

УДК 373.013:613

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОГО ПРОСТОРУ В НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОМУ ПРОЦЕСІ

Л.С.Гудзевич

***Анотація.** Розглядається поняття «здоров'язберігаючі технології» як частина педагогічної науки, як спосіб організації, модель навчального процесу та його інструментарій, що повинен забезпечити ефективність і результативність навчання разом із збереженням здоров'я учнів*

***Ключові слова:** здоров'язберігаючі технології, здоров'язбереження.*

***Аннотация.** Рассматривается понятие «здоровьесберегающие технологии» как часть педагогической науки, как способ организации и модель учебного процесса, его инструментарий, который должен обеспечить эффективность и результативность учебы вместе с сохранением здоровья учеников.*

***Ключевые слова:** здоровьесберегающие технологии, здоровьесбережение.*

***Summary.** A concept «Health care technologies» as part of pedagogical science, as method of organization, model of educational process, as tool of educational process which must provide efficiency and effectiveness of studies together with the maintainance of health of students is examined.*

***Key words:** health protecting technologies, health protection.*

Постановка проблеми. Проблема збереження й цілеспрямованого формування здоров'я дітей, молоді в складних сучасних умовах розвитку України виключно значуща і актуальна. За останні роки

в Україні спостерігається значне якісне погіршення здоров'я школярів. За даними досліджень, лише 10% випускників шкіл можуть вважатися здоровими, 40% мають різну хронічну патологію. У кожного другого школяра виявлено поєднання декількох хронічних захворювань. За період навчання в школі число дітей з порушеннями опорно-рухового апарату збільшується в 1,5–2 рази, нервовими хворобами – в 2 рази, з алергічними хворобами – в 3 рази, з короткозорістю – в 5 разів [5].

Отже, необхідне розуміння, що нова якість освіти, яка забезпечила б розвиток сучасного суспільства, може бути досягнута лише при створенні певних умов організації такого навчально-виховного процесу, який не зашкодить здоров'ю дітей та молоді і буде спрямований на збереження, зміцнення й формування здоров'я учасників навчально-виховного процесу [6,9]. А це вимагає від педагогів застосування своєрідних підходів в освіті й виховання на основі здоров'язбереження.

Аналіз наукових досліджень з даного питання. Більшість учених і практиків (В.Р.Кучма, А.М.Мітєєва, М.К.Смірнов, М.І.Степанова, Л.Ф.Тихомірова) визначають використання здоров'язберігаючих технологій як головний напрям розв'язання проблем збереження та зміцнення здоров'я школярів у сучасних умовах освітнього простору. Проте відсутність єдиного підходу до поняття „здоров'язберігаючі технології”, дуже вільне його тлумачення, недостатнє теоретичне й методичне обґрунтування даного поняття викликає значні складнощі в реалізації принципів здоров'язбереження у практиці навчання і виховання.

Метою даної статті є: аналіз уявлень щодо поняття „здоров'язберігаючі технології” у системі освіти та його місця у навчально-виховному процесі.

Виклад основного матеріалу. Поняття «здоров'язберігаючі технології» об'єднує в собі всі напрями діяльності загальноосвітнього закладу щодо формування, збереження та зміцнення здоров'я учнів [10]. Під здоров'язберігаючими технологіями вчені 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 [1,11].

Слід зазначити, що впровадження здоров'язберігаючих освітніх технологій пов'язано з використанням медико-гігієнічних, фізкультурно-оздоровчих, лікувально-оздоровчих, соціально-адаптованих, екологічних здоров'язберігаючих технологій та технологій забезпечення безпеки життєдіяльності. Сутність здоров'язберігаючих та здоров'яформуючих технологій постає в комплексній оцінці умов виховання і навчання, які дозволяють зберігати наявний стан учнів, формувати більш високий рівень їхнього здоров'я, навичок здорового способу життя, здійснювати моніторинг показників індивідуального розвитку, прогнозувати можливі зміни здоров'я і проводити відповідні психолого–педагогічні, корегувальні, реабілітаційні заходи з метою забезпечення успішності навчальної діяльності та її мінімальної фізіологічної “вартості”, поліпшення якості життя суб'єктів освітнього середовища [2].

