

Щурова Наталія Василівна

ст.викладач кафедри здоров'я людини, фізичної реабілітації, безпеки життєдіяльності,
охорони праці та цивільного захисту

Луганський національний університет імені Тараса Шевченка,
м.Старобільськ, Україна

РОЛЬ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА ЗАГАЛЬНООСВІТНЬОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ В ЗМІЦНЕННІ ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ

У статті основну увагу приділено аналізу стану фізичного здоров'я учнів загальноосвітніх навчальних закладів та ролі здоров'язбережувального середовища в зміцненні та збереженні здоров'я школярів як нагальній педагогічній проблемі сучасності. Проаналізовано реальний стан організації здоров'язбережувального середовища в освітньому процесі сучасної школи. З'ясовано основні складники здоров'язберігаючої діяльності загальноосвітнього закладу.

Ключові слова: здоров'я, здоров'язбережувальне навчальне середовище, фізичне виховання, фізичний розвиток, фізичне виховання.

Вступ. Серед життєвих цінностей сучасної людини перше місце посідає цінність життя і здоров'я. Останніми десятиліттями світова наука зараховує проблему здоров'я, в широкому розумінні цього поняття, до кола глобальних проблем, розв'язання яких зумовлює характеристики майбутнього розвитку людства.

Здоров'я є елементом індивідуальної культури життєдіяльності людини. Ця культура визначається рівнем розвитку вмінь і навичок, що сприяють збереженню, зміцненню і відновленню здоров'я людини, реалізації внутрішніх резервів її організму. Культура здоров'я відбивається у специфічних формах і способах життєдіяльності особистості, які виробляються з раннього дитинства і реалізуються протягом усього життя.

Здоров'я дітей – одне з основних джерел щастя, радості і повноцінного життя батьків, вчителів, суспільства в цілому. Для України головною проблемою, яка пов'язана з майбутнім держави, є збереження і зміцнення здоров'я дітей та учнівської молоді. Турботу викликає різке погіршення стану фізичного та розумового розвитку підростаючого покоління, зниження рівня народжуваності й тривалості життя, зростання смертності, особливо дитячої.

Важливим стратегічним напрямом 11-річної загальної середньої школи є вирішення проблем комплексної реалізації оздоровчої функції шкільної освіти, забезпечення фізичного й духовного здоров'я учнів. До нових соціальних функцій освіти слід віднести й соціально-терапевтичну, що покликана значно підвищити рівень готовності особистості випускника до успішної життєдіяльності в складних умовах соціального середовища, попередження нервово-психічних і соматичних захворювань та виникнення залежностей від психотропних речовин через оздоровлення психіки людини в цілому, розвиток її особистісних якостей, які потрібні для гармонізації соціальних зв'язків і збереження здоров'я. У наш час учень повинен мати можливість пізнати себе, особливості людського організму, основні засоби здорового способу життя, запобігання різним захворюванням, шкідливим звичкам; уміти керувати своїм здоров'ям, що дасть їй шлях до повноцінного життя. Сьогодні дуже важливо під час навчання в школі навчити самостановку на підтримку власного здоров'я без застосування медикаментозних засобів.

© Щурова Н.В.

Тому головними напрямками фізкультурно-оздоровчої діяльності визначені забезпечення та розвиток фізичного і морального здоров'я, комплексного підходу до формування розумових і фізичних якостей особистості, вдосконалення фізичної та психологічної підготовки до активного життя і професійної діяльності на принципах індивідуального підходу, пріоритету оздоровчої спрямованості, систематичності цього процесу тощо [1, с.86-87]. Дослідженнями науковців (В. Дрофа, А. Іванов, А. Морозова, О. Савченко) обґрунтовано, що суттєво підвищувати стан здоров'я учнів може навчальне середовище.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблемі створення навчального середовища, що сприяє збереженню та зміцненню здоров'я дітей, присвячені наукові праці М. Башмакова, Я. Берегового, Г. Спіченка, А. Цимбалару, В. Шипка, В. Ковалько, М. Малашенка, медико-педагогічні дослідження В. Базарного. Значний внесок у розкриття ролі цілісності знань та проведення занять поза шкільним приміщенням як умов підвищення ефективності здоров'язбережувального навчального середовища, зміцнення здоров'я школярів зробили К. Гуз, В. Ільченко, А. Ляшенко, П. Матвієнко, В. Моляко, В. Сухомлинський тощо.

