

**Романець А.**

## **МЕТА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ В УМОВАХ РЕАЛІЗАЦІЇ КОНЦЕПЦІЇ НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ**

В Концепції Нової української школи в першому розділі «Ключові компетентності для життя» відмічається: «*Екологічна грамотність і здорове життя. Уміння розумно та раціонально користуватися природними ресурсами в рамках сталого розвитку, усвідомлення ролі навколишнього середовища для життя і здоров'я людини, здатність і бажання дотримуватися здорового способу життя*» [7].

Концепція модернізації української освіти передбачає розробку нової моделі початкової школи, яка відповідає актуальним і перспективним потребам особистості, суспільства і держави. Одна з них – здоров'я підростаючого покоління. Це важливий показник благополуччя суспільства. І хоча традиційно вважається, що основне завдання школи – дати необхідну освіту, не менш важливе завдання – зберегти в процесі навчання здоров'я дітей. Зі станом здоров'я пов'язана і успішність навчання. Все це вимагає уважного ставлення до організації шкільного життя: створення оптимальних гігієнічних, екологічних та інших умов, забезпечення організації освітнього процесу, що запобігає формуванню в учнів станів перевтоми [1,2,3].

«*Здоров'язберігаючі технології*» – це реалізація профілактичних заходів з дітьми, метою яких є збереження і примноження ресурсу здоров'я молодших школярів.

Мета та завдання здоров'язберігаючих технологій [6,с.90-92]:

*Для дитини:*

- виховання внутрішньої потреби усвідомленого та відповідального ставлення до власного здоров'я і людського життя в цілому;
- формування знань про здоровий спосіб життя;
- навчання практичним навичкам надання елементарної медичної самопомоги і допомоги.

*Для дорослих* – сприяти формуванню валеологічної свідомості у дитини, збереження здоров'я педагогів, організації просвітницьких лекцій і семінарів для батьків.

Основні групи заходів по збереженню здоров'я учнів

1. *Медико-профілактичні* – спрямовані на збереження здоров'я вихованців при безпосередній участі адміністрації школи і колективу медичних працівників.

*Практичні заходи:*

– проведення моніторингу дитячого здоров'я і підготовка рекомендацій для учнів. В обов'язковому порядку інформація про необхідність звернути увагу на проблеми здоров'я дитини доноситься до батьків за допомогою класного керівника;

– контроль рівня фізичного розвитку, дослідження якого проводять медики, і фізичної підготовленості, моніторинг здійснює вчитель фізичної культури;

– організація і контроль повноцінного харчування. За приміщення їдальні відповідає адміністрація школи, а якість і різноманітність меню забезпечує адміністрація їдальнею, контроль якості харчування здійснюють медики;

– пропаганда і поширення оздоровчих технік в освітніх установах (лекторії медиків і психологів, методичні семінари);

– організація необхідних умов відповідно гігієнічним стандартам – комфортна температура і свіжість повітря, достатній рівень освітлення кабінету.

2. *Фізкультурно-оздоровчі* – спираються на природні властивості рухової активності дитини, прагнуть до підвищення якісних характеристик фізичних даних, вихованню навичок турботи про здоров'я і формування фізичної культури учнів. Здійснення цих заходів вимагає створення спеціальних матеріально-технічних умов: комфортні класні кабінети з простором для фізичної активності, що мають музичні центри та інтерактивні дошки; зали

для фізичної підготовки, оснащені необхідним обладнанням і інвентарем, тренажерами.

*Практичні заходи:* ранкова гімнастика; фізкультхвилинки, руханки; пальчикова гімнастика; звукова гімнастика; гімнастика для очей; оздоровчі процедури загартовування; профілактика проблеми плоскостопості і неправильної постави; вправи з дихальної гімнастики; вивчення технік масажу і самомасажу; рухливі ігри.

3. *Заходи, спрямовані на соціальну самореалізацію і збереження психологічного комфорту* учня – забезпечує психічне здоров'я вихованця. Основна мета цих методів роботи полягає в створенні позитивного настрою емоційного благополуччя і гармонійного психологічного самопочуття дитини в ситуації спілкування з оточуючими однолітками і дорослими.

*Практичні заходи:*

– відсутність авторитарного стилю роботи вчителя, пошук демократичних методів позитивного стимулювання активності учня.