Аналіз класифікацій наявних здоров'язберігаючих технологій дає можливість виокремити такі їх типи [3]: здоров'язберігаючі – 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, спрямовані 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, подолання конфліктів тощо), профілактика травматизму та зловживання психоактивними речовинами, статеве виховання. Ці технології реалізуються завдяки включенню відповідних тем до предметів загального 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. У позакласній (виховній) роботі повторюються, поглиблюються і закріплюються валеологічні знання, отримані на уроках, виховується переконаність школярів та формується потреба у здоровому способі життя. Водночас учні знайомляться з найважливішими досягненнями науки – валеології, медицини, біології, досягненнями в галузі культури здоров'я людини. Варто зазначити, що проблема формування культури здоров'я школярів в позакласній роботі потребує більшого вивчення та різноманітних методів упровадження. Тому необхідно більше приділяти уваги цьому питанню:

розробляти оздоровчі заходи, підвищувати активність учнів щодо самоосвіти, поширення одержаних знань, самооздоровлення.

Слід зазначити, що поняття “здоров’язберігаюча” можна віднести до будь-якої педагогічної технології, яка в процесі реалізації створює необхідні умови для збереження здоров’я основних суб’єктів освітнього процесу – учнів та вчителів. І головне, що будь-яка педагогічна технологія має бути здоров’язберігаючою. Знання, володіння й 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. Професійна підготовка майбутніх учителів до використання здоров’язберігаючих технологій повинна бути спрямована на опанування головних напрямів здоров’язбереження з урахуванням отриманої спеціальності, вікових та психофізіологічних особливостей учнів; суспільних потреб у регіоні тощо. Значним ресурсом сучасної освіти в країні може стати вчитель, який володіє теоретичними та практичними навичками щодо використання здоров’язберігаючих технологій у професійній діяльності. Аналіз деяких публікацій з проблем здоров’язберігаючих технологій свідчить про наявність різноманітних підходів до визначення поняття „здоров’язберігаючі технології”. Наголошується підміна педагогічного концепту медичними методиками, застосування реабілітаційної і медичної техніки оздоровлення, відхід від власне освітнього наповнення сутності поняття, відсутність соціальної складової у розумінні даного педагогічного поняття.

Однак знання про здоров’язберігаючі освітні технології ще не означають їх уміле впровадження. Для успішної практичної реалізації здоров’язберігаючих освітніх технологій створені програми психічної, емоційної та соціальної допомоги дітям і підліткам. Деякі з них швидко знаходять місце у житті молоді, допомагають самореалізуватись, дають необхідні знання, формують корисні вміння та навички, відкривають безліч можливостей. Такими проектами на сьогоднішній день є: програма «рівний рівному» – це складова частина тренінг-курсу, який розроблено у рамках Програми «Сприяння просвітницькій роботі». Програма спрямована на формування відповідального ставлення до особистого здоров’я у підлітків та молоді, оскільки саме в цьому віці відбувається засвоєння певних норм і зразків поведінки, накопичення відповідних знань і умінь, усвідомлення потреб і мотивів, визначення ціннісних орієнтацій. Також програма „Твоє життя – твій вибір” – це складова частина тренінг-курсу, який розроблено у рамках Програми „Сприяння просвітницькій роботі „рівний-рівному” серед молоді України щодо здорового способу життя”, що реалізується Міністерством освіти і науки України, Академією педагогічних наук України, ПРООН (Програмою Розвитку Організації Об’єднаних Націй), ЮНЕЙДС (Об’єднаною Програмою ООН з питань ВІЛ/СНІДу).

Дослідженнями доведено, що ефективність формування здорового способу життя вимагає активного залучення учнів до здоров’язберігаючого навчального процесу, формування в них активної позиції щодо зміцнення й збереження власного здоров’я [7]. Аналіз здоров’язберігаючої діяльності загальноосвітніх закладів України [4,8] дозволив виділити складові моделі цієї діяльності. Вона має поєднувати такі форми й види роботи:

