Слід зазначити, що здоров'язберігаюча педагогіка не може бути представлена як конкретна освітня технологія. Разом з тим, поняття „здоров'язберігаючі технології” об'єднує в собі всі напрями діяльності загальноосвітнього закладу з формування, збереження та зміцнення здоров'я учнів.

Деякі науковці розглядають це поняття, виходячи з розуміння технології як певного прийому, методу, методики; інші розуміють його як сукупність певних технік, за допомогою яких реалізується освітнє чи інше педагогічне завдання; як опис процесу досягнення запланованих результатів, сукупність яких відображає певні зміни в здоров'ї учасників педагогічної взаємодії.

Інші науковці під здоров'язберігаючими технологіями пропонують розуміти:

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

Аналіз існуючих здоров'язберігаючих технологій дає можливість виокремити наступні типи технологій у сфері збереження та зміцнення здоров'я:

1. Здоров'язберігаючі – ті, що створюють безпечні умови для перебування, навчання та праці в школі, та ті, що вирішують завдання раціональної організації виховного процесу, відповідності навчального та фізичного навантаження можливостям дитини. До конкретних методів належать: диспансеризація учнів; профілактичні щеплення; забезпечення

рухової активності; вітамінізація, організація здорового харчування (включаючи дієтичне); заходи санітарно-гігієнічного характеру, пов'язані з респіраторно-вірусними інфекціями, зокрема грипом.

2. Оздоровчі – технології, спрямовані на зміцнення фізичного здоров'я учнів, підвищення потенціалу (ресурсів) здоров'я: фізична підготовка, фізіотерапія, аромотерапія, загартування, гімнастика, масаж, фітотерапія, музикотерапія.

Деякі методи (фітотерапія та гімнастика) залежно від характеру впливу та способів застосування і категорій учнів можуть використовуватись як у межах здоров'язберігаючих, так і в межах оздоровчих технологій.

3. Технології навчання здоров'ю – гігієнічне навчання (раціональне харчування, догляд за тілом тощо); формування життєвих навичок (керування емоціями, вирішення конфліктів тощо); профілактика травматизму та зловживання психоактивними речовинами; статеве виховання. Ці технології реалізуються завдяки включенню відповідних тем до предметів загально-навчального циклу; введенню до варіативної частини навчального плану нових предметів; організації факультативного навчання та додаткової освіти.

4. Виховання культури здоров'я – виховання в учнів особистісних якостей, які сприяють збереженню та зміцненню здоров'я, формування уявлень про здоров'я як цінність, посилення мотивації на ведення здорового способу життя, підвищення відповідальності за особисте здоров'я, здоров'я родини.

Ці технології можуть бути представлені за ієрархічною структурою з урахуванням того, яким чином кожен учень залучений до навчального процесу:

- позасуб'єктні: технології раціональної організації навчального процесу, формування здоров'язберігаючого виховного середовища, форми організації здорового харчування (включаючи дієтичне);

- ті, що відзначаються пасивною участю учнів: фітотерапія, офтальмо-тренажери тощо;

- ті, що здійснюються за активної позиції учнів: різні види гімнастики, технології навчання здоровому способу життя, виховання культури здоров'я.

Для досягнення мети здоров'язберігаючих освітніх технологій застосовуються такі групи засобів:

- рухової спрямованості (фізичні вправи, фізкультхвилинки, динамічні перерви, лікувальна фізкультура, рухливі ігри та ін.);

- оздоровчі сили природи (сонячні та повітряні ванни, водні процедури, фітотерапія, інгаляція, вітамінотерапія та ін.);

- гігієнічні (виконання санітарно-гігієнічних вимог; особиста та загальна гігієна, дотримання режиму дня та режиму рухової активності, режиму харчування та сну тощо).

Систематичний вплив на організм та психіку учнів може бути успішним лише за умови доцільного використання методів здоров'язберігаючого впливу.

У здоров'язберігаючих освітніх технологіях застосовуються дві групи методів: специфічні (притаманні тільки процесу навчання) та загально-педагогічні (застосовуються в усіх випадках навчання та виховання). Серед специфічних методів на основі існуючої педагогічної практики можна

виокремити такі: оповідання, дидактичне оповідання, лекція, демонстрація, ілюстрація, практичний метод, ігровий метод, активні методи навчання та ін.

У структурі методу виокремлюють певні прийоми як його складові, які класифікуються наступним чином:

- профілактично-захисні (особиста гігієна та гігієна навчання);
- компенсаторно-нейтралізуючі (фізкультхвилинки, оздоровча, дихальна, коригуюча гімнастики; масаж та ін.);
- стимулюючі (елементи загартування, фізичні навантаження);
- інформаційно-навчальні (листи, що адресуються батькам, учням).

Використання методів та прийомів залежить від професійних здібностей учителя, його особистої зацікавленості; від регіональних та місцевих умов.

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

У навчальному закладі найбільш доцільними є технології, які: мають за основу комплексний характер збереження здоров'я; беруть до уваги більшість факторів, що впливають на здоров'я; враховують вікові та індивідуальні особливості учнів; постійно покращують санітарно-гігієнічні умови навчального закладу, матеріально-технічну та навчальну базу, соціально-психологічний клімат у колективі відповідно до сучасних вимог; заохочують учнів до участі в плануванні оздоровчої діяльності навчального закладу та до аналізу виконаної роботи; залучають батьків до збереження та зміцнення здоров'я дітей.

Вирішення проблеми збереження здоров'я дітей та підлітків потребує тільної уваги всіх зацікавлених у цьому педагогів, медиків, батьків, представників громадськості. Однак особливе місце та відповідальність з оздоровчій діяльності відводиться освітній системі, яка повинна й має всі можливості для того, щоб зробити освітній процес здоров'язберігаючим.

Розробка сучасних інноваційних технологій і їх втілення в систему фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку сприяє підвищенню ефективності фізкультурно-оздоровчих занять, уроку фізичної культури, самостійних занять, рівня мотивації до занять фізичною культурою і спортом, вдосконалення організаційної структури в системі взаємодії сім'ї і школи.

Реалізація освітньої галузі здоров'я і фізична культура на практиці в шкільній освіті впливає на розвиток усіх сторін особистості дітей молодшого шкільного віку: формування їх інтелекту, духовних, психічних і фізичних якостей, сприяє формуванню в учнів високого рівня культури здоров'я. Це, у свою чергу, є запорукою того, що майбутнє покоління зможе цілком реалізувати свій духовний, інтелектуальний і фізичний потенціал на благо України.