

різному агрегатному стані (твердому, газоподібному, рідкому) і які різними шляхами можуть проникати в організм людини (через органи дихання, через шлунково-кишковий тракт, через шкірні покриви та слизові оболонки).

Біологічні фактори – це макроорганізми (рослини та тварини) і мікроорганізми (бактерії, віруси, рикетсії, спірохети, грибки, найпростіші). Біологічні фактори можуть діяти у воді, повітрі, ґрунті, продуктах харчування, на виробництві, у побуті. Психофізіологічні фактори – це фізичні перевантаження (статичні, динамічні) та нервово-психічні перевантаження аналізаторів, монотонність праці, емоційні перевантаження).

Надзвичайна ситуація (НС) – обстановка на окремій території чи суб'єкті господарювання на ній або водному об'єкті, яка характеризується порушенням нормальних умов життєдіяльності населення, спричинена катастрофою, аварією, пожежею, стихійним лихом, епідемією, епізоотією, епіфітотією, застосуванням засобів ураження або іншою небезпечною подією, що призвела (може призвести) до виникнення загрози життю або здоров'ю населення, великої кількості загиблих і постраждалих, завдання значних матеріальних збитків, а також до неможливості проживання населення на такій території чи об'єкті, провадження на ній господарської діяльності

## **ФОРМУВАННЯ ДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІВ УЧНІВ 5-9 КЛАСІВ НА УРОКАХ ТРУДОВОГО НАВЧАННЯ**

*Ляшенко С. В.  
м. Полтава*

*Анотація.* У статті подане поняття здоров'язберігаючої компетентності, показана методика формування такої компетентності в учнів 5-9 класів на уроках трудового навчання.

*Ключові слова:* здоров'язберігаюча компетентність, урок трудового навчання.

Основна мета сучасної школи полягає у формуванні здорової особистості. Здорової, як фізично, так і духовно. Тому кожен заклад загальної середньої освіти сьогодні шукає свій шлях змін у просторі покращення якості освіти та виховання. Колись метою школи було навчити якомога більше людей читати та писати. А загальні цілі – зовсім інші. У школі викладається безліч предметів, але інформаційний простір сьогодні майже безмежний. Не можна не погодитися з думкою про те, що здоров'я дітей – найголовніша цінність за будь-яких умов життя. І саме тому питання здоров'я школяра потребує особливої уваги, бо від стану здоров'я учня багато чого залежить: успіх у навчанні, фізичний розвиток та психічний стан дитини, ситуація у класному колективі, взаємовідносини з товаришами. В останні роки намітилася тенденція до погіршення стану здоров'я школярів. Однією із причин такої ситуації стала система шкільної освіти, орієнтована на інтелектуалізацію й інтенсифікацію навчального процесу. Інформаційна перевантаженість навчального процесу, його нерациональність з гігієнічної точки зору організація, недостатнє врахування вчителями індивідуальних можливостей учнів спричиняють погіршення стану здоров'я школярів. Відомо, що на стан здоров'я впливає низка соціально-гігієнічних та біологічних факторів. Існуючий стан організації режиму навчально-виховного процесу в сучасній школі, інтенсифікація навчання, зростаючий обсяг інформації вимагають від школярів усе більшого напруження фізіологічних систем організму, що зумовлює високе навантаження на адаптаційні механізми, посилює нервово-емоційну напруженість.

Метою базової загальної середньої освіти є розвиток і соціалізація учнів, формування їхньої національної самосвідомості, загальної культури, світоглядних орієнтирів, екологічного стилю мислення і поведінки, творчих здібностей, дослідницьких і життєзабезпечувальних навичок, здатності до саморозвитку й самонавчання в умовах глобальних змін і викликів. Також випускник основної школи – це патріот України, який знає її історію; носій української культури; виявляє відповідальність і активність у громадському й особистому житті, здатний до підприємливості та ініціативності, має уявлення про світобудову, бережно ставиться до природи, безпечно й доцільно використовує досягнення науки і техніки, дотримується здорового способу життя.

