ТЕОРЕТИЧНІ ТА МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ

ЗДОРОВ’ЯЗБЕРЕЖЕННЯ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ

Шутько В.В.Письменна О.І.

Одним з головних завдань сучасної системи освіти є турбота про

здоров’я зростаючого покоління, виховання в учнів культури здоров’я,

усталених звичок здорового способу життя. У ряді державних документів

наголошується на особливій важливості формування здоров’я особистості

через освіту. Основними вимогами до використання

здоров’язбережувальних технологій у процесі навчання і виховання є:

урахування індивідуально – психологічних особливостей учнів;

стимулювання вихованців до активного проживання й осмислення знань,

до діяльності творчого характеру; запобігання виникнення факторів ризику

здоров’я учня, забезпечення адекватного відновлення його сил;

задоволенню пізнавальних потреб, формуванню мотивації навчання;

особистісно професійна готовність педагога до здійснення

здоров’язбереженя учнів [6, с. 77].

Аналізуючи уявлення щодо поняття “здоров’язбережувальні

технології” у системі освіти В. М. Єфімова [4, с,59] свідчить про їх

можливість розгляду як частини педагогічної науки, як способу

організації, моделі навчального процесу, як інструментарію освітнього

процесу, що забезпечує ефективність і результативність навчання разом із

збереженням здоров’я учнів. Аналогічність думок виказує і ряд інших

науковців. І. Єрохіна визначає поняття “здоров’язбережувальні технології”

в освіті як сукупність форм, засобів і методів, які направлені на досягнення

оптимальних результатів в підтримці фізичного, психічного, етичного і

соціального благополуччя людини, у формуванні здорового способу життя

[3, с. 165]; О. Ковальова – як засіб організації і послідовних дій в ході

учбово-виховного процесу, реалізації освітніх програм на основі

всестороннього обліку індивідуального здоров’я учнів, особливостей їх

вікового, психофізичного, духовно – етичного стану і розвитку [5, с. 50];

Н. Михайлова – як сукупності прийомів, методів, форм навчання і підходів

до освітнього процесу, при якому виконуються як мінімум чотири вимоги:

облік індивідуальних( інтелектуальних, емоційних, мотиваційних і інших)

особливостей учня, його темпераменту, характеру сприйняття ним

учбового матеріалу, типу пам’яті і т.п.; недопущення надмірного

інтелектуального, емоційного, нервового навантаження при освоєнні

учбового матеріалу, прагнення добитися оптимальних результатів

навчання обов’язково при оптимізації необхідних витратах часу і сил учня

і педагога; забезпечення такого підходу до освітнього процесу, який

гарантував би підтримку сприятливого морально – психічного клімату в

учбовій групі, зміцнення психічного здоров’я учнів. Автор робить акцент

не тільки на організації навчального процесу, яка не приносить шкоди, але

і на тому, щоб навчити учнів самостійно захищатися від стресів, образ,

навчити його засобам психологічного захисту і збереження здоров’я [ 7].

Питання здоров’я підростаючого покоління – це вирішення задач

організації життєвого простору дитини. Роль школи полягає в оптимальній

організації навчально-виховного процесу, створення адекватних потребам

дітей умов для розвитку. Школа за здоров’язбережувальним освітнім

середовищем – це освітній заклад, де забезпечується рівновага між

адаптивними можливостями організму дитини і середовища, що постійно

змінюється. Це педагогічна система, в якій діють методики забезпечення

психолого-медико-соціального супроводу учнів на кожному віковому

етапі, постійна діагностика стану здоров’я і заходи щодо формування

здорового способу життя школяра, методики включення учнів у

здоров’язбережувальну діяльність, способи формування особистих

концепцій здоров’я, вироблення умінь, що відносяться до саморегуляції

емоційних станів, самоконтролю в стресових ситуаціях [1, с. 18].

Про напрямки діяльності загальноосвітнього закладу щодо

формування, збереження та зміцнення здоров’я учнів, які поєднують в собі

поняття “здоров’язберігаючі технології” говорить учитель вищої

кваліфікаційної категорії Тальнівської загальноосвітньої санаторної шкли

– інтернат Т. Гончар [2]. Спираючись на О. Ващенка при аналізі

класифікацій існуючих здоров’язбережувальних технологій виокремлює

наступні їх типи: здоров’язбережувальні - технології, що створюють

безпечні умови для перебування, навчання та праці в школі та ті, що

вирішують завдання раціональної організації виховного процесу

(з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних особливостей та

гігієнічних норм), відповідність навчального та фізичного навантажень

можливостям дитини; оздоровчі – технології, спрямованні 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 – гігієнічне навчання, 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, введення до варіативної частини

навчального плану нових предметів, організації факультативного навчання

та додаткової освіти; 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.

