

**Максимчук Надія Василівна,,**  
*студентка 1 курсу бакалаврату, педагогічного факультету,  
ПВНЗ «Міжнародний економіко-гуманітарний університет  
імені академіка Степана Дем'янчука»*

**Науковий керівник:**  
**Міськова Наталія Миколаївна,**  
*к.п.н., доцент кафедри теорії та методик початкової освіти  
ПВНЗ «Міжнародний економіко-гуманітарний університет  
імені академіка Степана Дем'янчука»*

## **ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ВИКОРИСТАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА УРОКАХ У ПОЧАТКОВИХ КЛАСАХ НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ**

Здоров'я людини та її повноцінний розвиток є запорукою міцності й розвитку держави. Інтеграція розвитку освітньої та здоров'язберігаючої сфери має стати найважливішим вектором руху у державі та суспільстві, що будуються на гуманістичних, демократичних принципах. Реформування шкільної початкової освіти у контексті збереження здоров'я підростаючого покоління за сучасних умов спрямоване не тільки на соціальний та індивідуальний ресурси. Найбільш значущим періодом у формуванні основ здорового способу життя є молодший шкільний вік. В останні роки в початковій освіті відбувається процес зміни освітньої парадигми. Новою освітньою парадигмою передбачено зміну пріоритетів із формування знань, умінь і навичок на цілісний і різнобічний розвиток особистості.

Питання використання здоров'язберігаючих технологій в освітньому середовищі Нової української школи розкривають у власних дослідженнях українські науковці В. Андрущенко, Л. Банашко, В. Захарченко, С. Калашнікова, В. Кремень, Б. Кришук, В. Луговий, С. Мартиненко, А. Ставицький, Ю. Рашкевич. Під час опанування оздоровчих цінностей діти засвоюють певні знання і набувають різноманітних умінь, які є засобом фізичного розвитку – тобто становлення особистості як суб'єкта оздоровчої діяльності, що передбачає розвиненість сенсорної та вольової сфер, логічного мислення, загальних і спеціальних здібностей і якостей, які складають основу їх здоров'язбережувальної компетентності.

Феномен здоров'я людини походить визначення поняття здорового способу життя: це все в людській діяльності, що стосується збереження і зміцнення здоров'я, все, що сприяє виконанню людиною своїх людських функцій через діяльність з оздоровлення умов життя – праці, відпочинку, побуту. Складові здорового способу життя містять різноманітні елементи, що стосуються всіх сфер здоров'я – фізичної, психічної, соціальної і духовної. Розуміння поняття «здоровий спосіб життя» формувалося протягом багатьох років і пройшло шлях від первинного накопичення фактів і свідчень до розробки цілісної теорії. Зараз формування здорового способу життя є

самостійною науковою дисципліною, котрій притаманні всі відповідні компоненти – власні теорія, методологія, методика, ідеологія, принципи тощо. Проблема формування здорового способу життя досить ретельно висвітлюється в багатьох соціально-філософських, педагогічних, соціологічних, медичних працях.

В Україні розроблена і функціонує освітня нормативно-правова база, що має важливе значення для означеної проблеми. Соціальна, здоров'язбережувальна та інші ключові життєві компетентності дитини формується як результат реалізації партнерсько орієнтованої моделі фізкультурної освіти. Її основою є діалогічність як спосіб існування та розвитку особистості, що передбачає: емоційну здорову взаємодію з іншою особистістю; здатність створювати позитивні моделі поведінки, засновані на особистісному ціннісному ставленні до свого здоров'я; спільну діяльність дорослого і дитини в оточуючому середовищі.

Результатом оволодіння дитиною різними видами фізкультурної діяльності є сформоване ціннісне ставлення до процесу і продуктів фізкультурної діяльності, позитивна мотивація досягнень; здатність орієнтуватися в розмаїтті оздоровчих технологій, розуміти різні способи збереження здоров'я, виявляти інтерес до об'єктів, явищ і форм фізкультурної діяльності, оволодіння навичками здорового способу життя, культури руху.

