

Формування здоров'язбережувального простору в загальноосвітніх навчальних закладах



Надія КОЦУР,

доктор історичних наук, професор кафедри медико-біологічних дисциплін і валеології

Упродовж останніх років зростає пріоритетність проблеми здоров'я дітей і підлітків, що пов'язано з різким погіршенням стану їхнього фізичного й розумового розвитку та зниженням рівня розумової працездатності. Для її розв'язання необхідно створювати відповідні умови, прагнути органічного поєднання навчально-виховного та оздоровчого процесів. Свідоме оцінювання власної успішності, компетентний вибір і визначення особистістю, яка розвивається, цілей життєдіяльності є підґрунтям ефективного впровадження здоров'яформувальних і здоров'язбережувальних технологій.

У сучасних умовах інформатизації суспільства на здоров'я учнівської молоді впливає багато чинників, дія яких раніше була значно меншою. Особливо помітний цей вплив у підлітковому та юнацькому віці. Йдеться, зокрема, про зниження фізичного і підвищення нервово-психічного навантаження, інформаційне перевантаження, стрімке поширення серед молоді шкідливих звичок. Причини зростання захворюваності школярів пов'язують і з недоліками у системі шкільної та вищої освіти, з тими чинниками навчальної діяльності, які призводять до перенапруження нервової системи і заважають створенню належних умов для задоволення потреб у самопізнанні, самовдосконаленні й самореалізації. Через навчальні перевантаження більшість школярів страждає від недостатньої рухової активності. На стані здоров'я учнів також позначаються невідповідність нових шкільних програм фізіологічним і психологічним особливостям їхнього розвитку, брак навичок організації ефективного навчання, здорового дозвілля, правильного харчування. Окрім того, у багатьох навчальних закладах недостатньо впроваджується система здоров'язбереження школярів.

Важлива роль сучасного загальноосвітнього навчального закладу щодо забезпечення здоров'я школяра зумовлена також особливостями його функціонування як цілісної багаторівневої системи, що упродовж тривалого часу істотно впливає на психічний та фізичний розвиток особистості. Більшість форм життєдіяльності школяра реалізується в межах виховної, комунікативної, соціально-адаптивної функцій школи. Неперервність і довготривалість дії певного соціального оточення можуть створювати сприятливі, гальмівні або індивідуальні

умови для гармонійного розвитку та самореалізації особистості.

Дослідження гігієністів та фізіологів останніх років (Г.М. Даниленко, Т.Б. Єфімова, Т.В. Меркулова та ін.) дали змогу обґрунтувати гігієнічні принципи збереження здоров'я школярів в умовах упровадження педагогічних технологій та освітніх інновацій, до яких належать: фізіолого-гігієнічна регламентація навчального навантаження; етапний моніторинг здоров'я школярів і чинників внутрішньошкільного середовища; використання скринінгових методик; забезпечення активного скеровування учнів на збереження індивідуального здоров'я та розвиток здоров'яформувального середовища у школі; психолого-педагогічна підтримка заходів з первинної профілактики порушень здоров'я, активізація медико-профілактичної роботи [4].

Здоров'язбережувальні технології в освітньо-виховному процесі розглядаються в працях багатьох авторів. Зокрема, теоретичні й методологічні засади використання здоров'язбережувальних технологій у роботі вчителя та школи розкриті в публікаціях В.П. Горашука [3], М.К. Смирнова [9], І.В. Чупахи [10] та ін. М.М. Безруких виділяє групу факторів ризику для здоров'я школярів – педагогічний комплекс, який розвивається під впливом авторитарно-репродуктивної системи навчання [1]. Дослідники Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди С.Є. Лупаренко, О.І. Попов, П.І. Потейко і Л.А. Суханова виокремлюють основні групи здоров'язбережувальних технологій [8].

Медико-соціальні аспекти здоров'язбережувальних освітніх технологій досліджували О.М. Лук'янова [7], М.І. Гончаренко [2] та ін. Результати наукових досліджень свідчать, що впровадження нових

форм навчання може негативно позначитися на здоров'ї школярів унаслідок впливу багатьох чинників, до яких варто віднести: кількісну та якісну інтенсифікацію навчальної діяльності; зміни режиму дня; тривалу психоемоційну напругу, розвиток «шкільного стресу»; порушення санітарно-гігієнічних та протиепідемічних нормативів внутрішньошкільного середовища; впровадження нових форм навчання без відповідного медико-психолого-педагогічного супроводу й оцінки ефективності.

