

Танасійчук Н. В.
*викладч кафедри медико-біологічних
основ фізичної культури
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини*

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ НАВЧАННЯ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ШКОЛЯРІВ

Анотація. У статті розкрито поняття «здоров'язберігаючі технології», розглянуто типи та завдання здоров'язберігаючих технологій.

Здоров'язберігаючі технології не є чимось невідомим, таємним, чудодійним. Грамотно складений розклад уроків, використання вчителями на уроках та на перервах прийомів рухової активності, нейтралізації стресів, організації гарячого харчування, зв'язок навчального матеріалу з життям, озброєння учнів валеологічними та екологічними знаннями – це повсякденна діяльність школи.

Практика показує, що процес формування свідомого ставлення до власного здоров'я потребує обов'язкового поєднання інформаційного й мотиваційного компонентів із практичної діяльності учнів, що сприятиме оволодінню дітьми необхідними здоров'язберігаючими вміннями і навичками.

Сучасна освіта характеризується широким впровадженням технологічного підходу. І це є об'єктивним процесом, новим етапом в еволюції освіти, на якому будуть переглянуті підходи до супроводу і забезпечення процесу природного розвитку дитини [2; с.1].

Будь яка педагогічна технологія має відповідати основним критеріям технологічності, концептуальності, системності, керованості, ефективності, відтворюваності.

Однак, необхідно розуміти, що нова якість освіти, яка забезпечила б розвиток сучасного суспільства, може бути досягнута лише при створенні певних умов організації такого навчально-виховного процесу, який не зашкодить здоров'ю дітей та молоді, а буде спрямований на збереження, зміцнення і формування здоров'я учасників навчально-виховного процесу.

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.

Сьогодні в школі гостро стоїть проблема збереження здоров'я учнів і тому в традиційній системі освіти виділяють здоров'язберігаючі технології, які належать до групи педагогічних, що посилюють соціально – виховну функцію освітньої установи.

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. [1, 3]

Поняття «здоров'язберігаючі технології» об'єднує в собі всі напрями діяльності загальноосвітнього закладу щодо формування, збереження та зміцнення здоров'я учнів [4; с. 10].

Слід зазначити, що впровадження здоров'язберігаючих освітніх технологій пов'язано з використанням медичних, соціально-адаптованих, екологічних здоров'язберігаючих технологій та технологій забезпечення безпеки життєдіяльності [4; с. 156].

Сутність здоров'язберігаючих та здоров'яформуючих 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 відповідні психолого-педагогічні, корегувальні, реабілітаційні заходи з метою забезпечення успішності навчальної діяльності та її мінімальної фізіологічної «вартості», поліпшення якості життя суб'єктів освітнього середовища.

Типи здоров'язберігаючих технологій:

- здоров'язберігаючі – технології, що створюють безпечні умови для перебування, навчання та праці в школі та ті, що вирішують завдання раціональної організації виховного процесу,

відповідність навчального та фізичного навантажень можливостям дитини;

-оздоровчі – технології, спрямовані на вирішення завдань зміцнення

фізичного здоров'я учнів, підвищення потенціалу здоров'я: фізична підготовка, фізіотерапія, аромотерапія, загартовування, гімнастика, масаж, фітотерапія, музична терапія;

-технології навчання здоров'ю – гігієнічне навчання, формування життєвих навичок, профілактика травматизму та зловживання психоактивними речовинами, статеве виховання.

Знання, володіння і застосування здоров'язберігаючих технологій є важливою складовою професійної компетентності сучасного педагога. Учителі у тісному взаємозв'язку з учнями, батьками, медичними працівниками, практичними психологами, соціальними педагогами та соціальними працівниками, усіма тими, хто зацікавлений у збереженні і зміцненні здоров'я дітей, спроможні створити здоров'язберігаюче освітнє середовище, центром якого буде – школа сприяння здоров'ю. Діяльність учителя поурочно повинна бути орієнтована на формування в дітей стійкої позиції, що передбачає визначення цінності здоров'я.

Завдання здоров'язберігаючих технологій – забезпечити випускникові школи високий рівень здоров'я, сформувати культуру здоров'я, тоді атестат про середню освіту буде дійсною путівкою в щасливе самостійне життя, свідченням уміння молодої людини піклуватися про своє здоров'я і дбайливо ставитися до здоров'я інших людей.

Знання, володіння і застосування здоров'язберігаючих технологій є важливою складовою професійної компетентності сучасного педагога. Своєчасне та успішне формування рухової функції людини має першочергове значення для повноцінного фізичного розвитку.

Правильний фізичний розвиток – фізіологічний та педагогічний процес, спрямований на досягнення фізичної досконалості, зміцнення здоров'я, підготовку підростаючого покоління до дорослого життя та праці.

У процесі фізичного виховання створюються позитивні умови для успішного засвоєння дітьми стійких навичок поведінки. Зв'язок фізичного виховання з розумовим передбачає повідомлення дітям

певних знань з фізичної культури, зокрема правил рухливих ігор, найраціональніших способів виконання рухів.

З особливою чіткістю виявляється зв'язок фізичного виховання з трудовим, адже в основі трудової діяльності лежать різноманітні рухи. Удосконалення рухового апарату дитини підвищує працездатність організму.

Під час виконання фізичних вправ чіткішими стають оцінки простору, у дітей розвивається почуття ритму, підвищується точність і чіткість рухів та ін. Усе це створює необхідні передумови для кращого сприймання навколишнього середовища і певною мірою впливає на естетичний розвиток.

На виховання естетичних почуттів значною мірою впливає музика, яка супроводжує заняття та ранкову гімнастику. Вона сприяє ритмічнішому й координованішому виконанню рухів, задає темп вправ, допомагає виконати їх виразніше. Усе це поліпшує настрій дітей, викликає в них загальне емоційне піднесення.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Бойченко Т. Валеологія – мистецтво бути здоровим // Здоров'я та фізична культура. – 2005. – №2. – С. 1-4.
2. Ващенко О., Свириденко С. Організація здоров'язберігаючої діяльності початкової школи / О. Ващенко, С. Свириденко. // Початкова освіта. – № 46 (334). – 2005. – С. 2 – 4.
3. Ващенко О., Свириденко С. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі // Здоров'я та фізична культура. – 2006. – №8. – С. 1-6.
4. Освітні технології: Навчально-методичний посібник / О. М. Пехота, А. З. Кіктенко, О. М. Любарська та ін.; За заг. ред. О. М. Пехоти. – К.: А.С.К., 2001. – 256 с.