

УДК 373.1

Безродня Т. І., Бабічева С. М., Бесараб В. І.

ВПРОВАДЖЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ОСВІТНІЙ ПРОЦЕС ЗАКЛАДУ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ І-ІІІ СТУПЕНІВ № 110 ХАРКІВСЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСТІ

У статті розглянуто проблему впровадження здоров'язбережувальних технологій в освітній процес закладу загальної середньої освіти І-ІІІ ступенів № 110 Харківської міської ради Харківської області. Статтю присвячено актуальній проблемі сьогодення – формуванню у школярів особистісно зорієнтованого ставлення до власного здоров'я, екологічної грамотності й здорового способу життя. У цьому контексті тема роботи зумовлена обговоренням питання психологічних особливостей підлітків та відповідальності батьків за збереження здоров'я дітей, наголошенням на складності цього процесу, оскільки він становить значно серйозніше завдання: формування особистості дитини, виховання здорових дітей. Значну увагу приділено питанню здоров'язбережувальної технології у закладі загальної середньої освіти як складової гармонійного розвитку учнів.

Ключові слова: технологія, педагогічні технології, здоров'язбережувальна технологія, учні, компетентність екологічної грамотності і здорового життя.

Без здоров'я і мудрість незавидна, і мистецтво бліде, і сила в'яне, і багатство без користі, і слово безсиле

(Герофіл, близько 300 р. до н.е., давньогрецький лікар, один з основоположників олександрійської медичної школи)

Постановка проблеми. У Концепції "Нової української школи", розробленої відповідно до Конституції України, у статтях законів України "Про освіту", "Про загальну середню освіту" чітко зазначено, "що важливим складником шкільного навчання та виховання є формування здорового способу життя, підвищення соціальної активності і зміцнення здоров'я школярів" [7].

Актуальність роботи визначається новою інтерпретацією думки про збереження і зміцнення здоров'я дітей, що є найважливішим завданням держави і суспільства. Проте з кожним роком збільшується кількість чинників, які негативно впливають на їх життя та здоров'я. Водночас, доводиться констатувати, що незважаючи на значну увагу з боку суспільства, здоров'я учнів постійно погіршується. Кількість здорових дітей у нашій країні, за різними даними, коливається від 4 до 10 %. На сьогоднішній день 36 % учнів закладів загальної середньої освіти мають низький рівень фізичного здоров'я, 34 % – нижче за середній, 23 % – середній, 7 % – вище середнього, і лише 1 % – високий. При цьому, за останні роки спостерігається тенденція до погіршення стану здоров'я школярів усіх вікових груп. Відомо, наскільки шкідливим, навіть небезпечним і для окремої людини, і для суспільства загалом, є вживання тютюну, алкоголю й наркотиків. Як свідчить практика, інформаційно-просвітницький підхід, що домінував упродовж багатьох років, виявився неефективним щодо розв'язання завдань профілактики тютюнопаління, вживання алкоголю, наркотиків, розповсюдження ВІЛ-інфекції. Нині альтернативою є формування у школярів особистісно зорієнтованого ставлення до власного здоров'я, екологічної грамотності і здорового життя [2].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Виходячи з вищесказаного, у школярів доцільно формувати культуру здоров'я як головну умову культурного і духовного ставлення особистості. Саме культура здоров'я визначає спосіб життя не лише окремої особи, а й усього людства. Особливо важлива роль у формуванні здоров'я дітей та підлітків належить школі. У процесі дослідження застосовується метод моніторингового дослідження. Проведене дослідження дозволяє більш повно проаналізувати усвідомлення учнями залежності стану здоров'я від способу життя й екологічного середовища життєдіяльності, принципової можливості формування культури здоров'я школяра, забезпечення повноцінного фізичного розвитку й зміцнення здоров'я [9].

Вирішенню проблеми здоров'язбереження присвячено праці сучасних науковців (І. Волкова, В. Єфімова, О. Іонова), здоров'язбережувальним технологіям у підготовці майбутніх фахівців (М. Зоріна, Г. Остапенко). Проте у працях зазначених вище авторів недостатньо уваги приділено механізмам впровадження здоров'язбережувальних технологій в освітній процес закладів загальної середньої освіти.