Здоров'язбережувальний супровід освітнього процесу становить систему умов, заходів і педагогічних технологій, спрямованих на збереження і оптимізацію резервних можливостей організму дітей та підлітків, підтримання високої працездатності й оптимального розвитку фізичних, психічних можливостей соціально здорової особистості.

Здоров'язбережувальні технології, в широкому розумінні, – всі ті технології, використання яких в освітньому процесі забезпечує формування, збереження і зміцнення здоров'я школярів; у вузькому розумінні – це педагогічні прийоми, методи, які не завдають прямої або непрямой шкоди здоров'ю учнів і педагогів, створюють їм безпечні умови перебування, навчання та роботи в освітньому закладі; технології, що засновані на вікових особливостях пізнавальної діяльності учнів, навчання на оптимальному рівні складності, варіативності методів і форм навчання, оптимальному поєднанні рухових і статичних навантажень, навчання в малих групах, використанні наочності та поєднанні різних форм надання інформації, створенні емоційно сприятливої атмосфери, формуванні позитивної мотивації до навчання («педагогіка успіху»), на культивуванні в учнів знань з питань здоров'я.

Варто зазначити, що всі технології, педагогічні прийоми, які застосовуються вчителем на уроці, можуть бути оцінені (кількісно і якісно) за ступенем їхнього впливу на здоров'я школярів.

Дослідження вчених-гігієністів і фізіологів підтверджують, що якщо розглядати використання здоров'язбережувальних технологій учителем на уроці й під час проведення організаційно-педагогічних заходів як виконання завдання-мінімуму, тобто здійснення захисту здоров'я учнів від нанесення потенційної шкоди, то значна частина програм школи, що стосуються сфери здоров'я, виявиться за межами здоров'язбереження. Водночас завдання школи з підготовки учня до самостійного життя передбачають формування в нього культури здоров'я, виховання потреби вести здоровий спосіб життя, забезпечення необхідними знаннями, закріплення відповідних навичок. Так, наприклад, М.К. Смирнов пропонує виділяти поняття «здоров'яформувальні освітні технології», розуміючи їх як психолого-педагогічні технології, програми, методи, які спрямовані на виховання в учнів культури здоров'я, особистісних якостей, що сприяють його збереженню й зміцненню, формування уявлення про здоров'я як цінність,

а також мотивації на ведення здорового способу життя [9, с. 14].

Діяльність школи зі збереження і зміцнення здоров'я учнів лише тоді може вважатися повноцінною й ефективною, коли повною мірою, професійно і в єдиній системі реалізуються здоров'язбережувальні і здоров'яформувальні технології.

Інший дослідник, В.Д. Сонькін, здоров'язбережувальні технології пропонує розуміти як такі фактори: сприятливі умови навчання дітей і підлітків у школі (відсутність стресу, адекватність вимог, методик навчання і виховання); оптимальна організація навчального процесу (відповідно до вікових, статевих, індивідуальних особливостей і гігієнічних вимог); необхідний, достатній і раціонально організований руховий режим [6]. Комплексна програма здоров'я в дитячому колективі, на його думку, має передбачати такі компоненти: освіту в галузі здоров'я; фізичне виховання; шкільну медичну службу; службу харчування; службу здоров'я персоналу школи; шкільну психологічну службу; соціальні служби; участь батьків і громадськості.

М.М. Безруких доповнює здоров'язбережувальні технології поняттям «здоров'язбережувальні заходи», до яких відносить: диспансеризацію учнів; профілактичні щеплення; дні здоров'я, турпоходи; шкільні спортивні свята; бесіди про здоров'я з учнями та їхніми батьками; вітамінізацію; програму «Здоров'я» (шкільний компонент); випуск санбюлетеня, листків здоров'я та ін. [1, с. 5].

Водночас потрібно підкреслити, що здоров'я – цінність не тільки особиста й соціальна, а й освітня. Попри всі труднощі в соціальній сфері, найважливішим завданням закладів освіти залишається охорона і поліпшення здоров'я дітей та підлітків, забезпечення їхнього гармонійного фізичного та нервово-психічного розвитку. Для виконання цього завдання необхідним є створення таких оздоровчих педагогічних програм, які б комплексно розв'язували проблеми здоров'я й успішного навчання.