Вітчизняні вчені досліджували різні аспекти оздоровлення дітей: педагогічні умови оздоровлення учнів ліцею (А. Каташов); формування здорового способу життя підлітків у дитячо-юнацьких спортивних школах (С. Свириденко); теорія та практика проєктування діяльності дитячого закладу з оздоровлення та відпочинку дітей (М. Наказний); формування поняття здорового способу життя в учнів основної школи (Г. Голобородько); гігієнічне обґрунтування заходів із оптимізації здоров'я міських школярів молодшого віку (В. Ніколаєнко). П. Матвієнко, І. Підласий та інші науковці акцентували увагу на залежності ефективності дидактичного процесу від наявності здоров'язбережувального навчального середовища, що є одним із пріоритетних напрямків роботи сучасної школи.

Мета статті – розкрити важливість створення здоров'язбережувального середовища загальноосвітнього навчального закладу для зміцнення здоров'я школярів.

Виклад основного матеріалу. Як відомо, стан здоров'я людей залежить від багатьох чинників. За класифікацією американського вченого Роббінса,

фактори, що впливають на здоров'я, можна розділити на чотири великі групи:

- спосіб життя (51-52 % впливу);
- стан навколишнього середовища (20-21 %);
- біологічні чинники (19-20 %);
- обсяг і якість медичної допомоги (8- 9 %) [2, с. 98].

Ця статистика свідчить про перевагу саме суспільних впливів на здоров'я і є підтвердженням думки про відповідальність суспільства та держави за здоров'я, наявність протиріччя між декларованим і реальним правом людей на здоров'я.

За роки навчання в освітніх установах спостерігається прогресуюче погіршення стану здоров'я учнів: 70% функціональних розладів переходять в стійку хронічну патологію. Найбільш значний приріст порушень стану здоров'я відзначений у найбільш критичні періоди дитинства: у молодших школярів – в 7, 10 років і у підлітків у період від 12 до 17 років. При цьому вважається, що негативний вплив внутрішнього шкільного середовища і, перш за все, перевантажень в початковій школі становить 12%, а в старшій – 21%. Багато дослідників відзначають чітку залежність числа і характеру порушень в стані здоров'я школярів від обсягу та інтенсивності навчальних навантажень. Інтенсифікація навчання, не підкріплена системою оздоровчих заходів, призводить до значно більш вираженим змінам у стані здоров'я дітей. Отже, лише спільними зусиллями медичних працівників і педагогів при зацікавленості батьків можлива мінімізація впливу несприятливих факторів навчання на здоров'я дітей. Особливе місце в цьому оздоровчому процесі відводиться освітній системі, перш за все за рахунок широкого впровадження в діяльність освітніх закладів так званих здоров'язберігаючих технологій. Зокрема, у багатьох освітніх закладах різних регіонів України є досвід використання таких заходів як спеціальна система профілактики порушень постави, зору, додаткова вітамінізація, комплекс фізіотерапевтичних процедур, загартування та ін. Все ширше в системі харчування дітей шкільного віку використовуються продукти функціонального харчування: збагачені вітамінами і мінералами. Активно розробляються нові інноваційні технології навчання, в основі яких лежить інформаційно-діяльний підхід. У діяльність освітніх закладів впроваджуються сучасні технології розвиваючого естетичного комплексу, що перетворюють освітній процес в вільний і легкий, привабливий і цікавий для учнів, сприяють освоєнню всього спектру видів навчальної діяльності.

У керівних документах Міністерства освіти і науки визначена система заходів з охорони та зміцнення здоров'я учнів, що враховує найважливіші характеристики освітнього середовища з точки зору його впливу на здоров'я учнів [3, с. 57-62].

У той же час, необхідно відзначити, що в більшості шкіл системний підхід до збереження та зміцнення здоров'я учнів практично відсутній, обмежуючись разовими, короткочасними або вузькоспеціалізованими заходами.