Увага до питання здоров'я школярів суттєво зросла. Турботу викликає значне зменшення кількості абсолютно здорових дітей (їх залишається не більше 10–12 %); різке погіршення стану фізичного та розумового розвитку покоління, яке підростає; зростання числа учнів, що мають декілька діагнозів (у 20 % старшокласників в анамнезі 5 та більше діагнозів); зниження рівня народжуваності й тривалості життя, зростання дитячої смертності; пасивність, апатія та навіть агресивне ставлення до

навчання. За останнє десятиріччя чітко спостерігаються такі фактори, які впливають на стан здоров'я учнів, а саме: перевантаження навчальних програм, інтенсифікація освітнього процесу, недовершеність навчальних програм і технологій, авторитарний стиль викладання, відсутність індивідуального підходу до учнів, недостатня рухова діяльність школярів, вільний час діти все більше проводять за переглядом фільмів, за комп'ютерними іграми. Усе це призводить до гіподинамії, порушення постави, зору. Сучасна медицина займається не здоров'ям, а хворобами, не профілактикою, а лікуванням. Завдання ж школи – збереження духовного, фізичного, психічного здоров'я учнів, формування в них відповідального ставлення до власного здоров'я. Тому виникає необхідність у розробленні технологій, що полегшують, по змозі, формування нових знань, зберігаючи при цьому здоров'я учнів. У класифікації освітніх технологій останнім часом виокремилася нова група – здоров'язбережувальні освітні технології (ЗОТ), які об'єднують у собі всі напрями діяльності закладу загальної середньої освіти з формування, збереження та зміцнення здоров'я учнів. Мета ЗОТ – забезпечити дитині можливість збереження здоров'я під час навчання у школі, сформувати в неї необхідні знання, уміння та навички щодо здорового способу життя, навчити використовувати отримані знання у повсякденному житті [2].

У цьому контексті тема роботи зумовлена, по-перше, обговоренням питання психологічних особливостей підлітків та відповідальності батьків за збереження здоров'я дітей; по-друге, наголошенням на складності цього процесу, оскільки він ставить перед нами значно серйозніше завдання: формування особистості дитини, виховання здорових дітей. Отже, питання здоров'язбережувальної технології у закладі загальної середньої освіти як складової гармонійного розвитку учнів постає актуальною темою дослідження та зумовлює вибір об'єкта, предмета та мети роботи.

Об'єкт дослідження – процес формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя, виховання здорових дітей.

Предмет – здоров'язбережувальна технологія в освітньому процесі закладу загальної середньої освіти.

Мета статті полягає у теоретичному дослідженні впливу здоров'язбережувальної технології на формування позитивної мотивації до здорового способу життя, виховання здорових дітей.

Завдання дослідження

1. Проаналізувати значення здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі.

2. Описати досвід впровадження здоров'язбережувальної технології в освітній процес закладу загальної середньої освіти I-III ступенів № 110 Харківської міської ради Харківської області; звернути увагу на дотримання учнями розпорядку дня, культури здоров'я, відпочинку, сну, їжі, занять фізичними вправами, прогулянками на свіжому повітрі тощо.

Виклад основного матеріалу дослідження. Для планування роботи зі здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі закладу загальної середньої освіти проаналізовано дані листів та листків здоров'я учнів школи. Визначено, що патологію зору мають 73 учні школи (22 %), найбільше учнів, що мають патологію зору у 7-А класі (47 %). Патологію постави мають 22 учні школи (40 %), найбільше учнів, що мають патологію постави, у 3-А класі – 9 учнів (29 %).

Досліджуючи листи здоров'я учнів школи, вивчено групи з фізичної культури. В основній групі з фізичної культури навчається 188 учнів (55 %), у підготовчій групі – 132 (24 %), у спеціальній групі навчається 2 учні (1 %), звільнено від уроків фізичної культури 4 учні (2 %).

Аналізуючи пропуски навчальних занять учнів школи з причини хвороби протягом 2017/2018 навчального року, було встановлено, що у закладі загальної середньої освіти в середньому кожного дня хворіло 63 дитини (19 %). Пік захворюваності припадає на лютий місяць – 195 учнів (61 %).

Провівши опитування серед учнів 5–11 класів закладу загальної середньої освіти, було встановлено, що є у школі учні, які вживають алкогольні речовини, мають тягу до тютюнопаління. Було опитано 75 респондентів, із них пробували палити 7 учнів (9,3 %), алкогольні напої вживає 1 учень (1,3 %), пиво – 4 учні (5,3 %), енергетичні напої – 5 учнів (6,6 %). Учні, що вживають наркотичні речовини, у школі немає.

