

УДК 373.3/.5.091.2:613

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ПЕДАГОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ – ВАЖЛИВА СКЛАДОВА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА ЗАГАЛЬНООСВІТНЬОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ

Бережна Т. І.

У статті дається аналіз здоров'язберезувального середовища для молодших підлітків у загальноосвітньому навчальному закладі. А також аналізуються різні підходи до визначення поняття "здоров'язберезувальні технології". Розглядаються форми здоров'язбереження молодших підлітків та комплекс заходів у загальноосвітньому навчальному закладі, які необхідні для створення комфортних умов для самореалізації і розвитку учасників навчально-виховного процесу.

Ключові слова: здоров'я, здоров'язберезувальне середовище, здоров'язберезувальні технології, педагог, молодші підлітки.

В статье дается анализ здоровьесберегающей среды для младших подростков в общеобразовательном учебном заведении. Анализируются различные подходы к пониманию термина "здоровьесберегающие технологии". Рассмотрены формы здоровьесбережения младших подростков, а также комплекс мероприятий в общеобразовательном учебном заведении, которые необходимы для создания комфортных условий для самореализации и развития участников учебно-воспитательного процесса.

Ключевые слова: здоровье, здоровьесберегающая среда, здоровьесберегающие технологии, педагог, младшие подростки.

The article gives analysis of a health promoting environment for junior teenagers in general education school. The author also analyzes various approaches to the definition of the concept of "health promoting technologies" and examines forms of health promotion in junior teenagers and a complex of measures that are necessary for comfortable conditions for self-realization and development of the participants in the teaching and educational process at general education school.

Key words: health, health promoting environment, health promoting technologies, pedagogue, junior teenagers.

Останніми роками особливої гостроти набула проблема здоров'язбереження підростаючого покоління.

Відомо, що за час навчання у загальноосвітньому навчальному закладі стан здоров'я дітей значно погіршився. Негативна тенденція до погіршення фізичного і психічного здоров'я підлітків, насамперед, пов'язана з екологічними, економічними, соціальними проблемами в суспільстві.

Крім того, вона обумовлена на рівні загальноосвітньої школи певними чинниками, а саме: емоційний дискомфорт, спричинений труднощами навчально-виховного процесу, перевантаженням програмним матеріалом, складнощами стосунків у системі учні – вчителі – батьки, недостатньою руховою активністю, браком організації здорового дозвілля, раціонального харчування, слабким упровадженням системи здоров'язбереження, відсутністю сформованої мотивації на здоровий спосіб життя та культури здоров'я у дітей та підлітків.

Така ситуація потребує впровадження у практику роботи загальноосвітнього навчального закладу здоров'язберезувальних технологій, які є важливою складовою здоров'язберезувального середовища і передбачають взаємозв'язок та взаємодію всіх факторів навчально-виховного процесу, спрямованих на збереження і зміцнення здоров'я дітей та підлітків.

Таким чином, діяльність сучасної школи спрямована на формування здоров'язберезувального середовища для розвитку здорової дитини, формування у них позитивної мотивації на здоровий спосіб життя.

На даний час для розв'язання поставлених завдань надзвичайно важливим є аналіз підходів, концепцій, поглядів видатних психологів і педагогів на розкриття сутності здоров'я, здорового способу життя, здоров'язбережувального середовища, а також конкретизація в контексті нашого дослідження поняття "здоров'язбережувальне середовище для молодших підлітків".

О. Підгірна пояснює поняття "здоров'язбережувальний простір" як багаторівневу освітню систему і соціально організоване виховне середовище, в якому пріоритетами є: здоровий спосіб життя, культура здоров'я, прогнозування здоров'язбережувальної діяльності [16, с. 31].

Н. Міллер доводить, що здоров'язбережувальне освітнє середовище сприяє впровадженню здоров'язбережувального навчання як процесу взаємодії учнів і вчителя, результатом якого є засвоєння знань, умінь, навичок, способів творчої діяльності, системи цінностей і збереження здоров'я учасників освітнього процесу [9, с. 18].

Здоров'язбережувальне освітнє середовище А. Маджуга розглядає як цілеспрямовану і професійно створювану систему дидактичних умов, в якій засвоєння знань, умінь і навичок, розвиток творчого мислення і формування емоційно-ціннісного ставлення до власного здоров'я відбувається в ситуаціях фізичного, емоційного, інтелектуального, соціального, духовного комфорту [8].