Створення оптимальних можливостей для реалізації власного потенціалу кожної дитини є одним із вагомих кроків до формування здоров'язбережувального навчального середовища. Педагоги підтримують сприятливі умови для ефективного корекційного навчання, виховання та розвитку дитини, допомагаючи їй реалізувати власний потенціал [4, с. 65]. Саме

тому необхідно створити такі умови навчання учнів початкових класів, які б забезпечили збереження та зміцнення їх стану здоров'я або хоча б не впливали негативно на їх фізичний і духовний розвиток. Одним із напрямів розв'язання цієї проблеми є, на нашу думку, створення у загальноосвітньому навчальному закладі здоров'язбережувального навчального середовища.

Створити здоров'язбережувальне середовище в умовах навчання – це значить створити відповідне навчальне середовище. З. Меретукова та А. Чиназірова розглядають „здоров'язбережувальне середовище” як сукупність таких понять як „здоров'я” та „педагогічне середовище”, що дозволяє визначити здоров'язбережувальне освітнє середовище (зокрема навчальне) [5].

Інтегруючи сучасні підходи до пояснення сутності та змісту поняття „здоров'язбережувальне середовище”, ми одностайні в розумінні цього педагогічного феномену з С. Дудко : здоров'язбережувальне навчальне середовище – таке навчальне середовище, у якому завдяки формуванню цілісності свідомості, життєствердного здоров'язбережувального образу світу учня, його здоров'язбережувальної компетентності, забезпечується формування здорового способу життя дітей, відповідальне ставлення до свого здоров'я і здоров'я оточуючих, до довкілля, контролюються всі складові здоров'я [6, с.36].

Особливого значення набуває пошук ефективних методичних підходів для прищеплення учням інтересу до занять фізичною культурою та впровадження новітніх технологій у систему шкільного фізичного виховання.

Сьогодні урок, як основна форма організації навчально-виховного процесу, вже не вважається сучасним, хоча б він і вирізнявся всім різноманіттям найсучасніших засобів та педагогічних прийомів, якщо у дитини під час його проведення погіршується здоров'я. Тому обов'язковими на уроках є фізкультхвилинка, практика яких, на жаль нівелюється. Вони дозволяють знімати стан утомленості на уроці, ослабити психологічну напруженість, викликану інтенсивністю занять і просто дати дитині можливість порухатися.

Курс „Основи здоров'я”, який включає в себе знання про здоровий спосіб життя та основи безпеки життєдіяльності, формує у учнів спеціальні знання, уміння та навички збереження і зміцнення свого здоров'я, створення індивідуального здорового способу життя, вчить використовувати отримані знання в повсякденному житті.

Основною метою уроків фізичної культури є формування в учнів стійкої мотивації щодо збереження свого здоров'я, фізичного розвитку, використання засобів фізичного виховання в організації здорового способу життя.

Важливу роль в зміцненні здоров'я учнів відіграє залучення дітей до спортивних секцій, спортивних заходів. Гарною традицією стало проведення в школах для дітей та батьків спортивних змагань „Тато, мама і я – спортивна сім'я”.

Велика увага для пропаганди здорового способу життя приділяється позакласній роботі. Пропонується великий спектр заходів: турпоходи, екскурсії, дні здоров'я, свята рухливих ігор, веселі старты, класні часи і бесіди з такою тематикою: „Я – моє здоров'я – моє життя”, „Природні чинники здоров'я” та інші.

Отже, основна роль у здоров'язберігаючій діяль-

ності загальноосвітнього закладу відводиться гра-
мотній організації навчального процесу:

- оптимальна організація навчального процесу (відповідно до вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм);
- створення комфортних умов навчання (розклад уроків, перерв, режимні моменти);
- створення сприятливих умов навчання (відсутність стресових ситуацій, адекватність вимог, методик навчання і виховання);
- використання оздоровчих методик, які регулюють активність, і прийомів реабілітації розумової і фізичної працездатності.