Управління педагогічним процесом з метою поліпшення здоров'я його учасників можливе на двох рівнях:

- управління діяльністю учнів;
- управління діяльністю педагога-організатора навчально-виховного процесу.

На першому рівні головним фактором у руках суб'єкта управління є педагогічні засоби, до яких варто віднести все те, що може бути використано для поліпшення здоров'я. У практиці освітніх установ це зміст, принципи, методи навчання та виховання, форми організації навчального процесу, способи та стилі спілкування тощо.

Здоров'язбережувальний супровід навчального процесу в освітніх закладах має передбачати реалізацію таких завдань: 1) організацію особистісно орієнтованого навчання з урахуванням індивідуальних можливостей дитини; 2) діагностику рівня індивідуального здоров'я з урахуванням

психосоматичних, конституційних і соціально-духовних особливостей учня; 3) реалізацію системи рекреаційних, корекційних і реабілітаційних заходів зі збереження здоров'я та створення комфортних умов для дітей, які належать до «групи ризику»; 4) вибір оптимальних технологій і навчальних програм, що враховують стать, вік, соціальне та екологічне середовище; 5) формування індивідуальних потреб особистості та профорієнтації на основі знань про власні можливості й особливості соматичного, психічного, інтелектуального, духовного і соціального здоров'я; 6) навчання методів самодіагностики, самооцінювання, самоконтролю та самокорекції психосоматичного статусу особистості; 7) оптимізацію соціально-гігієнічних умов життєдіяльності дітей, вихователів і педагогів [7, с. 383].

Як зазначалося вище, С.Є. Лупаренко, О.І. Попов, П.І. Потейко, Л.А. Суханова вирізняють такі типи здоров'язбережувальних технологій:

1. Медико-гігієнічні технології, що спрямовані на дотримання оптимальних гігієнічних умов навчання і виховання школярів. До цих технологій варто віднести: функціонування у школах медичного кабінету; контроль і допомогу в забезпеченні належних гігієнічних умов, надання консультативної і невідкладної допомоги учасникам освітнього процесу; проведення заходів щодо санітарно-гігієнічної освіти учнів і педагогічного колективу; спостереження за динамікою здоров'я учнів, організацію профілактичних заходів; створення стоматологічного, ароматерапевтичного, фізіотерапевтичного та інших кабінетів, де надається щоденна допомога школярам і педагогам; проведення занять ЛФК; організацію фітотерапії та ін.

2. Екологічні здоров'язбережувальні технології. Вони спрямовані на формування у школярів навичок бережливого ставлення до природи, встановлення гармонійних взаємин з навколишнім природним середовищем, залучення учнів до дослідницької діяльності у сфері екології та ін., що сприяє зміцненню їхнього духовно-етичного здоров'я. У школі ці технології реалізуються шляхом облаштування пришкольньої території, розведення зелених рослин у класах, організації діяльності «живого куточка», участі у природоохоронних заходах.

3. Лікарсько-оздоровчі технології. Їхній принцип полягає у впровадженні ідей лікувальної педагогіки та лікувальної фізкультури, вплив яких забезпечує відновлення фізичного здоров'я школярів.

4. Фізкультурно-оздоровчі технології. Вони орієнтовані на фізичний розвиток учнів шляхом загартування, тренування сили, витривалості, швидкості, гнучкості й інших фізичних якостей тощо. Ці технології передбачають систему дій учителя, певних засобів навчання і виховання, а також способів їх використання, що спрямовані на фізичний розвиток учнів, і реалізуються під час уроків фізкультури та в роботі спортивних секцій.

5. Соціально-адаптивні та особистісно-розвивальні технології. Ці технології спрямовані на

формування та зміцнення здоров'я учнів, підвищення ресурсів психологічної адаптації особистості. Вони передбачають проведення різноманітних соціально-психологічних тренінгів, реалізацію програм соціальної і сімейної педагогіки, до участі в яких залучаються не тільки школярі, але і їхні батьки та педагоги.

6. Технології забезпечення безпеки життєдіяльності. Вони спрямовані на впровадження в навчально-виховний процес рекомендацій фахівців з охорони праці, будівельників, представників комунальних, інженерно-технічних служб, цивільної оборони, пожежної інспекції тощо. Поінформованість школярів з цих питань забезпечується завдяки вивченню курсів «Основи здоров'я» і «ОБЖ», педагогів – курсу «БЖД». За створення безпечних умов перебування у школі відповідає її директор.