Ми погоджуємося із думкою дослідника Д. С. Сомова, який зазначає, що здоров'язбережувальна діяльність у навчальному закладі ґрунтується на системному підході, що передбачає участь у ній усіх суб'єктів навчально-виховного процесу [15, с. 42].

Останніми роками здоров'язбережувальні педагогічні технології набули активного впровадження у педагогічній практиці. За їх допомогою вчителі формують знання, уміння, навички та свідомість, організовують простір діяльності й визначають життєві орієнтири підлітків.

Поняття "здоров'язбережувальні технології" охоплює всі напрями діяльності загальноосвітнього навчального закладу щодо формування культури здоров'я учнів, позитивної мотивації на здоровий спосіб життя.

Дослідник М. К. Смірнов серед здоров'язбережувальних технологій, що впроваджуються у системі освіти, виділяє декілька груп: медико-гігієнічні технології, фізкультурно-оздоровчі технології; екологічні технології, а також технології, які гарантують безпеку життєдіяльності, й здоров'язбережувальні освітні технології [14, с. 21].

На думку автора, здоров'язбережувальні освітні технології варто визнати найвагомішими за ступенем впливу на здоров'я учнів [14, с. 21].

Науковці вважають, що здоров'язбережувальними освітніми технологіями необхідно вважати всі педагогічні технології, які не шкодять здоров'ю учнів, створюючи безпечні умови для перебування, навчання та праці в школі, а саме:

- сприятливі умови навчання дитини в школі (відсутність стресових ситуацій, адекватність вимог, відповідна методика навчання та виховання);
- оптимальна організація навчально-виховного процесу (згідно з віковими, статевими показниками);
- індивідуальні особливості та гігієнічні норми;
- повноцінний та раціонально організований руховий режим;
- виховання в учнів позитивного ставлення до здорового способу життя [3, с. 4].

І. А. Єрохіна визначає поняття "здоров'язбережувальні технології" в освіті як сукупність форм, засобів і методів, що спрямовані на досягнення оптимальних результатів у підтриманні фізичного, психічного, етичного й соціального благополуччя людини в формуванні здорового способу життя [4, с. 165].

За висновками дослідників О. Ващенко і С. Свириденко, поняття "здоров'язбережувальні технології" об'єднує в собі всі сфери діяльності загальноосвітнього навчального закладу щодо формування, збереження та поліпшення здоров'я учнів [3, с. 3].

Серед здоров'язбережувальних технологій, що традиційно використовуються у системі загальноосвітніх навчальних закладів, можна виокремити п'ять

основних типів: медико-гігієнічні, фізкультурно-оздоровчі, еколого-рекреаційні, безпека життєдіяльності, здоров'язберезувальні педагогічні технології [3, с. 6].

Кожна з цих технологій має свою методику, способи, форми, хоч за кінцевим результатом усі вони спрямовані на збереження і зміцнення здоров'я безпосередніх учасників навчально-виховного процесу.

Суть здоров'язберезувальних технологій полягає в комплексній характеристиці умов виховання й навчання, які дозволяють зберігати наявний стан і нарощувати вищий рівень здоров'я молодших підлітків, формувати навички здорового способу життя, здійснювати моніторинг показників індивідуального розвитку, прогнозувати можливі зміни здоров'я та проводити відповідні психолого-педагогічні, корегувальні, реабілітаційні заходи з метою забезпечення успішної навчальної діяльності, поліпшення якості життя суб'єктів освітнього середовища.

Перше місце у цій групі посідають медико-гігієнічні технології, що охоплюють:

- контроль і допомогу в забезпеченні належних гігієнічних умов у навчальному закладі згідно із законодавчими та нормативними актами відповідних міністерств і відомств;
- проведення щеплень молодшим підліткам та надання консультативної і швидкої допомоги в екстремальних випадках;
- організацію санітарно-гігієнічної просвіти педагогічного колективу й молодших підлітків;
- відстеження динаміки здоров'я молодших підлітків;
- організацію профілактичних заходів напередодні епідемій (грипу) [4, с. 20].

Фізкультурно-оздоровчі технології спрямовані на формування фізично розвиненої особистості з високою мотивацією до здорового способу життя. За змістом ці технології передбачають розвиток у підлітків таких якостей, як загартованість, витривалість, швидкість, гнучкість, що реалізується заходами на уроках фізичної культури й у роботі спортивних секцій, клубів тощо.

Екологічні здоров'язберезувальні технології, спрямовані на створення природовідповідних, екологічно чистих умов життя й діяльності вчителів та учнів безпосередньо у навчальному закладі (облаштованість пришкольньої території, наявність кімнатних рослин у класах, рекреаціях, організація шкільного музею рослин, функціонування оранжереї та живого куточка, участь учнів у природоохоронних заходах).

