

УДК 371(477):37.037

*Тетяна Надім'янова, кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри педагогіки та методики початкової освіти
Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка*

ПРОБЛЕМА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ МОДЕРНІЗАЦІЇ ОСВІТНЬОЇ СИСТЕМИ УКРАЇНИ

У статті розглянуто сутність та складові здоров'язберігаючих технологій, які виступають пріоритетним завданням освітньої системи в Україні. З'ясовано роль фізичного виховання як багатоаспектної діяльності у становленні особистості, а також у зміцненні здоров'я.

Наголошено, що вирішення проблеми здоров'язберігаючого освітнього середовища дітей та учнівської молоді потребує особливої уваги з боку усіх суб'єктів навчально-виховного процесу – педагогів, медиків, батьків, а також держави.

Ключові слова: учнівська молодь, здоровий спосіб життя, фізичне виховання, здоров'язбереження, здоров'язберігаючі технології.

Лит. 9.

*Татьяна Надимьянова, кандидат педагогических наук,
доцент кафедры педагогики и методики начального образования
Дрогобычского государственного педагогического университета имени Ивана Франко*

ПРОБЛЕМА ЗДОРОВЬЕСОХРАНЕНИЯ УЧЕНИЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ В УСЛОВИЯХ МОДЕРНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ УКРАИНЫ

В статье рассмотрены сущность и составные здоровьесберегающих технологий, которые выступают приоритетной задачей образовательной системы в Украине. Определена роль физического воспитания как многоаспектной деятельности в становлении личности, а также укреплении здоровья.

Подчеркнуто, что решение проблемы здоровьесберегающего образовательного средовищ детей и ученической молодежи требует особого внимания со стороны всех субъектов учебно-воспитательного процесса – педагогов, медиков, родителей, а также государства.

Ключевые слова: ученическая молодежь, здоровый образ жизни, физическое воспитание, здоровьесбережение, здоровьесберегающие технологи.

*Tetiana Nadimyanova, Ph.D. (Pedagogy), Associate Professor of the
Pedagogics and Methods of Primary Education Department
Drohobych Ivan Franko State Pedagogical University*

THE PROBLEM OF STUDENTS HEALTH PRESERVATION IN THE MODERNIZATION OF UKRAINE'S EDUCATION SYSTEM

In the article the essence of healthy components and technologies which are the priority of the education system in Ukraine. The role of physical education as a multifaceted activity in the development of the individual, as well as strengthening health.

Emphasized that solving the problem of healthy educational environment of children and youth in need of special attention by all actors of the educational process – teachers, doctors, parents and the state.

Keywords: pupils, healthy lifestyle, physical education. health preservation, health-technology.

Постановка проблеми. Вимоги сучасності потребують переорієнтації змісту виховання підростаючого покоління, зміщення акцентів на створення умов для поступального, повноцінного, усебічного розвитку особистості. Для того, щоб навчити дітей успішно діяти в соціумі, самовизначитися у ньому, необхідно сформуванню у них, починаючи з наймолодшого віку, ціннісне ставлення до себе, свого образу “Я”, одним із компонентів якого виступає формула “Я – здоровий”.

Виховання дбайливого ставлення до власного здоров'я, так само як і виховання моральних якостей, вміння адаптуватися в соціумі, потрібно починати з раннього дитинства у сім'ї, а далі формувати в усіх інституціях, де відбувається гармонійний розвиток особистості – дошкільних установах, загальноосвітніх школах, закладах освіти різних типів та рівнів.

Вирішення цієї проблеми є одним із пріоритетних завдань нового етапу реформування освіти в Україні. Передусім йдеться про

збереження та зміцнення здоров'я дітей, формування у них розуміння цінності здоров'я, здорового способу життя. Оскільки здоров'я людини безпосередньо залежить від єдності навчання та виховання, то виразної актуальності набуває проблема формування здоров'язберігаючої парадигми у педагогічній діяльності. Ефективне розв'язання поставлених завдань вимагає вибору нових соціальних і педагогічних технологій, які б сприяли формуванню у молоді стійкої спрямованості на здоровий спосіб життя, виховували б у неї позитивні морально-ціннісні орієнтації. При цьому, навчально-виховні заходи мають спиратися на формування практичних умінь і навичок, сприятливих для здоров'я [3].

