

РОЗДІЛ 5 ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ ТА ВОЛОНТЕРСЬКА ДІЯЛЬНІСТЬ

- | | | |
|---|--|-----|
| 1 | Купчишина Оксана Здоров'язберігаючі технології на уроках фізичної культури в початковій школі | 170 |
| 2 | Максимчук Надія Василівна Психолого-педагогічні умови використання здоров'язберігаючих технологій на уроках у початкових класах нової української школи | 173 |
| 3 | Купчишина Оксана Ціннісний підхід до залучення учнів початкових класів до волонтерської діяльності | 176 |

Купчишина Оксана

*Студентка 2 курсу бакалаврату, педагогічного факультету
ПВНЗ Міжнародний економіко – гуманітарний університет
ім.акад. Степана Дем'янчука»*

Науковий керівник:

Кирилович Олена

*Старший викладач кафедри теорії та методики початкової освіти ПВНЗ
Міжнародний економіко – гуманітарний університет
ім.акад. Степана Дем'янчука»*

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ

Безсумнівно, що здоров'я людини є однією з найважливіших тем сьогодення. Особливо це стосується підростаючого покоління, адже виховання здорового способу життя та відповідального ставлення до свого організму починається з дитинства. Деякі дослідження показують, що близько сімдесяти п'яти відсотків хвороб припадає саме на дитячий вік.

Проблема здоров'язбереження окреслена у працях медиків, психологів, соціологів (Г. Апанасенко, Г. Зайцев, В. Клімова та ін.). Вивчення здоров'язберігаючих технологій в сучасній школі висвітлена у працях Л. Антонової, В. Лозинського, Ю. Науменко, та ін. У даних роботах науковці спробували розкрити зміст основних понять, переглянути методи та форми реалізації проблеми здоров'язбереження в умовах сьогодення.

Наразі медична статистика свідчить про стрімке погіршення здоров'я дітей. Кожен третій першокласник має якесь захворювання або відхилення. За останні роки відбулось значне погіршення здоров'я школярів. За даними досліджень лише 10 % випускників шкіл можуть вважатись здоровими, 40 % мають хронічну патологію.

Все це зумовлює актуалізацію наукового пошуку щодо вивчення і розробки проблеми здоров'язбереження учнів загальноосвітніх закладів України. Зважаючи на актуальність проблеми збереження здоров'я громадян України, у більшості державних документів, які стосуються освіти

(Національна програма «Освіта (Україна XXI століття) Національна програма «Освіта (Україна XXI століття)» [1], «Діти України», Національна доктрина розвитку освіти, програма "Здоров'я нації")[3]. одним із пріоритетних завдань визначено формування основ здорового способу життя через освіту, створення здоров'язберігаючого освітнього середовища, становлення духовного, психічного та фізичного здоров'я особистості, формування у дітей відповідального ставлення до нього як найвищої індивідуальної та суспільної цінності. Згідно з Національною доктриною розвитку освіти в Україні перед педагогами та батьками постає пріоритетне завдання – "навчання людини відповідальному ставленню до власного здоров'я і здоров'я оточуючих як до найвищих індивідуальних і суспільних цінностей. Це здійснюється через розвиток ефективної валеологічної освіти, повноцінне медичне обслуговування, оптимізацію режиму навчально-виховного процесу, створення екологічно сприятливого життєвого простору, залучення до фізичної культури і спорту всіх учасників навчально-виховного процесу" [2].

Розглянемо, що потрібно для впровадження здоров'язберігаючих технологій у початковій школі. Навчально-виховний процес має відбуватися в комфортних умовах, що запобігають стресам, побудований на основі використання відповідних віковим особливостям методів навчання і виховання.

Навчання має бути розумно організоване з урахуванням віку та статі учнів, відповідно до гігієнічних вимог. Вчитель повинен вміти враховувати індивідуальні особливості дитини.