Здоров'язберезувальні педагогічні технології зазвичай поділяють на три основні види: організаційно-педагогічні, психолого-педагогічні та навчально-виховні.

За допомогою організаційно-педагогічних технологій визначають структуру навчально-виховного процесу, організовують його учасників, створюють комфортний психологічний клімат в учнівському й педагогічному колективах.

Психолого-педагогічні технології набувають особливого змісту в межах диференційованого та індивідуального підходів. Вони найчастіше пов'язані з безпосередньою діяльністю вчителя, його впливом на молодших підлітків (психолого-педагогічний супровід усіх елементів навчально-виховного процесу).

Технології забезпечення життєдіяльності передбачають дотримання правил охорони праці, пожежної безпеки, цивільної оборони тощо.

До навчально-виховних технологій долучають програми з навчання турботи про власне здоров'я й формування культури здоров'я молодших підлітків із спонукання їх до дотримання здорового способу життя, запобігання шкідливим звичкам, проведення організаційно-виховної роботи після уроків, просвіти батьків тощо [10, с. 61].

Практика роботи загальноосвітніх навчальних закладів засвідчує, що здоров'язберезувальні технології реалізуються шляхом таких напрямів навчально-виховної діяльності:

- 1) створення умов для зміцнення здоров'я молодших підлітків та їхнього гармонійного розвитку;
- 2) організація навчально-виховного процесу з урахуванням його психологічного та фізіологічного впливу на організм молодших підлітків;
- 3) розроблення й реалізація програм з формування культури здоров'я і профілактики шкідливих звичок;

4) медико-психолого-педагогічний моніторинг стану здоров'я, фізичного і психічного розвитку молодших підлітків;

5) функціонування служби психологічної допомоги вчителям і молодшим підліткам щодо подолання стресів, тривожності, формування доброзичливих і справедливих відносин у колективі;

6) контроль за дотриманням санітарно-гігієнічних норм організації навчально-виховного процесу; нормування навчального навантаження і профілактики стомлюваності молодших підлітків;

7) організація збалансованого харчування молодших підлітків у навчальному закладі.

Вивчення наявних у педагогічній теорії та освітянській практиці здоров'я-збережувальних педагогічних технологій дає змогу констатувати, що їх ми вважаємо найдієвішими для впровадження у загальноосвітніх навчальних закладах України, а саме:

- здоров'язбережувальні технології, що охоплюють проведення тематичних семінарів та педагогічних рад, курсів підвищення кваліфікації для вчителів, дотримання раціонального розкладу уроків, відстеження певних норм домашніх завдань згідно з вимогами, проведення інтегрованих уроків, впровадження особистісно орієнтовного та індивідуального підходу у навчанні, створення сприятливого психологічного клімату, організацію психологічних тренінгів із молодшими підлітками, вчителями, батьками;

- технології збереження і стимулювання здоров'я передбачають рухливі спортивні ігри, релаксацію, пальчикову гімнастику, сольові мішечки, гімнастику для очей, технологію формування творчої особистості, технологію критичного мислення, введення для кожного підлітка листків та щоденників здоров'я;

- медико-гігієнічні здоров'язбережувальні технології – це регулярна диспансеризація підлітків і вчителів, своєчасне інформування батьків про необхідність додаткового медичного обстеження, проведення фізкультурних заходів, навчання підлітків навичок самоконтролю та самодіагностики, здійснення моніторингу захворюваності учнів, функціонування медичного кабінету, кабінету ЛФК, дотримання режиму вологого прибирання, створення куточків здоров'я;

- фізкультурно-оздоровчі технології охоплюють моніторинг фізичної підготовленості підлітків, комплекси лікувальної фізкультурної гімнастики, проведення здоров'я, занять у тренажерній залі, роботу спортивних гуртків та секцій, організацію рухливих ігор під час перерви;

- екологічні здоров'язбережувальні технології – це туристичні походи на природу, валеологічні екскурсії, виготовлення та розміщення годівниць, шпаківень взимку, робота на пришкольніх квітниках, екологічні десанти;

- корекційні технології ґрунтуються на арт-терапії, казкотерапії, технологіях музичного впливу, впливу кольором, корекції постави;

- технології навчання здорового способу життя включають: проведення комунікативних ігор, бесід, лекцій, тренінгів, гурткову та клубну роботу, організацію батьківського університету, діяльність творчих груп з пропаганди здорового способу життя, оздоровчих декад, годин спілкування, спортивно-масових, фізкультурно-оздоровчих заходів, співпрацю з батьками та громадськими організаціями.