Серед здоров'язберігаючих технологій, які використовуються в системі освіти, виділяють кілька груп. Вони відрізняються різними підходами до охорони здоров'я і, відповідно, різними методами та формами роботи. Розглянемо класифікацію здоров'язберігаючих технологій за характером дій.

Захисно-профілактичні технології спрямовані на захист людини від несприятливих для здоров'я впливів. До таких технологій належать виконання санітарно-гігієнічних вимог; дотримання чистоти і проведення щеплень з метою попередження інфекцій; обмеження граничного рівня навчального навантаження, яке виключає період появи стану перевтоми учнів; використання страхувальних засобів і захисних приладів у спортзалах з метою профілактики травматизму [1, с. 53-56].

Компенсаторно-нейтралізуючі технології ставлять за мету заповнити недолік того, що необхідно організму для повноцінної життєдіяльності, або хоча б частково нейтралізувати негативні впливи в тих випадках, коли повністю захистити людину від них неможливо. Це, наприклад, фізкультхвилинки та фізкультпаузи, які нейтралізують несприятливий вплив статичності уроків, недостатність фізичного навантаження, емоційні розрядки, або «хвилинки спокою».

Стимулюючі технології дають змогу активізувати власні сили організму, використовувати його ресурси для виходу з небажаного стану. Типові приклади – температурне загартовування, фізичні навантаження.

Інформаційно-навчальні технології забезпечують рівень грамотності учнів, необхідний для ефективної турботи про здоров'я – своє і своїх близьких, допомагають у вихованні культури здоров'я. До таких технологій належать

освітні, просвітницькі і виховні. Програми адресовані учням, батькам, педагогам.

За організаційними особливостями здоров'язберігаючі прийоми і методи, що використовуються в навчальних закладах, поділяються на ті, що забезпечують, і ті, що реконструюють. Перші створюють необхідні умови проведення навчального процесу, другі націлені на використання нових елементів, умов, які не передбачені нормативними документами, наприклад, створення в школі фітобару, кабінету фізіотерапії, кольорового підсвічування в класах, аудіосупроводження уроків, оздоровчо-психологічних тренінгів для учнів та вчителів тощо [2, с. 56].

Навчально-виховні технології містять програми навчання грамотно турбуватися про своє здоров'я і навчання культури здоров'я учнів, мотивації їх на формування здорового способу життя, попередження шкідливих звичок. Передбачають також проведення організаційно-виховної роботи зі школярами після уроків, освіти їхніх батьків [1, с. 57-59].

Окремо слід виділити ще дві групи технологій, що традиційно реалізуються поза школою, але останнім часом усе частіше використовуються в позаурочній роботі в школі.

Соціально-адаптуючі та особистісно-розвивальні технології охоплюють технології, що забезпечують формування і зміцнення психічного здоров'я учнів, підвищення ресурсів психологічної адаптації особистості. Це різноманітні соціально-психологічні тренінги, програми соціальної і сімейної педагогіки, до участі в яких залучаються не тільки школярі, а й їхні батьки, педагоги.

Лікувально-оздоровчі технології – самостійна медико-педагогічна галузь, що охоплює лікувальну педагогіку, лікувальну фізкультуру, вплив яких забезпечує відновлення фізичного здоров'я школярів [2, с.62].

Таким чином, будь-яка освітня здоров'язберігаюча технологія – це сукупність тих принципів, прийомів, методів педагогічної роботи, які доповнюють традиційні технології навчання, виховання, розвитку завданнями збереження здоров'я. Важливим елементом освітньої технології є діагностичний блок, який дає змогу оцінити, чи був досягнутий запланований результат, бо тільки в цьому випадку можна говорити про технологію.

## **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я : навч. посібник; кол. авт. : М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк, А. Ф. Косенко ; за заг. ред. М. С. Корольчука. Київ : Фірма «ІНКОС», 2002. 272 с.
2. Яременко О., Балакірєва О., Вакуленко О. Формування здорового способу життя молоді : проблеми і перспективи : монографія. Київ : Український інт соціальних досліджень, 2000. 207 с.