

УДК 373.5.015.31:613:304.3

КОМПЛЕКСНИЙ ПІДХІД ДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ШКОЛЯРІВ

Безкоровайна О.С.

*Полтавський національний педагогічний університет
імені В.Г. Короленка*

Науковий керівник: Оніпко В.В. – доктор педагогічних наук, професор, завідувачка кафедри ботаніки, екології та методики навчання біології

Велику стурбованість вітчизняної громадськості викликали оприлюднені нещодавно Всесвітньою організацією охорони здоров'я (ВООЗ) матеріали, що стосуються стану здоров'я українських дітей і його зв'язку з поширенням шкідливих звичок. За оцінками провідних вітчизняних науковців стійка тенденція погіршення здоров'я дітей нині становить реальну загрозу генетичному фонду нації. На 100 новонароджених дітей в Україні відносно здорових припадає лише 40%, а серед дітей дошкільного віку їхня кількість знижується до 20-25%. Серед серйозних негативних чинників, що зумовлюють зменшення частки відносно здорових дітей в Україні, слід виокремити хронічне зменшення рухової активності школярів. Слід пам'ятати, що рухова активність – біологічна потреба організму. Для кожного віку вона має свої оптимальні межі і вчителі основ здоров'я повинні створювати необхідні умови для активізації фізкультурно-оздоровчої, навчально-виховної, пізнавальної роботи з учнями як і під час уроків так і в позакласній роботі. Для виконання поставлених завдань у закладах освіти повинно бути створено відповідні умови для пропаганди здорового способу життя, зокрема, розроблено програму, навчально-методичний банк технологій, що стосуються формування здоров'язберігального світогляду школярів та обладнано кабінет і основ здоров'я. Зміст цієї роботи включає всі організаційні форми, які виконуються вчителями основ здоров'я: дотримання гігієнічних вимог до навчально-виховного процесу; проведення основних профілактичних заходів, спрямованих на збереження і підвищення рівня здоров'я учнів; розуміння методів функціональної діагностики здоров'я організму в цілому і окремих його функціональних систем, методів корекції фізичних і психічних вад донозологічного рівня; знання основ безпечної життєдіяльності школярів і надання першої медичної допомоги в невідкладних станах; запровадження методик розвитку фізичних і психічних якостей учнів; використання методик організації

безпечного дозвілля учнів; планування навчального навантаження на учнів з урахуванням їхніх вікових та індивідуальних особливостей фізичного здоров'я та психоемоційного стану; використання різноманітних методик проведення уроків і контролю знань, які забезпечують зменшення негативного впливу «шкільного стресу» на здоров'я і успішність учнів

Валеологічна освіченість учителя є важливою для навчання школярів з будь-якого предмета. Проте особливого значення вона набуває у вчителів основ здоров'я. Учитель у професійному відношенні є представником однієї з основних груп ризику щодо захворюваності. За цих умов для нього особливо важливо не лише володіти основами знань про здоров'я і здоровий спосіб життя, а й засобами та методами забезпечення здоров'я і формування здорової життєдіяльності. У навчанні учнів важливим має бути особистий приклад вчителя.

Отже, застосування комплексного підходу в закладах освіти щодо формування здоров'язберігальної компетентності школярів дає змогу впливати на свідомість і поведінку учнів, мотивувати їх до здорового і продуктивного способу життя; посилення мотивації до здорової безпечної поведінки.

Список використаних джерел:

1. Андрущенко Т. К. Формування здоров'язберезувальної компетентності як соціально-педагогічна проблема. *Науковий вісник Волинського національного університету ім. Лесі Українки: Пед. науки.* 2012. № 7. С. 123–127.
2. Богуш Д. А. Корейський метод Су-Джок. Київ: НикаЦентр, 2008. 64 с.
3. Гаращенко Л. В. Педагогічні умови застосування здоров'язберезувальних методик виховання в дошкільному закладі. *Збірник наукових праць Київського університету імені Бориса Грінченка.* – 2010. Ч. 4. С. 27–34.
4. Корнієнко С. Батьківські збори «Ранкова гімнастика-шлях до здоров'я». *Початкова школа.* 2007. № 4. С. 53–55.
5. Курик М. Здоров'я дитини у нездоровому довкіллі. Дитина має бути здоровою. Київ: Шкільний світ, 2009. – С. 10–16.
6. Мельник О. Системний підхід до формування культури здоров'я учасників навчально-виховного процесу. *Початкова школа.* 2005. № 11. С. 14–16.
7. Обиденна В., Проненко А. Комплексний підхід до оздоровлення. *Дошкільне виховання.* 2010. № 2. С. 15–17.
8. Організація оздоровчої роботи в ДНЗ / [Гаркуша Г. В., Рудік О. А., Свилярьова К. М., Швайка Л. А.]. Харків: Основа, 2011. 319 с.