Аналіз досліджень. Основні напрями щодо збереження здоров'я дітей та молоді в Україні визначені у Національній доктрині розвитку освіти України в XXI столітті, Національній програмі "Здоров'я через освіту", Державному стандарті початкової загальної освіти, Концепції національного виховання, Цільовій комплексній програмі "Фізична культура – здоров'я нації" та ін. [1].

Водночас реалізація багатьох програм здійснюється повільно, неефективно і не дає бажаного результату, про що свідчить статистика зростання протягом останніх років кількості захворювань і травматизму серед дітей (особливо молодшого шкільного віку) в Україні.

Серед використовуваних визначень, термінів і понять для окреслення діяльності, пов'язаної із збереженням здоров'я дітей та молоді, найчастіше послуговуються такими, як "валеологія", "формування здорового способу життя", "культура здоров'я", "здоров'язберігаючі технології" тощо.

Проблеми формування здорового способу життя, валеологічного виховання та збереження здоров'я знайшли своє відображення у наукових дослідженнях медиків, психологів, педагогів, соціологів (Л. Антонова, Г. Апанасенко, Н. Белікова, М. Віленський, О. Газман, В. Горашук, В. Клімов, М. Лук'яченко, Н. Москаленко, В. Оржеховська, І. Поташнюк, С. Свириденко, Л. Сущенко, Б. Шиян, О. Шиян, А. Цьось та ін).

У своїх дослідженнях науковці наголошують не лише на причинах, що є наслідками незадовільного стану здоров'я учнівської молоді, а й проблемах науково-педагогічного характеру, які не дають змоги синтезувати у цілісну систему здоров'язберігаючу діяльність, що проводиться в Україні стосовно кожної особистості й суспільства загалом.

Однією з основних причин називають надмірне

завантаження учнів навчальними предметами, починаючи з першого класу; малорухомий спосіб життя, недотримання режиму дня, незбалансоване харчування, психологічні напруження, авторитарний підхід у вихованні тощо. Тому ідеї здоров'язбереження залишаються актуальними.

Мета статті та завдання полягають в теоретичному обґрунтуванні здоров'язберігаючих технологій, серед яких – педагогічна діяльність виступає пріоритетною.

Виклад основного матеріалу. Останніми роками проблема здорової людини в Україні суттєво загострилась. Скорочується вік працездатного населення через смертність, яка значно перевищує народжуваність. Різко скоротився відсоток людей, які систематично займаються фізичною культурою, спортом [2]. Держава не може (і не повинна) стояти осторонь проблем збереження здоров'я населення. Адже здоров'я людини – це значний внесок в економічний розвиток держави.

За результатами досліджень Інституту педіатрії, акушерства та гінекології Академії Медичних Наук України значно погіршився стан здоров'я дітей молодшого шкільного віку. Так, 70 % дітей, які готуються до школи, вже мають порушення стану здоров'я, а 30 % – хронічні захворювання; понад половину дітей цього віку мають таку розумову та фізичну працездатність, що не відповідає їхньому фізичному та психічному навантаженню в школі. Діти, які навчаються за ускладненими програмами, перебувають у стресових умовах [2], у стані постійного напруження, навіть перенапруження, що є неприродним станом. В учнів дедалі частіше спостерігається підвищений артеріальний тиск, у більшій частині з них відмічена підвищена неврозність. При цьому протягом навчання у початковій школі в 1,5 рази зростає частота порушень зору, у 3 – 4 рази – патологія органів травлення, у 2 – 3 рази – порушень опорно-рухового апарату, в 1,5 рази – нервово-психічних розладів [2].

Ці факти доводять, що на стан здоров'я дітей впливає так званий шкільний фактор, тобто суттєве збільшення різних захворювань під час тривалого навчання у школі. Так, у 70 % дітей молодшого шкільного віку індивідуальна, розумова та фізична працездатність не відповідають їхньому шкільному навантаженню [2]. "Робочий тиждень" учня (залежно від віку) сягає 25 – 30 (подекуди 35) годин щодня. Багаточасові виконання домашніх завдань стали нормою для учня. А чи не можна обійтися без них? Можна, й треба. Ще одна проблема – комп'ютерна залежність, а правильніше –

ПРОБЛЕМА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ МОДЕРНІЗАЦІЇ ОСВІТНЬОЇ СИСТЕМИ УКРАЇНИ

невміння учнем користуватись комп'ютером без шкоди для здоров'я.

