

Теоретичні основи впровадження здоров'язбережувальних технологій у практику роботи загальноосвітнього навчального закладу

Ю.В. Міщай, завідувача навчально-методичним кабінетом
виховної роботи і шкільних бібліотек
Кіровоградський обласний інститут післядипломної
педагогічної освіти імені Василя Сухомлинського

Погіршення здоров'я дітей шкільного віку в Україні стало не лише медичною, а також серйозною педагогічною проблемою. Статистичні дані свідчать про щорічне зростання кількості дітей з функціональними відхиленнями у здоров'ї, понад 50% мають незадовільну фізичну підготовку. Найчастіше у дітей виникають проблеми з опорно-руховим апаратом, з'являються захворювання серцево-судинної системи, погіршується зір. Дослідження психологів свідчать, що рівень негативних емоцій школярів значно перевищує норму. Близько 60% учнів постійно відчують навчальний стрес, що робить показники психологічного та фізичного здоров'я доволі низькими, погіршує успішність учнів, дисципліну, посилює стан тривожності. Усе це змушує акцентувати увагу на проблемі негативних наслідків навчання, що впливають на здоров'я школярів, особливо під час інтенсивних змін у сфері освіти.

Причинами цього є недостатність валеологічних знань у педагогів, відсутність наступності, системності, послідовності у впровадженні здоров'язбережувальних технологій у навчально-виховний процес. У школах переважають традиційні форми навчання, під час яких діти проявляють незначну активність, залишаючись пасивними учасниками освітнього процесу. У зв'язку з цим актуалізуються завдання пошуку ефективних освітніх технологій, в яких збереження здоров'я учнів є пріоритетним.

Протягом останнього часу наука про здоров'я інтенсивно розвивалася і дістала практичну спрямованість, наблизилася до життя. Дослідження різних аспектів здоров'я, здоров'язбереження ми знаходимо у публікаціях О. Ващенко, Т. Бойченко, В. Оржеховської, Ю. Лісичина, С. Попова та інших. Питання формування культури здорового способу життя дітей розкриті в чисельних працях І. Брехмана, М. Гончаренко, В. Горащука, В. Колбанова, Г. Зайцева, Л. Татарникової. Виявлення факторів ризику, які негативно впливають на здоров'я дітей, здійснено в роботах В. Оржеховської, Г. Морозової, О. Савченко, Т. Бойченко. Низка досліджень О. Балакіревої, Н. Смирнова, В. Лозинського, О. Дубогай, Т. Бойченко присвячені використанню здоров'язбережувальних технологій у роботі з учнями. Сучасні наукові праці характеризуються зростанням інтересу до теоретичного обґрунтування і пошуку шляхів впровадження здоров'язбережувальних технологій у практику роботи школи.

Метою статті є актуалізація питання впровадження у навчально-виховний процес загальноосвітнього навчального закладу здоров'язбережувальних технологій, які покликані забезпечити учням високий рівень реального здоров'я, надати їм необхідний арсенал знань, умінь і навичок для ведення здорового способу життя і виховувати в них культуру здоров'я.

Сутність здоров'язбережувальних 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, коригувальні,

реабілітаційні заходи з метою забезпечення успішності навчальної діяльності та її мінімальної фізіологічної «вартості», поліпшення якості життя суб'єктів освітнього середовища [1].

Під здоров'язбережувальними технологіями слід розуміти послідовну сукупність педагогічних та дидактичних прийомів, форм, засобів та методів, спрямованих на побудову психологічно комфортного освітнього середовища, що сприяє формуванню здорової компетентної особистості.

Виділяють такі групи здоров'язбережувальних технологій:

- медико-гігієнічні технології (спрямовані на дотримання належних гігієнічних умов навчання, виховання та 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; проведення занять ЛФК; організація фітобарів та ін.);

- фізкультурно-оздоровчі технології (спрямовані на фізичний розвиток через загартування, тренування сили, витривалості, швидкості, гнучкості та інших якостей);

- екологічні здоров'язбережувальні технології (спрямовані на виховання у школярів любові до природи, прагнення піклуватися про неї, створення природних, екологічно оптимальних умов для життя та діяльності людей, гармонічних взаємин з природою, залучення учнів до дослідницької діяльності у сфері екології тощо, що сприяє зміцненню духовного здоров'я учнів);