- корекцію порушень соматичного здоров’я з використанням комплексу оздоровчих та медичних заходів без відриву від навчального процесу;
- різноманітні форми організації навчально-виховного процесу з урахуванням їх психологічного та фізіологічного впливу на учнів;
- контроль за виконанням санітарно-гігієнічних норм організації навчально-виховного процесу; нормування навчального навантаження та профілактику перевтоми учнів;
- медико-психолого-педагогічний моніторинг стану здоров’я, фізичного й психічного розвитку учнів;
- розробку та реалізацію навчальних програм із формування в учнів навичок ведення здорового способу життя та профілактики шкідливих звичок;
- діяльність служби психологічної допомоги вчителям та учням у подоланні стресів, стану тривоги; сприяння гуманному ставленню до кожного учня; формування доброзичливих взаємин у колективі вчителів;
- організацію та контроль за дотриманням збалансованого харчування всіх учнів школи;
- заходи, що сприяють збереженню та зміцненню здоров’я вчителів та учнів, створення умов для їх гармонійного розвитку.

Формування ціннісної мотивації особистості до здорового способу життя, виховання здорової людини – процес досить складний і суперечливий. На нього впливають умови розвитку держави, громадська думка, тобто найчастіше ті чинники, що не залежать від школи. Орієнтація і стан сімейного виховання не завжди допомагають нам у цій роботі. Збільшення кількості проблемних родин, зайнятість батьків, звідси – несумлінне виконання виховних функцій. До того ж, за результатами соціологічних досліджень, багато дітей саме в родині здобувають перший негативний життєвий досвід. Тому слід не один рік працювати над тим, щоб кожна дитина усвідомила той факт, що стан здоров'я і творчих можливостей людини майже на 70% залежить від неї самої, від рівня і стилю її життя, від її власної культури здоров'я і тільки на 30% — від чинників зовнішнього середовища, а також те, що здоров'я є основною життєвою цінністю людини.

Висновки. Отже, вирішення проблеми збереження здоров'я дітей та підлітків потребує пильної уваги всіх зацікавлених у цьому: педагогів, медиків, батьків, представників громадськості. Однак особливе місце та відповідальність в оздоровчій діяльності відводиться освітній системі, яка повинна й має всі можливості для того, щоб зробити освітній процес здоров'язберігаючим.

Література

1. Ахутина, Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально–ориентированный подход [Текст] / Т. В. Ахутина // Школа здоровья. – 2000. – Т. 7. – № 2. – С.21–27.
2. Бойченко, Т. Валеология – искусство бути здоровим [Текст] / Т. Бойченко // Здоров'я та фізична культура. – 2005. – №2. – С.1–4.
3. Ващенко, О. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально–виховному процесі [Текст] / О. Ващенко, С. Свириденко // Здоров'я та фізична культура. – 2006. – №8. – С. 1–6.
4. Волкова, І.В. Становлення шкіл сприяння здоров'ю [Текст] / І. В. Волкова, О. Є. Марінушкіна, Л. Д. Покроєва, З. В. Рябова. – Харків: ХОНМІБО, 2007. – 40 с.
5. Гігієнічні та соціально–психологічні аспекти моніторингу здоров'я школярів: Матеріали науково–практичної конференції // Харків: ІОЗДП АМНУ, 2006. – 226 с.
6. Інтерактивні технології навчання: теорія, практика, досвід: метод. посіб. авт. / укл.: О. Пометун, Л. Пироженко. – К. : А.П.Н.; 2002. – 136 с.
7. Матеріали V міжнародної науково–практичної конференції «Валеология: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку» / За ред. проф. М. С. Гончаренко. – Харків, 2007. – Т.4. – 208 с.
8. Освітні технології: Навчально–методичний посібник / О. М. Пехота, А. З. Кіктенко, О. М. Любарська та ін.; За заг. ред. О.М. Пехоти. – К. : А.С.К., 2001. – 256 с.
9. Пометун, О. Сучасний урок: інтерактивні технології навчання [Текст] / О. Пометун, Л. Пироженко. – К. : А.С.К., 2004. – 192 с.
10. Словник основних термінів і понять з превентивного виховання / Під заг. ред. доктора пед. наук, проф. Оржеховської В.М. / Тернопіль: ТзОВ «Тернограф», 2007. – С 177–179.
11. Смирнов, Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе [Текст] / Н. К. Смирнов; 2–е изд. – М. : АРКТИ, 2006. – 320 с.