Заслуговує уваги версія здоров’язбережувальних технологій

спрямованих на зміцнення та відтворення здоров’я учасників навчально-

виховного процесу директора Амвросіївської ЗОШ № 5 Т. Серафимової.

До них вона відносить: здоров’язбережувальні (профілактичні щеплення,

забезпечення рухової активності, вітамінізація, організація збалансованого

харчування); оздоровчі (фізична підготовка, фізіотерапія, ароматерапія,

загартовування, гімнастика, масаж, фітотерапія); навчання здоров’ю

(включення відповідних тем до програми навчальних дисциплін);

виховання культури здоров’я (діяльність валеологічних гуртків та клубів,

додаткові заняття, виховні заходи, спортивні змагання, розваги, конкурси,

вікторини тощо).

Метою здоров’язбережувальних освітніх технологій Тетяна Іванівна

вбачає – забезпечення умов фізичного, психічного, соціального та

духовного комфорту, що сприяють продуктивній навчально-пізнавальній

та практичній діяльності учасників освітнього процесу, заснованій на

науковій організації праці та культури здорового способу життя

особистості [8]. Надалі автор висвітлює проблеми здоров’язабезпечення

учнів молодшої школи та форми їх подолання.

Молодший шкільний вік – період фізіологічного, психологічного,

становлення особистості. Тіло й душа дитини потребують дбайливого

ставлення, захисту та розуміння. Ми маємо допомогти кожному малюку

зробити вибір на користь здорового способу життя. У початкових класах

навчитися зберігати і зміцнювати здоров’я важливо не просто для

виживання, а насамперед для набуття здатності прийняти виклики, які

постановить життя, гідно вийти з будь – якої ситуації.

Здоров’я учня в нормі, якщо: у фізичному плані – здоров’я дає йому

змогу справлятися з навчальним навантаженням, дитина вміє долати

втому; у соціальному плану – вона комунікабельна, товариська; в

емоційному плані – дитина врівноважено, здатна дивуватись і

захоплюватися; в інтелектуальному плані – учень проявляє хороші

розумові здібності, спостережливість, уяву, займається самоосвітою; у

морально плані – він визнає основні загальнолюдські цінності.

Мета здоров’язбережувальних освітніх технологій навчання:

забезпечити можливість збереження здоров’я за період навчання в школі,

дати йому необхідні знання та навички щодо здорового способу життя,

навчити використовувати отриманні знання в повсякденному житті.

Чинники, що руйнують здоров’я: режим постійного сидіння; закриті

приміщення, обмеження простору; робота біля комп’ютера призводить до

“шизоїдної інтоксикації” свідомості; методики, що руйнують цілісне

сприйняття світу тощо.

Інновації, які порушують здоров’я: заміна парт на столи; безвідривне

каліграфічне письмо кульковою ручкою; заміна електролампового

освітлення на високоякісне люмінесцентне; скорочення або відмова від

уроків праці в школі; заміна шестиденного навчального тижня на

п’ятиденний; нескінченні зміни змісту освіти та навчальних планів.

Правильна організація навчальної діяльності: чітке дозування

навчального навантаження; побудова уроку з урахуванням працездатності

учнів; дотримання гігієнічних вимог (свіже повітря, оптимальний тепловий

режим, хороша освітленість, чистота); сприятливий емоційний настрій;

використання фізкультхвилинок і динамічних пауз на уроках.

З досвіду роботи я зрозумів, що здоров’язбережувальнаа

спрямованість роботи вимагає до себе більш глибокого і складного

дослідження, а так само вимагає розробки концепції, теорії, технології, і

діагностичних процедур оцінки якості уроку. Концепцію

здоров’язбережувального навчання можна вибудувати наступним логічним

ланцюжком.