- технології забезпечення безпеки життєдіяльності (передбачають визначення й упровадження в навчально-виховний процес рекомендацій фахівців з охорони праці, будівельників, представників комунальних, інженерно-технічних служб, цивільної оборони, МНС та ін.);

- здоров'язбережувальні освітні технології (передбачають використання психолого-педагогічних прийомів, методів, підходів до розв'язання проблем, що виникають у навчально-виховному процесі);

- лікарсько-оздоровчі технології (передбачають впровадження ідей лікувальної педагогіки та лікувальної фізкультури, вплив яких забезпечує відновлення фізичного здоров'я школярів);

- соціально-адаптуючі й особистісно розвиваючі технології (спрямовані на формування та зміцнення здоров'я учнів, підвищення ресурсів психологічної адаптації, передбачають проведення різноманітних соціально-психологічних тренінгів, реалізацію програм соціальної та сімейної педагогіки, до участі в яких залучаються не тільки школярі, але й їхні батьки і педагоги).

Серед здоров'язбережувальних освітніх технологій виділяють [2]:

- організаційно-педагогічні технології, які визначають структуру навчального процесу, що сприяє запобіганню перевтоми, гіподинамії й інших дизадаптаційних станів;

- психолого-педагогічні технології, пов'язані з безпосередньою роботою вчителів на уроці, забезпеченням психолого-педагогічного супроводу усіх елементів освітнього процесу;

- навчально-виховні технології, які включають програму з навчання піклуванню про своє здоров'я та формування культури здоров'я учнів, з мотивації їх до ведення здорового способу життя, з попередження шкідливих звичок і передбачають проведення організаційно-виховної роботи зі школярами після уроків, освіту їхніх батьків.

Здоров'язбережувальні технології в загальноосвітніх навчальних закладах реалізуються через такі напрями освітньо-виховної діяльності [3]:

- створення умов для зміцнення здоров'я школярів та їхнього гармонійного розвитку;
- організацію навчально-виховного процесу з урахуванням його психологічного та фізіологічного впливу на організм учня;
- розробку і реалізацію навчальних програм з формування культури здоров'я і профілактики шкідливих звичок;
- корекцію порушень здоров'я з використанням комплексу оздоровчих і медичних заходів;
- медико-психолого-педагогічний моніторинг стану здоров'я, фізичного і психічного розвитку школярів;
- функціонування служби психологічної допомоги вчителям і учням щодо подолання стресів, тривожності;
- контроль за дотриманням санітарно-гігієнічних норм організації навчально-виховного процесу, нормування навчального навантаження і профілактики стомлюваності учнів;
- організацію збалансованого харчування учнів у школі.

Слід підкреслити, що процес впровадження здоров'язбережувальних технологій висуває особливі вимоги до професійно-педагогічної діяльності вчителя. Необхідною умовою успішної діяльності в професійній сфері є свідомо активна позиція вчителя по відношенню до власного здоров'я та здоров'я оточуючих. Педагог, який розуміє цінність здоров'я, безумовно, буде враховувати його пріоритет при організації роботи з дітьми. Також учитель повинен мати специфічні знання психолого-педагогічного та медико-біологічного профілів, володіти вміннями й навичками, що дозволяють йому гнучко, з урахуванням реальних індивідуальних особливостей учнів, обирати методичні прийоми й засоби, оцінювати ефективність педагогічної діяльності. Важливим є обізнаність педагогів щодо взаємозв'язку фізіологічної та соціальної зрілості, структурних і функціональних особливостей опорно-рухового апарату, серцево-судинної і дихальної систем. Такі знання необхідні для обґрунтування режиму рухової активності, а також вирішення питань, пов'язаних з проблемами інтелектуальних та емоційних перевантажень, гіподинамії. Педагог має також бути здібним до суб'єкт-суб'єктної взаємодії, що включає комунікативні вміння, здатність використовувати різні механізми формування міжособистісних взаємин учасників навчально-виховного процесу, створювати сприятливу емоційну атмосферу, виявляти гнучкість у вирішенні конфліктних ситуацій.