Здоров'я учнів залежить від здорового харчування. Нами було проведено дослідження одного дня харчування учнів 5–11 класів школи. Було опитано 57 респондентів. Із них тільки 6 (11 %) учнів вживають у школі гарячі страви (супи, борщ), зате 50 (88 %) протягом навчального дня у школі вживають солодощі. Учителі закладу загальної середньої освіти проводять роз'яснювальну роботу з учнями, батьками про порядок організації харчування та залучення учнів до повноцінного харчування в їдальні, значну увагу приділяють дієтичному харчуванню, проведенню щоденного обліку дітей, які охоплені харчуванням (безкоштовним та за кошти батьків). У закладі освіти організовано питний режим, проводяться заходи щодо виконання міської програми "Дитяче харчування", забезпечується дотримання санітарно-гігієнічних умов у шкільній їдальні, на харчоблоці. Для учнів 1–4 класів в умовах групи продовженого дня організовано дворазове харчування з охопленням 100 % учнів.

З охорони здоров'я учасників освітнього процесу, дотримання санітарного законодавства проводяться такі заходи: профілактичні медичні огляди учнів 1–11 класів, планові профілактичні медичні огляди учнів 1–11 класів, працівників школи. Здійснюється розподіл учнів за станом здоров'я на групи для занять фізичною культурою, санітарно-просвітницька робота з батьками, сприяння формуванню навичок та засад здорового способу життя учнів.

У школі забезпечено соціально-психологічний супровід освітнього процесу, його мета полягає у вивченні особливостей дитини з метою організації індивідуального підходу, визначення психологічної готовності дитини, рівня розвитку пізнавальних інтересів, особистих якостей: мотивації, темпераменту,

виявлення групи ризику. Проведення діагностики, корекції, консультацій, психологічної освіти, робота з батьками, реалізація Комплексної програми гуманітарної сфери.

У закладі загальної середньої освіти проводиться спортивно-масова та фізкультурно-оздоровча робота. Проводяться екскурсії на спортивні комплекси міста, за класами закріплено інструкторів з учнів-спортсменів, проводяться вибіркові шкільні спортивні змагання, організовується участь учнів школи у спортивно-масових, фізкультурно-оздоровчих змаганнях, спартакиадах, Малих Олімпійських іграх. Проводиться ранкова гімнастика, прогулянки на свіжому повітрі, фізкультурні хвилинки на уроках, спортивні свята, спортивні змагання на канікулах, оформлено тематичний стенд "Здорова людина – здорова нація".

У школі проводяться заходи щодо запобігання вчинення насильницьких дій над дітьми, формування здорового способу життя, профілактики алкоголізму, вживання наркотичних та психотропних речовин, запобігання захворювання на ВІЛ/СНІД серед учнівської молоді. Щорічний поглиблений профілактичний медогляд учнів, складаються листи здоров'я учнів по класах, проводиться моніторинг захворюваності учнів, здійснюється соціально-психологічний супровід учнів, схильних до вживання алкоголю, наркотиків, токсичних речовин, проводиться загальношкільна акція "Молодь за здоровий спосіб життя", бесіди "Ми проти тютюну та наркотиків", організовується проведення Всесвітнього дня здоров'я із залученням працівників медичних установ міста, роз'яснювальна робота серед учнів та батьків, відеолекторії, тематичні бесіди, години спілкування, круглі столи, факультативні заняття "Рівний – рівному", тематичні диктанти з метою формування здорового способу життя та профілактики вживання наркотичних та психотропних речовин. Запрошується лікар – нарколог з наркологічного кабінету для проведення профілактичної роз'яснювальної роботи з учнями з метою формування здорового способу життя та профілактики алкоголізму, вживання наркотичних та психотропних речовин серед учнівської молоді, ВІЛ/СНІДу.

У закладі загальної середньої освіти проводяться заходи щодо забезпечення соціального захисту дітей: виявляються діти пільгових категорій з метою їх соціально-правового захисту, складаються соціальні паспорти класів.