7. Здоров'язбережувальні педагогічні технології, до яких варто віднести:

- організаційно-педагогічні технології, які визначають структуру навчального процесу, що сприяє запобіганню перевтомі, гіподинамії та іншим дезадапційним станам;

- психолого-педагогічні технології, пов'язані з безпосередньою роботою вчителів на уроці, та психолого-педагогічний супровід усіх елементів освітнього процесу;

- навчально-виховні технології, які охоплюють програми формування культури здоров'я учнів, мотивації їх до ведення здорового способу життя, попередження шкідливих звичок. Вони передбачають проведення організаційно-виховної роботи зі школярами в позаурочний час та санітарно-освітньої роботи з їхніми батьками. Результативність цих технологій залежатиме від ступеня усвідомлення всіма педагогами освітнього закладу своєї відповідальності за збереження здоров'я учнів і одержання ними необхідної професійної підготовки для діяльності в цьому напрямі [8].

Необхідно підкреслити, що всі розглянуті технології можуть бути представлені в ієрархічному порядку з урахуванням ступеня «втягнення» учня в освітній процес:

- позасуб'єктні: технології раціональної організації освітнього процесу, формування здоров'язбережувального освітнього середовища, форми організації здорового харчування (зокрема дієтичного) тощо;

- технології, що передбачають пасивну позицію учня: фітотерапія, масаж, офтальмотренажери тощо;

- технології, що передбачають активну позицію учня: різні види гімнастики, технології навчання способів збереження та зміцнення здоров'я, виховання культури здоров'я.

Ефективність здоров'язбережувальних освітніх технологій залежить також від цілеспрямованої взаємодії вчителя та учнів, послідовної системи активних дій усіх учасників навчально-виховного процесу, спрямованої на створення здорового

середовища з метою формування таких життєвих навичок, які зумовлюють збереження, зміцнення та відтворення здоров'я й орієнтують на утвердження здорового способу життя, розвиток духовно, психічно, фізично та соціально здорової особистості.

Здоров'язбережувальний супровід навчального процесу має охоплювати такі компоненти: змістовий (добір, систематизація та методичне забезпечення навчальних матеріалів, що становлять змістову основу проведення роботи з формування основ здорового способу життя); ціннісно-орієнтаційний (формування усвідомленого ставлення до здоров'я як первинної базової цінності); операційно-діяльнісний (активне, діяльнісне засвоєння та активізація отриманих знань про здоров'я, методи його розвитку та збереження шляхом організації спеціальної навчальної і позакласної роботи учнів); оцінно-результативний (проведення опитувань, тестування учнів та їхніх батьків, письмових і творчих робіт, підготовка й організація культурно-масових заходів святкового та спортивно-ігрового характеру).

Важливими елементами здоров'язбережувального супроводу навчального процесу є розклад уроків і організація уроку. Саме від них найбільшою мірою залежатимуть рівень розумової працездатності, успішність та здоров'я школяра. Врахування фізіологічних коливань працездатності під час організації навчання дає можливість забезпечити відповідність розкладу занять гігієнічним вимогам, підтримати працездатність учнів на оптимальному рівні впродовж тривалого часу. Правильна організація уроку насамперед передбачає врахування динаміки працездатності школярів. Під час фази «впрацьовування» (перші 3–5 хв) навантаження має бути відносно невеликим, що дає можливість школярам поступово включитися в роботу. У період оптимальної стійкої працездатності (в початковій школі цей період триває 15–20 хв, а в середніх і старших класах – 20–25 хв) навантаження має бути максимальним.

З метою профілактики гіподинамії, зменшення частки статичного компонента та підвищення рухової активності навчальний процес має будуватися на умовах сенсорної та психомоторної свободи. Необхідний ефект досягається за рахунок створення можливостей для пересування учнів по класу, використання фізкультхвилинок, проведення вправ для профілактики загального і зорового стомлення.

Важлива роль у збереженні високої працездатності на уроці належить фізкультхвилинкам. Їх доцільно проводити в той момент, коли спостерігаються перші ознаки втоми у школярів (розсіяна увага, зміна поз, відволікання). Під час проведення фізкультхвилинок бажано здійснювати додаткове провітрювання класу. Середня тривалість фізкультхвилинок – 40–60 сек.

Для зменшення втоми від розумової діяльності рекомендуються легкий самомасаж усіма

пальцями волосистої частини голови, стимуляція розташованих на обличчі і шиї біологічно активних точок, дихальні вправи.