Формування здорового способу життя за допомогою освіти виокремлено як один з пріоритетних напрямків державної політики й розвитку освіти. Отже, виникла потреба в кардинальних змінах щодо вирішення зазначеного питання у державі в цілому і в системі загальної середньої освіти зокрема. Освіта потребує інноваційних підходів до вирішення питання збереження та зміцнення здоров'я громади, особливо учнівської. Тому, перед педагогами, психологами, науковцями, практиками стоїть завдання розробки таких педагогічних технологій, які спрямовані на формування особистісних установок на здоровий спосіб життя, усвідомлення підлітком цінностей здоров'я та вироблення позитивної моделі поведінки. Одним із шляхів досягнення цієї мети є формування в школярів відповідального ставлення до свого здоров'я та здоров'я людей, що їх оточують, як до найвищих індивідуальних і суспільних цінностей. Стало зрозумілим, що назріла потреба переходу від етапу поінформованості школярів про стан їх здоров'я до етапу формування у них стійкої мотивації щодо здорового способу життя.

Тому що 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, а також відсутність мотивації до збереження та зміцнення здоров'я. З кожним роком по Україні спостерігається погіршення стану здоров'я дітей: хворобливість, відхилення в роботі внутрішніх органів, 90% випускників – нездорові, мають ті чи інші відхилення в стані здоров'я. Сучасний стан здоров'я та суспільної свідомості населення України свідчить, що існує реальна загроза вимирання нації. При цьому найбільше страждають незахищені верстви населення, які нині позбавлені можливості життєвого самовизначення та самореалізації, що призводить до їх соціальної дезадаптації. Здоров'я дитини, її соціально – психологічна адаптація, нормальне зростання і розвиток багато в чому визначаються середовищем, у якому вона живе.

Існують різні визначення здоров'я та підходи до його збереження та зміцнення в педагогіці. Згідно визначенню Всесвітньої організації охорони здоров'я: «Здоров'я – це стан повного фізичного, психічного та соціального благополуччя, а не просто відсутність хвороб або фізичних вад». «Мати гарне здоров'я – це мати почуття найвищого блаженства, що дозволяє людині говорити із задоволенням: «Я відчуваю Себе чудово! Я живу чудово!» – писав творець однієї з популярних сьогодні систем оздоровлення Бречч. Відомо, що основна мета життя – щастя. Але до нього веде одна дорога: міцне здоров'я. Здорова людина любить життя. Здорова людина рідко 17 буває нещасливою. Важко уявити собі у числі активних і повноцінних учасників навчально-виховного процесу дитину або вчителя, у яких постійно болить голова, що знаходяться у постійній нервовій напрузі, всього бояться... Здоров'я – єдність соматичного, психічного, духовного, соціального, інтелектуального та творчого аспектів здоров'я, а

не лише відсутність хвороб або фізичних вад. Фізичне здоров'я складає організм людини як біологічну систему: органи і системи життєзабезпечення, їхні функції та здоровий стан, фізична діяльність і біохімічні процеси, гігієна тіла, рухова активність, здорове харчування, генетичне і репродуктивне здоров'я, профілактика хвороб, фізичний розвиток. Психічне здоров'я утворюють позитивні емоції і почуття, воля, самосвідомість, самовиховання, мотивація поведінки, стреси, психотравми, резерви психологічних можливостей людини, запобігання шкідливих звичок, формування гігієнічних навичок і позитивних звичок.

Здоров'язбережувальні технології, що використовуються вчителями на уроках трудового навчання дозволяють:

- сформувати соціальну зрілість;
- забезпечити можливість учням реалізувати свій потенціал;
- зберегти і підтримати фізіологічне здоров'я учнів.
- Аналіз класифікацій існуючих здоров'язбережувальних технологій дає можливість виокремити такі види:
  - захисно-профілактичні: спрямовані на захист дітей від несприятливих для здоров'я впливів (санітарно-гігієнічні вимоги, чистота, ін.);
  - компенсаторно-нейтралізуючі: використовуються для нейтралізації будь-якого негативного впливу (фізкультхвилинка, вітамінізація харчового раціону та ін.);
  - стимулюючі технології: дозволяють активізувати власні ресурси дитячого організму (загартовування, фізичні навантаження);
  - інформаційно-навчальні: покликані забезпечити рівень грамотності в питаннях здоров'я.

Організаційно-педагогічні технології визначають структуру навчального процесу, що сприяє запобіганню перевтоми, гіподинамії та інших дезадапційних станів. Психолого-педагогічні технології пов'язані з роботою вчителя на уроці і впливом на дітей протягом уроку.