Становище, що склалося, потребує активних дій. На вирішення проблем можна сподіватися тільки за умови, якщо охорона здоров'я стане предметом усебічно обґрунтованої політики в усіх галузях діяльності людини.

В умовах сьогодення система шкільного навчання вимагає відповіді на безліч запитань, що виникають у лікарів, педагогів та батьків дітей різного віку. Завдання школи – виховувати у школярів ціннісне ставлення до свого здоров'я та здоров'я оточуючих. Педагогічний процес має бути спрямований не лише на здобуття знань, які б розкривали можливості і здібності кожного учня, але й на реалізацію у навчальній діяльності усіх складових національного виховання. З-поміж цих складових – фізичне виховання, що має свої особливості.

Основною метою фізичного виховання у школі є формування в учнів стійких мотивів і потреб щодо свого здоров'я й фізичної підготовки, комплексний розвиток вроджених здібностей і набутих психічних якостей з використанням засобів фізичного виховання в організації здорового способу життя [6].

Для досягнення зазначеної мети передбачається виконання таких завдань:

- формування загальних уявлень про фізичну культуру, її значення в житті людини, збереження та зміцнення здоров'я, фізичного розвитку;
- розширення рухового досвіду, вдосконалення навичок життєво необхідних рухових дій, використання їх у повсякденній та ігровій діяльності;
- розширення функціональних можливостей організму дитини через цілеспрямований розвиток основних фізичних якостей і природних здібностей;
- формування ціннісних орієнтацій щодо використання фізичних вправ як одного з головних чинників здорового способу життя;
- формування практичних навичок для самостійних занять фізичними вправами та проведення активного відпочинку [3].

Фізичне виховання знаходиться у тісному зв'язку із здоров'язберігаючими технологіями.

Поняття “здоров'язберігаючі технології” об'єднує в собі всі напрями діяльності загальноосвітнього закладу щодо формування, збереження та зміцнення здоров'я учнів.

Під здоров'язберігаючими технологіями 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 [5, 114].

Мета здоров'язберігаючих освітніх технологій – забезпечення умов фізичного, психічного, соціального та духовного комфорту, що сприяють продуктивній навчально-пізнавальній та практичній діяльності учасників освітнього процесу, заснований на науковій організації праці та культури здорового способу життя особистості.

Незважаючи, що термін “здоров'язберігаючі технології” з'явився нещодавно, в традиційній педагогічній літературі він трактується по-різному.

Так, С. Свириденко пропонує таке визначення: “Здоров'язберігаючі технології – це сприятливі умови навчання дітей у школі, до яких належать сприятливий мікроклімат у класі, адекватність вимог та методик, що використовуються у навчально-виховному процесі; раціонально організоване навчання відповідно до вікових, статевих, індивідуальних особливостей” [9, 126].

О. Петров розглядає здоров'язберігаючі освітні технології як систему, що створює максимально можливі умови для збереження, зміцнення і розвитку духовного, емоційного, інтелектуального, особистого і фізичного здоров'я всіх суб'єктів освіти – учнів, педагогів та ін. [7, 3].

Здоров'язберігаючі освітні технології можна розглядати як технологічну основу прогресивної педагогіки, що оперує прийомами, формами і методами організації навчання та виховання дітей без шкоди для їхнього здоров'я.

Отже, поняття “здоров'язберігаючі технології” у контексті педагогічної науки – це єдина система, що об'єднує у собі всі напрями діяльності загальноосвітнього закладу щодо формування, збереження і зміцнення здоров'я учнів, і має за мету фізичний, духовний, психічний, інтелектуальний розвиток [8, 107].

Можна багато говорити про ефективність і корисність освітнього процесу, але важко ігнорувати той факт, що більшість дітей закінчують школу з різноманітними захворюваннями, які формуються у період їхнього навчання.

Поміж здоров'язберігаючих освітніх технологій, які застосовують у навчально-виховному процесі можна виокремити організаційно-педагогічні, які сприяють попередженню перевтоми, гіподинамії, дезадаптивних станів; психологічно-педагогічні, що пов'язані з діяльністю педагога на уроці та його впливом на учня упродовж заняття; навчально-виховні, які включають програми, що

ПРОБЛЕМА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ МОДЕРНІЗАЦІЇ ОСВІТНЬОЇ СИСТЕМИ УКРАЇНИ

стосуються збереження і зміцнення здоров'я усіх суб'єктів навчально-виховного процесу, співпрацю з батьками учнів та громадськістю [5, 127].