Зберегти високу працездатність на уроці допомагають правильна регламентація тривалості уроку та раціональне чергування різних видів діяльності. Здоров'язбережувальній регламентації підлягає не тільки тривалість уроку, а й навчальні операції. Так, ученими-гігієністами доведено, що тривалість безперервного читання в молодших класах не має перевищувати 15 хв, а в 1-му – 10 хв.

Отже, висока працездатність школяра може бути збережена за умови раціональної організації уроку та дотримання здоров'язбережувальних рекомендацій щодо структури і тривалості навчальних занять.

Одним із здоров'язбережувальних компонентів, що сприяє зниженню рівня втомлюваності учнів у процесі навчання, є формування позитивної мотивації та сприятливого емоційного клімату в класі. Емоційним фактором у школі є оцінка успішності. Низька оцінка викликає негативні емоції. Саме тому головним генератором позитивних емоцій є інтерес до уроку. Відсутність зацікавленості уроком – це потужний фактор утомлюваності навіть тоді, коли немає справжніх елементів труднощів.

Для створення сприятливого емоційного клімату велике значення має похвала вчителя, тоді як образа призводить до пригніченого стану учнів. Тому одним із вагомих елементів здоров'язбереження під час організації уроку є ставлення вчителя до учня. Взаємини між педагогами й учнями мають будуватися на основі поваги, справедливості, доброзичливості.

Створення умов для психологічного та фізичного розвантаження дає можливість знизити рівень «шкільного стресу», підвищити функціональний стан організму школярів. Шляхи профілактики «шкільного стресу» можуть бути умовно поділені на два напрями.

Перший напрям – створення стабільної сприятливої атмосфери, зменшення ризику виникнення стресових ситуацій. Реалізація цього напрямку можлива за рахунок: своєчасної діагностики і корекції готовності дітей до шкільного навчання; дотримання вікових регламентів навчальних навантажень; психофізіологічної оптимізації змісту навчальних програм; проведення психогігієнічної експертизи педагогічних технологій та освітніх інновацій, надання їм здоров'язбережувальної спрямованості; реалізації особистісно орієнтованого навчання, в якому враховуються індивідуальні особливості та стан здоров'я дітей; культивування атмосфери доброзичливості; використання методів контролю знань, що враховують віково-статеві особливості дітей, передбачають індивідуальний підхід, впровадження тестових форм; підвищення соціального статусу вчителя (оздоровчі програми, підвищення емоційної стійкості); надання дієвої психологічної допомоги учням і вчителям.

Другий напрям – підвищення функціональних можливостей організму школярів, стійкості їх до стресу. Цей напрям реалізується шляхом оздоровлення дітей і підлітків, підвищення і мобілізації їхніх функціональних резервів; посилення ролі фізичного виховання у навчальному процесі; формування стійких стереотипів безпечної поведінки.

Одним із важливих аспектів здоров'яформування впливу педагогічних технологій та освітніх інновацій є пропаганда здорового способу життя. З огляду на те, що здоровий спосіб життя – це діяльність, найбільш характерна, типова для конкретних умов, спрямована на збереження, поліпшення і зміцнення здоров'я, реалізація цього впливу здійснюється у двох головних напрямках: створення й розвиток факторів здоров'язбереження та подолання чинників ризику.

Як підтверджують дослідження, ефективність формування здорового способу життя безпосередньо пов'язана з підвищенням рівня залучення учня до здоров'язбережувального освітнього процесу, виробленням активної позиції щодо особистого здоров'я. У цьому разі процес можна цілком умотивовано називати освітнім, оскільки для вирішення зазначених завдань використовуються засоби й потенціал педагогіки та психології.