Враховуючи практику роботи експериментальних загальноосвітніх навчальних закладів – Шкіл сприяння здоров'ю, нами визначено, що впровадження таких технологій спонукає педагогічні колективи загальноосвітніх навчальних закладів до: комплексного планування важливих завдань діяльності навчального закладу на основі здоров'язбереження; цілісного підходу до проблем збереження і зміцнення здоров'я дітей; визначення норм навчальних навантажень з урахуванням загальної працездатності та умов організації навчальної діяльності; формування здоров'язбережувальної компетентності педагогів, стимуляції самоосвіти з питань здоров'язбереження; створення у навчальному закладі здоров'язбережувального середовища та забезпечення співпраці з батьками.

Проведений нами аналіз здоров'язбережувальних педагогічних технологій дає змогу зробити висновок, що в Україні здійснюється науковий пошук у напрямі підвищення ефективності процесу формування здорового способу життя учнів у

контексті формування здоров'язбережувального середовища для молодших підлітків у загальноосвітньому навчальному закладі.

Література

1. Бех І. Д. Виховання особистості : у 2 кн. / І. Д. Бех. – Кн. 1 : Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади. – К. : Либідь, 2003. – 280 с.
2. Ващенко О. Готовність вчителя до використання здоров'язбережувальних технологій у навчально-виховному процесі / О. Ващенко, С. Свириденко // Здоров'я та фізична культура. – 2006. – № 8. – С. 1–6.
3. Ващенко О. Організація здоров'язберігаючої діяльності початкової школи / О. Ващенко, С. Свириденко // Початкова освіта. – 2005. – № 46 (334). – С. 2–4.
4. Ерохина И. А. Здоровьесберегающие технологии в профилактике наркозависимости подростков : дисс. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.02 / Ерохина И. А. – Тамбов, 2005. – 272 с.
5. Кириленко С. В. Школа культуры здоров'я: від сьогодні до майбутнього / С. В. Кириленко, О. М. Михайлов, В. П. Сергієнко. – К. ; Чернівці : Букрек, 2012.
6. Коржова М. Е. Здоровьесберегающая технология осуществления образовательного процесса в учреждениях среднего профессионального образования : автореф. дисс. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.01 / 13.00.08 / Коржова М. Е. – Челябинск, 2007. – 24 с.
7. Коцур Н. Формування здоров'язбережувального простору в загальноосвітніх навчальних закладах / Н. Коцур // Рідна школа. – 2012. – № 11. – С. 60–65.
8. Маджуга А. Г. Теория и практика формирования и развития валеоконативных стратегий личности в контексте здоровьесотворящего образования в современной школе / А. Г. Маджуга. – Шымкент : Изд-во ЮКГУ им. М. О. Ауезова, 2005. – 386 с.
9. Миллер Н. Д. Здоровьесберегающее обучение детей санаторных классов общеобразовательной школы : автореф. дисс. на соиск. ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.01 "Общая педагогика, история педагогики и образования" / Миллер Н. Д. – Новокузнецк, 2006.
10. Митина Е. П. Здоровьесберегающие технологии сегодня и завтра / Е. П. Митина // Начальная школа. – 2006. – № 6. – С. 56–59.
11. Митяева А. М. Здоровьесберегающие педагогические технологии : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / А. М. Митяева. – М. : Академия, 2008. – 192 с.
12. Оржеховська В. М. Валеологічні знання дітям і молоді / В. М. Оржеховська // Освіта України. – 1999. – № 36. – С. 10–11.
13. Селевко Г. К. Современные образовательные технологии : учеб. пособие / Г. К. Селевко. – М. : Народное образование, 1998. – 255 с.
14. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы / Н. К. Смирнов. – М., 2003. – 136 с.
15. Сомов Д. С. Теория и методология реализации здоровьесбережения в условиях современного ВУЗа : автореф. дисс. на соиск. ученой степени д-ра пед. наук : спец. 13.00.01 "Общая педагогика, история педагогики и образования" / Сомов Д. С. – Ставрополь, 2007. – 42 с.
16. Подгорная О. Е. Проектирование здоровьесберегающего пространства общеобразовательной школы средствами личностно-ориентированного образования : дисс. ... канд. пед. наук / Подгорная О. Е. – Тирасполь, 2005. – 211 с.