Здоров’язбережувальне навчання: направлено на – забезпечення

психічного здоров’я учнів”; Досягається через – врахування особливостей

класу (вивчення і розуміння людини), створення сприятливого

психологічного фону на уроці; використання прийомів, що сприяють появі

та збереженню інтересу до навчального матеріалу; створення умов для

самовираження учнів; ініціаціювання різноманітних видів діяльності;

попередження гіподинамії; приводить до – запобігання втоми і

стомлюваності; підвищення мотивації до навчальної діяльності; приросту

навчальних досягнень.

І щоб результативно реалізувати здоров’язбережувальну технологію у

педагогічній діяльності, необхідно застосувати освітні технології за їх

здоров’язбережуальною спрямованістю: особистісно-зорієнтовані, де в

центрі освітньої системи особистість дитини, намагаються забезпечити

комфортні умови її розвитку та реалізації природних можливостей;

педагогіка співробітництва – її можлива розглядати як створення умов

для реалізації завдань збереження здоров’я учнів і педагогів; дитину

можна назвати здоровою, якщо вона: у фізичному плані – вміє долати

втому, її здоров’я дозволяє їй діяти оптимальному режимі; в

інтелектуальному – проявляє хороші розумові здібності, допитливість,

уяву; в соціальному – урівноважена, здатна дивуватися і захоплюватися.

Виходячи з усього вище викладеного, метою і завданнями своєї

роботи як директора шкоти в рамках здоров’язбережувальних технологій

Т. Серафимова бачить: створення комфортних умов для навчання, щоб

уроки російської мови, а також позакласні заходи народжували в кожній

дитині позитивні емоції, благотворно впливали на її здоров’я; формування

в учнів культури збереження і вдосконалення власного здоров’я;

ознайомлення учнів з досвідом і традиціями попередніх поколінь щодо

збереження здоров’я нації. Засобами педагогічного впливу служать:

виховна робота (формування культури здоров’я); навчальна робота

(задоволення інформаційних запитів учня); контроль і самоконтроль

(ведення щоденників здоров’я). Відправними напрямками діяльності

здоров’язбережувальних освітніх технологій (ЗОТ) є: співпраця з

медичним персоналом школи з метою вивчення стану фізичного здоров’я

учнів класу; співпраця з батьками учнів; формування власного ставлення

учнів до проблеми збереження та захисту здоров’я; раціональна

організація навчального процесу.

Література

1. Водолазька Т.В. Перспективи формування здоров’язбережувального освітнього

соредовища початкової школи // Педагогіка, психологія та медико–біологічні проблеми

фізичного виховання і спорту: Зб. наук. праць / за ред. Єрмакова С.С. – Х.: ХДАДМ,

2014. - № 2 – С. 15-19.

2. Гончар Т.С. Здоров’язберігаючі технології в начальному закладі [Електронний

ресурс] / Режим доступу: http: // osvita.ua / school / lessons\_summary.

3. Ерохина И.А. Здоровьесберегающие технологии в профилактике наркозависимости

подростков: дисс. канд. пед. наук: 13.00.02. – Тамбов, 2005. – 272с.

4. Єфімова В.М. Здоров’язбережувальні технології у контексті педагогічних досліджень

// Педагогіка, психологія та медико–біологічні проблеми фізичного виховання і спорту:

Зб. наук. праць / за ред. Єрмакова С.С. – Х.: ХДАДМ, 2010. - № 1. – С. 57 – 60.

5.Ковалёва О.И. Личностно ориентированное обучение студентов современных вузов

как фактор сохранения здоровья: дисс. канд. пед. наук: 13.00.08. – Ставрополь, 2004. –

175 с.

6.Лук’янова Ю.С. Вимоги до використання здоров’язберігаючих освітніх технологій //

Педагогіка, психологія та медико–біологічні проблеми фізичного виховання і спорту:

Зб. наук. праць / за ред. Єрмакова С.С. – Х.: ХДАДМ, 2009. - № 9. – С. 76 – 78.

7.Михайлова Н.Н. Внедрение здоровьесберигающих технологии, как актуальное

направление технологизации профессионального образования [ Электронный ресурс] //

Образование: исследования в мире / Режим доступа: http: // www.oim.ru / avtor.asp?

nom – 191.

8.Серафимова Т.І. Здоров’я дитини – найцінніший скарб [Електронний ресурс] /

Т.І. Серафимова / Режим доступу: http: // osvita.ua / school / lessons\_summary.