На нашу думку, найбільш продуктивними й ефективними варто вважати ті педагогічні технології, які дають змогу спиратися на комплексний характер здоров'я; брати до уваги найбільшу кількість факторів, що впливають на здоров'я; враховувати вікові та індивідуальні особливості учнів; забезпечувати прийняття цілей і змісту освітньої політики закладу щодо зміцнення здоров'я та формування здорового способу життя; контролювати дотримання правил, які містять здоров'яохоронний і профілактичний зміст (правила не вживати психоактивні речовини та алкоголь, не курити тощо); постійно поліпшувати, згідно з вимогами сучасності, санітарно-гігієнічні умови школи, матеріально-технічну та навчальну базу, соціально-психологічний клімат у колективі; забезпечувати залучення учнів до планування діяльності та аналізу результатів виконаної роботи; формувати позитивне ставлення школярів до навчального закладу, сприятливий клімат у педагогічному та учнівському колективах, у відносинах вчителів та учнів; обґрунтовувати умови послідовності й наступності у реалізації технології; здійснювати періодичне оцінювання ефективності технології; залучати батьків до роботи зі збереження і зміцнення здоров'я учнів; практикувати особистісно орієнтований стиль викладання і відносин з дітьми; взаємодіяти із засобами масової інформації – висвітлювати роботу навчальних закладів щодо виховання культури здоров'я; проектувати освітнє середовище і створювати безпечні, комфортні умови життєдіяльності та ін.

Сьогодні ведеться активний пошук моделі, яка інтегрувала б усі форми здоров'язбереження

школярів в освітньому просторі. Однією з таких спроб, на нашу думку, є концепція «Школа здоров'я». Водночас лише одними здоров'язбережувальними технологіями і психотехнологіями питання про збереження та зміцнення здоров'я не вирішити. Необхідна також цілеспрямована робота з формування цінності здоров'я в структурі особистості учня.

Успішне використання можливостей зазначених педагогічних засобів для підвищення рівня здоров'я відбувається через характер діяльності учнів і особистість учителя. Беручи участь у формуванні особистості школяра, педагог насамперед повинен поставити мету власної діяльності. Для її реалізації вчитель сам має володіти досить високим рівнем здоров'я.

Проведене нами анкетування майбутніх педагогів – випускників Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди – щодо оцінювання рівня свого здоров'я показало, що лише 8% опитаних відносять себе до категорії практично здорових; 20% указують на наявність хронічних захворювань; періодично – 3–4 рази на рік – хворіють до 32% майбутніх педагогів і вихователів; практично всі відчують утому наприкінці навчального дня (див. рис. 1). Окрім того, більшість студентів зазначає, що не дотримуються основних складових здорового способу життя (нераціонально харчуються, 28% мають шкідливі звички, рухова активність 59% студентів є недостатньою, вони не займаються спортом тощо). Усвідомлюючи значущість названих чинників для власного фізичного здоров'я, у реальній діяльності майбутні педагоги використовують їх на повну міру, а 9% опитаних пов'язують зміцнення здоров'я з якісним медичним обслуговуванням. Усе це спричиняє появу професійних педагогічних захворювань, серед яких найбільш поширеними є хвороби дихальної системи, кісток, суглобів, неврози. Багатьох із них можна було б уникнути, дотримуючись санітарно-гігієнічних норм і займаючись профілактикою.

Майбутні педагоги також усвідомлюють фактор негативного впливу рівня власного здоров'я на педагогічний процес: до 4% респондентів виявляють

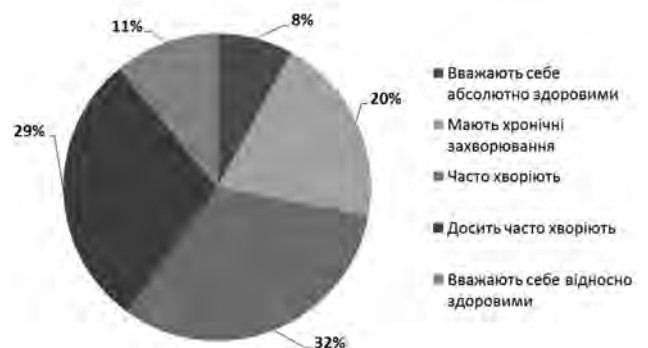


Рис. 1. Оцінювання майбутніми педагогами рівня свого здоров'я (за даними анкетування)

себе агресивно; 22,7% відчують апатію; 21,3% майбутніх педагогів схильні до емоційних вибухів; для 45% характерним є роздратування.

На думку учасників анкетування, зміцненню здоров'я найбільшою мірою сприяють такі чинники: заняття фізичними вправами (їх вважають необхідними і важливими 12% осіб); повноцінне та якісне харчування (22%). Факторами, що підтримують здоров'я вчителя, також називають оптимальну організацію робочого дня (24%), прогулянки на свіжому повітрі (26%), повноцінний сон (56%).