На кожному уроці трудового навчання буде доречно повторити особливості формування постави, її вплив на здоров'я. Також знання про принципи безпечної життєдіяльності, правила поведінки, безпечної для життя теж доцільно активізувати на уроках трудового навчання. Під час використання міжпредметних зв'язків для обґрунтування здорового способу життя, запобіжних заходів щодо травматизму увага переважно акцентується на інтеграції біологічних знань учнів, створенні інтегрованих уроків тощо. У формуванні ключових компетентностей беруть участь усі навчальні предмети, інтегруючи процес навчання навколо них. Опорні знання, отримані в курсі біології, є тим підґрунтям, яке забезпечує розуміння фізіологічних основ здоров'я та механізми дії факторів, що його порушують. Такий зв'язок допомагає у вивченні матеріалу від абстрактного до конкретного й до перевірки практикою. При цьому дуже важливу роль відіграє процес формування системи понять, що забезпечує можливість поглибленого підходу до засвоєння знань. Отже, міжпредметні зв'язки зумовлюють цілісність структури змісту освіти. Інтегровальна функція забезпечує узагальнення наукових знань на різних етапах навчання за умови обґрунтованого встановлення та правильного використання. Під час проведення уроків трудового навчання процес формування здоров'язберігаючих компетентностей виступає як основний елемент пізнання, причому ефективність прямо пропорційно залежить від ступеня активності учня на уроці. Тому дуже важливо розвивати пізнавальну діяльність школяра, спрямовану на розширення й поглиблення процесу пізнання не тільки при вивченні одного предмета, а й усього циклу. На нашу думку, тільки свідоме сприйняття здорового способу життя визначає результативність зусиль людини в збереженні та

зміцненні здоров'я, продовженні тривалості життя, повноцінному виконанні біологічних і соціальних функцій. Таким чином, сучасна система загальної середньої освіти повинна протягом усього періоду навчання учнів бути спрямована на формування в них бережливого ставлення до власного здоров'я, а також виховувати бажання його зміцнювати протягом усього подальшого життя. А на уроках трудового навчання учитель повинен приділяти цьому питанню особливу увагу.

Змістова лінія сучасної програми з трудового навчання «Здоров'я і безпека» спрямована на формування особистості учня як духовно, емоційно, соціально і фізично повноцінного члена суспільства, здатного дотримуватися здорового способу життя і формувати безпечне життєве середовище. Отже, учнів 5-9 класів на уроках трудового навчання вчитель орієнтує дотримуватися правил безпечної праці під час виконання технологічних операцій; розуміти шкідливий вплив фарбових матеріалів на здоров'я людини та знати способи запобігання їхній дії; дотримуватися санітарно-гігієнічних вимог; розпізнавати маркування пластмас для виявлення впливу хімічних матеріалів на власне здоров'я та навколишнє середовище; розуміти чинники впливу хімічних матеріалів на здоров'я людини.

Результатом вивчення наскрізних змістових ліній є процес формування ключових компетентностей, які характеризуються доповненнями учнівського досвіду з урахуванням їхніх природних нахилів та здібностей учнів, збереження власного здоров'я.

Тому, формування здоров'язбережувальних компетентностей в освітньому просторі учнів на уроках трудового навчання є дуже важливим. Під час добору технологій, учитель обов'язково повинен враховувати такі вимоги:

- використання технології не повинно створювати загрозу здоров'ю учня;
- технологія має відповідати віковим особливостям, бути доступною для засвоєння учнями, та відповідати цілям і завданням проекту.

Це уміння безпечно організувати процес зміни навколишнього середовища для власного здоров'я та безпеки довкілля, вирізняти можливий негативний вплив штучних матеріалів та володіти прийомами їх безпечного застосування.

Отже, безпека життя і діяльності учня, спрямована на одержання фундаментальних знань, умінь і навичок, формування поглядів, цінностей і поведінки з метою запобігання виникненню ризиків для життя та здоров'я дитини через такі ключові компетентності: екологічну грамотність і здорове життя.

#### **Список використаної літератури**

1. Бойченко Т. Є. Формування в учнів середньої школи системи знань про здоров'я людини : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01. / Тетяна Євгенівна Бойченко. – К., 1994. – 257 с.
2. Волкова Н. П. Педагогіка: Посібник для студентів вищих навчальних закладів освіти. – К.: Академія, 2002. – 576 с.
3. Мороз О. Г., Сластунін В. О., Філіпенко Н. І. Підготовка майбутнього вчителя: зміст та організація: Навчальний посібник. – К., 1997. – 168 с.
4. Педагогічна професія і особистість учителя: Методичні рекомендації / Укладач Н. В. Гузій. – К., 2000. – 19 с.
5. Навчальні програми для загальноосвітніх навчальних закладів України + опис ключових змін. 5-9 класи.-К. : Видавничий дім «Освіта», 2017. – 96 с. (Серія «На допомогу вчителю»).