Висновки. Таким чином, високий рівень функціональних порушень і хронічної патології у школярів, негативна динаміка стану здоров'я в процесі

навчання обумовлюють з одного боку високу актуальність наукових досліджень в цій області, з іншого – необхідність вдосконалення роботи освітніх установ в напрямку збереження, зміцнення і формування здоров'я учнів. У вирішенні проблеми стану здоров'я дітей, що навчаються в освітніх установах, необхідний комплексний підхід, що включає зусилля як системи освіти, так і охорони здоров'я і потребує пильної уваги всіх зацікавлених у цьому: педагогів, медиків, батьків, представників громадськості. Однак, особливе місце та відповідальність з оздоровчої діяльності відводиться освітній системі, яка повинна й має всі можливості для того, щоб зробити освітній процес здоров'язберігаючим, і в цьому випадку мова йде вже не просто про стан здоров'я школярів, а про майбутнє України.

Список використаної літератури

1. Державний стандарт базової і повної середньої освіти // Книга вчителя фізичної культури: Довідково-методичне видання / Упоряд. С.І.Операйло, А.І.Льченко, В.М.Єрмолова, Л.І.Іванова. – Харків: Торсінг плюс, 2005. – 464 с.
2. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей: учеб. пособ. / под общ. ред. Н. В. Сократова. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 224 с.
3. Міжгалузева комплексна програма «Здоров'я нації на 2002–2011 роки» // Основи здоров'я: книга для вчителя. – К., 2005.
4. Максименко С. Д. Пропагування психогігієнічного виховання і здорового способу життя серед молоді (психічне обґрунтування) / С. Д. Максименко // Практична психологія та соціальна робота. – 2007. – № 9.
5. Меретукова З.К. Проблемное обучение как фактор создания здоровьесберегающей образовательной среды /З.К.Меретукова, А.Р.Чиназирова // Вестник Адыгейского государственного университета. – 2008.– № 5 – С.59-64
6. Дудко С.Г. Дидактичні засади формування здоров'язбережувального навчального середовища початкової школи: дис. на здобуття наук. ступ. канд. пед. наук: 19.00.09 / Сергій Григорович Дудко. – К., 2015. – 258 с.

Стаття надійшла до редакції 30.04.2016 р.
Рецензент: канд.пед.наук, доц.Ливацький О.В.

Щурова Наталя Васильевна

ст.преподаватель кафедры здоровья человека, физической реабилитации, безопасности жизнедеятельности, охраны труда и гражданской защиты
Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко,
Старобельск, Украина

РОЛЬ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ В УКРЕПЛЕНИИ ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ

В статье основное внимание уделено анализу состояния физического здоровья учащихся общеобразовательных учебных заведений и роли здоровьесберегающей среды в сохранении и укреплении здоровья школьников как насущную педагогическую проблему современности. Проанализировано реальное состояние здоровьесберегающей среды в образовательном процессе современной школы. Выявлены основные составляющие здоровьесберегающей деятельности общеобразовательного учреждения.

Ключевые слова: здоровье, физическое воспитание, здоровьесберегающая учебная среда, физическое развитие, физическое воспитание.

Shchurova Natalia

Senior Lecturer

Department of Human Health Physical Rehabilitation, Life Safety, Labour and Civil Protection, Lugansk National University named after Taras Shevchenko
Starobilsk Ukraine

THE ROLE OF HEALTH PRESERVING ENVIRONMENT OF SECONDARY EDUCATIONAL INSTITUTIONS IN SCHOOLCHILDREN HEALTH STRENGTHENING

The article focuses on the analysis of the physical health of the students of secondary schools and addresses to the problem of health protection and strengthening, becoming an active person, which will be formed with perception of their own health as a personal value. The concept of this approach is based on the modern sport students' school education. The main purposes of sport and recreational activities are determined with the advance of certain physical and moral health, integrated approach to the development of mental and physical qualities of the individual and improvement of the physical and psychological preparation for active life and professional activities on the basis of individual approach, priority of health-improving orientation, systematic of school process, etc. The profile sport training helps to attract children and teenagers to regular physical activity in order to enhance their health and gain the significant health-improving effect on physical education. The comprehensive approach of educational and health-protecting institutes assists in solving the problem of state of the children.

Key words: health, physical education, saving environment of Secondary Educational, physical development.