Як бачимо, результати проведеного анкетування майбутніх педагогів щодо оцінювання індивідуального здоров'я є невтішними. Вони зумовлюють потребу в усвідомленні ними значущості здорового способу життя у життєдіяльності кожної людини.

Отже, розв'язання проблеми збереження і зміцнення здоров'я всіх учасників освітнього процесу в сучасних умовах інтенсифікації навчання можливе шляхом формування здоров'язбережувального простору. Здоров'язбережувальні технології навчання і виховання школярів мають забезпечити високий рівень психосоматичного здоров'я, розумової працездатності, формувати мотивацію до ведення здорового способу життя та виховувати високу культуру здоров'я.

Література

1. Безруких М.М. Почему учиться трудно? / М.М. Безруких. – М., 2001. – 68 с.
2. Гончаренко М.С. Валеопедагогічний словник / М.С. Гончаренко, С.Є. Лупаренко. – Х., 2009. – 148 с.
3. Горашук В.П. Теоретичні і методологічні засади формування культури здоров'я школярів: автореф. дис. ... докт. пед. наук / В.П. Горашук. – Х., 2004. – 21 с.
4. Даниленко Г.М. Гігієнічні проблеми впровадження здоров'яформуючих програм серед школярів / Г.М. Даниленко, Т.Б. Єфімова, Т.В. Меркулова // Актуальні питання гігієни та екологічної безпеки України: збірка тез доп. наук.-практ. конф. – К., 2009. – С. 113–115.
5. Здоров'єсберегаючі технології в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения: метод. рекомендации / под ред. М.М. Безруких, В.Д. Сонькина. – М., 2002. – 142 с.
6. Коцур Н.І. Здоров'язберігальні технології у процесі підготовки майбутніх учителів / Н.І. Коцур // Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди». – 2011. – №21. – С. 124–128.
7. Лук'янова О.М. Медико-соціальні аспекти збереження здоров'я дітей, забезпечення їхнього гармонійного фізичного та інтелектуального розвитку / О.М. Лук'янова // Журнал АМН України. – 2001. – Т.7. – №3. – С. 408–417.
8. Лупаренко С.Є. Сутність, види та особливості здоров'язберігаючих технологій у дітей в умовах сучасного навколишнього середовища / С.Є. Лупаренко, О.І. Попов, П.І. Потейко, Л.А. Суханова // Гігієна населених місць. – 2010. – №55. – С. 382–386.

9. Смирнов Н.К. Здоров'єсберегаючі образовательные технологии в работе учителя и школы / Н.К. Смирнов. – М., 2003. – 136 с.

10. Чупаха И.В. Здоров'єсберегаючі технології в образовательно-воспитательном процессе: научн.-практ. сб. инновационного опыта / И.В. Чупаха, Е.З. Пужаева, И.Ю. Соколова. – М.: Илекса, 2001. – 400 с.



Анотації

Надія КОЦУР

Формування здоров'язбережувального простору в загальноосвітніх навчальних закладах

У статті досліджується питання формування здоров'язбережувального середовища в загальноосвітніх навчальних закладах. Аналізуються різні підходи до розуміння терміна «здоров'язбережувальна технологія». Розглянуто форми здоров'язбереження школярів в освітньому просторі та наведено результати оцінювання майбутніми педагогами рівня індивідуального здоров'я.

Ключові слова: здоров'я, здоров'язбережувальна технологія, загальноосвітній навчальний заклад, здоровий спосіб життя, школяр, педагог.

Надежда КОЦУР

Формирование здоров'єсберегающего пространства в общеобразовательных учебных заведениях

В статье исследуется вопрос формирования здоров'єсберегающей среды в общеобразовательных учебных заведениях. Анализируются различные подходы к пониманию термина «здоров'єсберегающая технология». Рассмотрены формы здоров'єсбережения школьников в образовательном пространстве и приведены результаты оценки будущими педагогами уровня индивидуального здоровья.

Ключевые слова: здоровье, здоров'єсберегающая технология, общеобразовательное учебное заведение, здоровый образ жизни, школьник, педагог.

Nadiya KOTSUR

Forming of health-saving space in general educational institutions

The article explores the question of forming of health-saving environment in general educational institutions. Analyzed the different approaches to the understanding of the term «health-saving technology». Disclosed the forms of saving health of the pupils in educational space and presented results of evaluation of the future teachers of the level of individual health.

Keywords: health, health-saving technology, general educational institution, healthy lifestyle, pupil, teacher.