Таким чином, впровадження здоров'язбережувальних технологій у практику роботи загальноосвітнього навчального закладу може забезпечити не лише активну пізнавальну діяльність учнів, засвоєння ними об'єму навчальних знань і вмінь, але й збереження та зміцнення здоров'я дітей, успішний розвиток особистості.

Література:

1. Бойченко Т. Валеологія – мистецтво бути здоровим // Здоров'я та фізична культура. – 2005. – № 3. – С. 1-4.
2. Валеологія: сучасний стан, напрями та перспективи розвитку. матеріали VI Міжнародної науково-практичної конференції : У 3-х т.; За ред. М. Гончаренко. – Х. : Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна, 2008. – Т. I. – 225 с.; Т. II. – 229 с.
3. Язловецький В. Здоров'язбереження особистості як педагогічна проблема. // Валеологічна освіта в навчальних закладах України: стан, напрями й перспективи

Анотація

У статті акцентовано увагу на проблемі збереження і зміцнення здоров'я молодого покоління та окреслено педагогічні причини, які зумовлюють ослаблення здоров'я учнів.

Метою статті є актуалізація питання впровадження у навчально-виховний процес загальноосвітнього навчального закладу здоров'язбережувальних технологій, які покликані забезпечити учням високий рівень реального здоров'я, надати їм необхідний арсенал знань, умінь і навичок для ведення здорового способу життя і виховувати в них культуру здоров'я.

Під здоров'язбережувальними технологіями розуміється послідовна сукупність педагогічних та дидактичних прийомів, форм, засобів та методів, спрямованих на побудову психологічно комфортного освітнього середовища, що сприяє формуванню здорової компетентної особистості. На основі аналізу наукових джерел виділено такі групи здоров'язбережувальних технологій: освітні, медико-гігієнічні, фізкультурно-оздоровчі, лікарсько-оздоровчі, екологічні, соціально-адаптуючі й особистісно розвиваючі технології, технології забезпечення безпеки життєдіяльності.

Впровадження здоров'язбережувальних технологій у практику роботи загальноосвітнього навчального закладу може забезпечити не лише активну пізнавальну діяльність учнів, засвоєння ними об'єму навчальних знань і вмінь, але й збереження та зміцнення здоров'я дітей, успішний розвиток особистості.

Мотивація студентів вищого навчального закладу до занять фізичним вихованням

С.В. Мішин,

Кіровоградський державний педагогічний університет імені В. Винниченка

Пріоритети особистості в суспільстві декларуються не тільки її правами, але й конкретними державними реформами, спрямованими на задоволення потреб та інтересів людини. Індикатором прогресивних гуманістичних зрушень вважають цільову комплексну програму " Фізичне виховання-здоров'я нації ", яка підписана Президентом України. На відміну від попередніх програм, головною метою реформ системи фізичного виховання має бути покращення здоров'я людини з урахуванням її потреб, мотивів діяльності, інтересів. Для реалізації державних заходів необхідно визначити фактори, які впливають на формування цих мотивів, причини, які заважають їх реалізувати, та стимули, які сприяють підвищенню мотивації до занять фізичним вихованням.

Мотив є одним зі складових мотиваційної сфери студентів, це спрямованість активності на предмет, внутрішній психічний стан прямо зв'язаний з об'єктивними характеристиками предмета, на який спрямована активність. Якщо потреба характеризує готовність до діяльності, то наявність мотиву додає активності новий, більш дійсний характер. Коли мова йде про спеціально організовану рухову активність, необхідно з'ясувати зміст, особисту значимість цієї діяльності. Ціль - це спрямованість активності на проміжний результат, що представляє етап досягнення потреби. Щоб студенти усвідомлювали мету своїх дій і співвідносили їх з мотивами фізичного самовдосконалення, ціль рухової активності може залишатися однією і тією, а зміст повинен змінюватися - стати чемпіоном, бути матеріально забезпеченим, подобатися представникам протилежної статі. Серед мотивів, які лежать в основі процесу навчання виділяють: внутрішні мотиви, які спонукаються процесом занять, способами дії, прийомами аналізу матеріалу, самим предметом навчання і зовнішніми мотивами, які залежать від факторів, що знаходяться за межами навчальної і фізкультурно-оздоровчої