Для запобігання перевтомі всі види навчальних занять і фізичних навантажень мають бути співвіднесені з віковими можливостями дитини. Школа має надавати дитині можливість рухатися. Чергувати статичне напруження від сидіння за партою і розумно організовану рухливу активність. Впровадження здоров'язберігаючих технологій у початковій школі має одну головну мету - збереження та зміцнення здоров'я дітей [4].

Здоров'язберігаючі технології в сучасній початковій школі визначаються як система заходів щодо зміцнення та охорони здоров'я дітей, яка враховує найважливіші особливості освітнього середовища та умови життєдіяльності дитини, що впливають на її здоров'я.

Зміст початкових уявлень, формування навичок і вмінь, пов'язаних зі здоровим способом життя, розподіляється в різних освітніх галузях, але найважливішу роль відіграють уроки фізичної культури. Цей предмет вчить дітей організовувати режим дня, виконувати ранкову гімнастику, проводити оздоровчі заходи, рухливі ігри, контролювати рухову активність.

Учитель фізичної культури формує уявлення про роль, яку відіграють у дітей молодшого шкільного віку заняття фізичною культурою і спортом для збереження і зміцнення фізичного, соціального і психічного здоров'я. Впроваджуючи здоров'язберігаючі технології в початковій школі, вчитель закладає основи здорового способу життя.

Дізнаючись про спорт та рухливі ігри, діти починають усвідомлювати, що вони не лише розвивають фізично, але й викликають емоційний відгук, а командна гра сприяє успішній соціалізації.

Про зниження стомлюваності дітей на уроках повідомляють усі вчителі, які використовують здоров'язберігаючі технології в початковій школі. Згідно з освітнім стандартом, формування у молодших школярів навичок здорового і безпечного способу життя є однією з найважливіших вимог до результату освоєння учнями освітньої програми.

Якщо вчитель у своїй роботі враховує всі аспекти збереження здоров'я, то можна відзначити, що діти зберігають високий рівень мотивації до навчання і мають хороші результати в засвоєнні програми. Традиційно вважається, що здоров'ям має опікуватися лікар. Однак, якщо вчитель зможе організувати навчання, щоб зберегти і зміцнити стан дитини, потреба в лікарі відпаде.

Існує кілька умов, які уможливлують використання здоров'язберігаючих технологій на уроках у початковій школі:

- Відповідність навчального матеріалу віковим особливостям.
- Здійснення навчання на найбільш оптимальному рівні складності.
- Використання різноманітних методів і форм навчання.
- Раціональна зміна рухових і статичних навантажень.
- Здійснення індивідуального та диференційованого підходу, можливість самостійної роботи дітей у малих групах.
- Розумне використання наочності.
- Використання різних форм подачі інформації, в тому числі сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.
- Створення комфортної атмосфери в класі для кожного учня.
- Стимулювати позитивну мотивацію до навчання.
- Розвинути у дітей навички, вміння та знання з поведінкового здоров'я [5].

Отже, вирішення проблеми здоров'язбереження учнів початкових класів потребує уваги всіх зацікавлених у цьому: батьків, вчителів, медиків, представників громадськості. Особливе місце та відповідальність в оздоровчій діяльності відводиться освітній системі, яка має всі можливості для того, щоб зробити освітній процес здоров'язберігаючим, та може стати потужним інструментом збереження здоров'я учнів на уроках фізичної культури.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Державна національна програма «Освіта» Україна XXI століття. Київ: Райдуга, 1994. 61 с.
2. Національна доктрина розвитку освіти України у XXI ст. Київ: Шкільний світ, 2001. 21 с.
3. Програма «Здоров'я нації». О. В. Омельченко. Особливості професійно-педагогічної діяльності вчителя початкових класів з організації здоров'язберігаючого навчально-виховного процесу. Харків, 2008.
4. Syrek E., Borzucka-Sitkiewicz K., (2009), Edukacja zdrowotna, Warszawa: Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne.
5. Wolny B., (2018), Zdrowie jako wartość w edukacji wczesnoszkolnej. Uczeń w świecie wartości. Poradnik aksjologiczny dla nauczycieli, Łapczyca: Regis.