У школі викладається предмет "Основи здоров'я" за відповідними програмами. У перший день навчання 01.09.2017 з усіма учнями проведено вступний інструктаж з безпеки життєдіяльності і зроблено запис на відповідній сторінці в журналах обліку навчальних занять, єдиний урок з безпеки життєдіяльності, проводиться роз'яснювальна робота серед учнів щодо запобігання дитячого травматизму: тиждень безпеки життєдіяльності, тематичні бесіди (41 бесіда з правил дорожнього руху, протипожежної безпеки, запобігання отруєнь, правила безпеки при користуванні газом, при виявленні вибухово-небезпечних предметів, безпеки на воді, при користуванні електроприладами, джерелами електричного струму), тематичні бесіди "Я обираю здоровий спосіб життя" з профілактики ВІЛ/СНІДу. Організовано роботу гуртків: "Дружина юних пожежних рятувальників", "Юні інспектори руху". Учні беруть участь у конкурсі з пожежно-прикладних видів спорту, проводяться Дні здоров'я на День фізкультури і спорту, Всесвітній день здоров'я.

У закладі освіти реалізується програма "Здоров'я через освіту". Введено третій урок фізичної культури "Футбол" за рахунок варіативної складової, організовано індивідуальні та групові заняття за програмою "Основи екології", проводяться фізкультурні хвилинки, етап валеологізації на уроках, години фізичної культури в групі продовженого дня, прогулянки на свіжому повітрі. Залучення учнів до участі в різних етапах спортивних змагань, співпраця з Харківською міською дитячою поліклінікою № 23 у проведенні диспансеризації дітей-підлітків, дотримання Державних санітарних правил і норм, санітарно-просвітницька робота з учнями школи та їх батьками.

З охорони життя і здоров'я дітей проводяться тематичні заходи (вікторини, КВК, конкурси тощо). Забезпечується систематичне проведення санітарно-просвітницької роботи серед учнів та батьків через проведення бесід, лекцій, індивідуальних співбесід за темами: "Гігієна та режим школяра", "Профілактика паразитарної захворюваності", "Профілактика шлунково-кишкових захворювань. Гриби – це небезпечно", "Профілактика захворювань органів зору", "Профілактика серцево-судинних захворювань", "Профілактика захворювань опорно-рухової системи" "Профілактика захворювань нервової системи", СНІДу та венеричних захворювань. У навчальних кабінетах забезпечується освітлення, маркування меблів відповідно до санітарних норм. Проводяться інструктажі з техніки безпеки під час уроків фізичної культури згідно нормативних вимог. Під час освітнього процесу у закладі загальної середньої освіти проводяться ігри та ігрова терапія, звукова та дихальна гімнастика, використовуються засоби мультимедіа, виконуються вправи для гармонізації півкуль головного мозку, використовуються казкотерапія, кольоротерапія, арт-терапія тощо.

Обов'язковою умовою ефективного використання здоров'язберезувальних технологій є їх позитивне емоційне забарвлення. Виконання вправ з нудьгою, без бажання не дає позитивного результату, а скоріше – навпаки. Саме радість навчання, так само, як і радість будь-яких вправ і праці, робить дитину здоровішою. Використовуючи вищезазначені види робіт, досягаємо певних результатів: за гарного емоційного настрою, створеного на початку уроку, за можливості учнів рухатися, змінюється втомлюваність на уроках, і, як правило, збільшується пізнавальний інтерес до вивчення предметів.

Підсумовуючи, можна зробити такі **висновки**: 1. На сучасному етапі розвитку освіти усе частіше запроваджується технологічний підхід, який різниться своїми якісними характеристиками (гарантованістю кінцевого результату і проектуванням майбутнього освітнього процесу).

2. Значення здоров'язбережувальних технологій найбільш вагоме серед усіх відомих освітніх технологій за ступенем впливу на здоров'я дітей.

3. Поняття "здоров'язбережувальні технології" потрібне розглядати як частину педагогічної науки, яка вивчає і розробляє цілі, зміст і методи навчання здоровому способу життя.

4. Здоров'язбережувальна технологія – це сукупність засобів, методів, форм, методичних прийомів організації, проведення і управління освітнім процесом, що спрямовані на збереження, формування та зміцнення здоров'я учнів.

Перспективами подальших розвідок у даному напрямі є визначення сутності й складових здоров'я та здоров'язбережувальних технологій на сучасному етапі розвитку освіти і науки.