– створення умов для релаксації, вчитель повинен вчасно звернути увагу на виникле перенапруження і втому у дітей і присвятити кілька хвилин зняттю розумового та емоційного напруження;

– навчальні психологічні тренінги та заняття для дітей з метою формування у них позитивної мотивації, навичок самоаналізу і надання професійної допомоги в розвитку сильних якостей особистості дитини;

– організовані зустрічі і бесіди на теми больових і проблемних психологічних станів: профілактичні бесіди про шкоду тютюну, алкоголю, наркотичних засобів для психіки людини, корекційні заняття для дітей, які зазнають труднощів в освоєнні шкільної програми або спілкуванні з однолітками, батьками, вчителями);

– нестандартні уроки, впровадження педагогічних прийомів з використанням рольових і дидактичних ігор;

– сучасні інтерактивні методи навчання, які зацікавлять учнів, дозволять відчувати себе успішними і інтелектуально заможними і стануть

профілактикою емоційного перенапруження, допоможуть отримувати задоволення від процесу навчання, створять комфортний емоційний клімат.

4. *Дбайливе ставлення до потенціалу здоров'я педагогічного колективу школи* – розвиток установ охорони професійної культури і популяризація світогляду здорового способу життя.

*Практичні заходи:*

– профілактика синдрому емоційного вигорання і хронічного стресу, проведення психологічного тестування, розробка рекомендацій педагогам;

– спортивно-оздоровчі заходи, організовані адміністрацією школи: спартакіади для вчителів, регулярне відвідування секцій і груп здоров'я, які проводяться в приміщенні школи;

– система лекторіїв та тренінгів на теми здорового способу життя;

– створення спеціальних умов для роботи: затишна вчительська, їдальня, спортивні та тренажерні зали, зручні класи;

– проведення днів здоров'я з виїздом на природу або базу відпочинку;

– створення здорового психологічного клімату в колективі (спільні вечори, свята) [1-6].

Здоров'язберігаючі технології вчать дітей жити без конфліктів. Навчають укріплювати, зберігати своє і цінити чуже здоров'я. Ці технології прищеплюють дітям принципи здорового способу життя, посилюють мотивацію до навчання. 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 [1,с.102-105; 5,с.180-182].

Список використаних джерел

1. Дубяга С.М. Роль фізичної культури для дітей молодшого шкільного віку. *Північне Приазов'я: проблеми регіонального розвитку у міжнародному контексті*: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції. Мелітополь: ФОП Однорог Т.В. 2017. С. 102-105.

2. Карабанов Є.О., Купреєнко М.В., Непша О.В. Формування культури здоров'я в процесі фізичного виховання школярів. *Північне Приазов'я: проблеми регіонального розвитку у міжнародному контексті*: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції Мелітополь: ФОП Однорог Т.В., 2017. С. 134-136.

3. Ковальчук О.В., Непша О.В. Здоровий спосіб життя як складова культури здоров'я учнів загальноосвітніх шкіл. *Північне Приазов'я: проблеми регіонального розвитку у міжнародному контексті*: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції. Мелітополь: ФОП Однорог Т.В. 2017. С. 137-140.

4. Непша О.В. Фізична культура як середовище виховання школярів/О.В. Непша, В.С. Ушаков. *Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку*: матеріали I Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції (20-21 квітня 2017 року): збірник тез. Бердянськ: БДПУ. 2017. С.309-310.

5. Непша О.В., Суханова Г.П., Іваненко В.В. Здоров'я як потреба і цінність людини в сучасному суспільстві. *Роль освіти у формуванні життєвих цінностей молоді*: матеріали регіональної науково-практичної конференції студентів і молодих учених (02 грудня 2016 р.). Мелітополь: Видавництво МДПУ ім. Б. Хмельницького. 2016. С.180-182.

6. Непша О.В., Суханова Г.П., Ушаков В.С. Формування навичок здорового способу життя учнів молодших класів засобами фізичної культури *Актуальні проблеми молоді в сучасних соціально-економічних умовах*: Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції, 23 березня 2018 року. Житомир: ПП «ДжіВіЕс». 2018. С.90-92.

7. Нова Українська школа. Концептуальні засади реформування середньої освіти. [Електронний ресурс] – Режим доступу: [kmu.gov.ua/storage/app/media/reforms/ukrainska-shkola-compressed.pdf](http://kmu.gov.ua/storage/app/media/reforms/ukrainska-shkola-compressed.pdf).