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 [4, 50].

Окрім того, здоров'язберігаючі технології реалізуються за декількома напрямками, залежно від віку дитини та способу її діяльності, а саме: організація навчально-виховного процесу з урахуванням психологічного й фізіологічного впливів на організм учнів; розробка навчальних програм зі здоров'язбереження учнів та профілактика шкідливих звичок; використання комплексу оздоровлювальних заходів з метою зміцнення здоров'я школярів; медичний, психологічний моніторинг стану здоров'я школярів; створення служби психологічної допомоги усім суб'єктам навчально-виховного процесу щодо подолання стресів, тривожності, агресивності; формування доброзичливих і гуманних взаємовідносин у колективі; контроль за дотриманням санітарно-гігієнічних норм організації навчально-виховного процесу тощо.

Відмінними особливостями реалізації здоров'язберігаючих технологій під час навчально-виховного процесу є:

- співпраця з учнями на рівні гуманістичних взаємовідносин (на протипагу авторитарному стилю викладання і спілкування);
- особистісно орієнтоване навчання (на протипагу дидактоцентричному) з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей кожного учня;
- індивідуалізація виховного впливу на школяра;
- творчий підхід до навчання;
- інтерактивні форми і методи навчання;
- скерованість на попередження стомлюваності школяра;
- гнучке та узгоджене використання вчителем інформації до учня;
- організація оздоровчих фізкультхвилинок під час уроків для всіх учнів, не залежно від віку (як правило, фізкультхвилинка та фізкультпаузи проводять з учнями початкової школи, вважаючи,

що у середніх та старших класах вони є не обов'язковими) [5, 112].

З позиції сьогодення здоров'язберігаючі освітні технології можна розглядати як технологічну основу прогресивної педагогіки, що оперує прийомами, формами й методами організації навчання і виховання дітей без шкоди для їхнього здоров'я.

Висновки. Здоров'язберігаючі освітні технології передбачають організацію діяльності, за якої використовуються різні підходи до зміцнення і збереження здоров'я дітей, формування у них мотивації ведення здорового способу життя тощо. Чільне місце та відповідальність за організацію навчальної діяльності учнівської молоді належить освітній системі, яка має усі можливості для того, аби навчально-виховний процес був здоров'язберігаючим, а його учасники – учні, вчителі, вихователі, батьки були здоровими фізично, психічно й духовно.

1. *Державний стандарт початкової загальної освіти // Початкова школа. – 2011. – № 5 – С. 7.*

2. *Інформаційні матеріали щодо стану здоров'я дітей в Україні та основних чинників, які впливають на його збереження // Інформ. зб. МОН України. – 2012. – № 15 – 16.*

3. *Концепція фізичного виховання в системі освіти в Україні // Фізичне виховання в школі, 2013. – № 2.*

4. *Корнєєв Н.В. Здоров'я школярів: сьогодення та проблеми на перспективу / Н.В. Корнєєв, Г.М. Даниленко // Охорона здоров'я України. – 2003. – №1. – С. 49 – 54.*

5. *Лук'яненко М.І. Педагогіка здоров'я: теорія і практика: монографія / Дрогобич: Редакційно-видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2012. – 348 с.*

6. *Основи здоров'я загальноосвітніх навчальних закладів (1 – 4 класи). – Програма. / За заг. ред. Т.Є. Бойченко. – К.: Освіта, 2011.*

7. *Петров В.О. Здоров'язберігуючі технології в роботі вчителя фізичної культури. // Фізичне виховання в школі, 2012. – № 5. – С. 3.*

8. *Потапшук І.В. Школа сприяння здоров'ю: теорія і практика: Навч. посіб. – Луцьк: Надстир'я, 2006. – 144с.*

9. *Свириденко С.О. Активізація пізнавальної діяльності учнів у процесі формування здорового способу життя / С.О. Свириденко // Сучасні технології навчання у початковій освіті. – К.: КМПУ ім. Б. Грінченка, 2006. – С. 126 – 127.*

Стаття надійшла до редакції 08.10.2015