Використані джерела

1. Бойченко Т. Валеологія – мистецтво бути здоровим / Т. Бойченко // Здоров'я та фізична культура. – 2005. – № 2. – С. 1–4.
2. Ващенко О. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі / О. Ващенко, С. Свириденко // Здоров'я та фізична культура. – 2006. – № 8. – С. 1–6.
3. Ващенко О. Організація здоров'язбережувальної діяльності початкової школи / О. Ващенко, С. Свириденко // Початкова школа. – 2005. – № 46. – С. 2–4.
4. Волкова І. В. Поняття "здоров'язберігаючі технології та їх класифікації [Електронний ресурс] / І. В. Волкова. – Режим доступу : <http://edu-post-diploma.kharkov.ua>. – Загол. з екрану. – Мова укр.
5. Єфімова В. М. Здоров'язбережувальні технології у контексті педагогічних досліджень [Електронний ресурс]. / В. М. Єфімова – Режим доступу: http://www.nbu.gov.ua/portal/soc_gum/ppmb/texts/2010_1/10yvmsri.pdf. – Загол. з екрану. – Мова укр.
6. Закон України "Про освіту" [Електронний ресурс]. – Режим доступу : [Zakon2/rada.gov.ua/ laws/show/2145-19](http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/2145-19). – Загол. з екрану. – Мова укр.
7. Зоріна О. М. Здоров'язберігаючі технології в підготовці майбутнього фахівця [Електронний ресурс] / М. О. Зоріна // Проблеми інженерно-педагогічної освіти. – 2011. – № 30–31. – С. 147–151. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Piro_2011_30-31_24. – Загол. з екрану. – Мова укр.
8. Іонова О. М. Здоров'язбереження особистості як психолого-педагогічна проблема [Електронний ресурс] / О. М. Іонова – Режим доступу : http://www.nbu.gov.ua/portal/soc_gum/texts/2009_01/09iomppr.pdf. – Загол. з екрану. Мова укр.
9. Національна доктрина розвитку освіти [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/347/2002>. – Загол. з екрану. – Мова укр.
10. Концепція Нової української школи [Електронний ресурс]. – Режим доступу : www.kmu.gov.ua/storage/app/media/reforms/ukrainska-shkola-compressed.pdf. – Загол. з екрану. – Мова укр.

Bezrodnyia T. I., Babicheva S., M., Besarab V. I.

IMPLEMENTATION OF HEALTH-SAVING MEANINGS IN THE EDUCATIONAL PROCESS OF KHARKIV SECONDARY SCHOOL I-III DEGREES №110 KHARKIV CITY COUNCIL OF KHARKIV REGION

The article reveals the problem of implementation of health-saving technologies in teaching-educational process of Kharkiv secondary school of I – III degrees № 110 of Kharkiv city council of Kharkiv region. The article is devoted to the actual problem of the present – the formation of a personally oriented attitude towards their own health, ecological literacy and healthy life in the schoolchildren. In this context, the topic of the work is determined by the discussion of the issue of psychological peculiarities of adolescents and the responsibility of parents for the preservation of children's health. The emphasis is laid on the complexity of this process, as it puts a much more serious task that is the formation of a child personality and the upbringing of healthy children. Considerable attention is paid to the issue of health-saving technology in an educational institution as a component of the harmonious development of students.

The object of research is the health-saving technology in the school educational process. The subject of the paper is the formation of a positive motivation for a healthy lifestyle, the upbringing of healthy children. The purpose of the research is to investigate theoretical aspect of the impact of health-saving technology on the formation of positive motivation for a healthy lifestyle, the upbringing of healthy children. The main task of the study is to draw attention to the students; compliance with the rules of the day, the culture of health, rest, sleep, eating, and exercises, outdoor walks, etc.

In the process of research, the method of monitoring research is used. The conducted study allows to give a detailed analysis of the students; awareness of the state of health on the way of life and the ecological environment of life, the fundamental possibility of forming a schoolchildren health culture, ensuring full physical development and health improvement.

Prospects for further study are to define the essence and it's components of health and health-saving technologies at the present stage of development of education and science.

Key words: *technology, pedagogical technologies, health-saving technology, students, competence of ecological literacy and healthy lifestyle.*

Стаття надійшла до редакції 08.03.2018 р.