

виняткова важливість у формуванні здорової нації, проте, немає чітких шляхів, організаційних і педагогічних умов упровадження цих самих технологій в сучасний навчально-педагогічний процес. Серед напрямків подальших наукових пошуків важливо виокремити проблему визначення конкретних організаційно-педагогічних умов, спрямованих на здоров'язбереження студентів. Поряд з традиційними засобами і методами проведення навчально-тренувальних занять необхідно впроваджувати у навчальний процес нетрадиційні форми і методи фізичних вправ: атлетична гімнастика, оздоровча аеробіка, плавання, стретчинг, пілатес, баланс, хатха-йога, оздоровчий танцювальний фітнес, аквафітнес.

Отже, ми дійшли висновку, що правильно організована фізкультурно-оздоровча робота у вищому навчальному закладі може стати основою раціональної організації рухового режиму студентів, сприятиме фізичному розвитку і руховій підготовленості, дозволить підвищити потенційні можливості організму майбутніх педагогів.

#### **Перелік використаної літератури:**

1. Грибан Г. П. Шляхи поліпшення стану фізичної підготовленості студентської молоді / Г. П. Грибан, Ф. Г. Опанасюк // Проблеми фізичного виховання студентів : матер. всеукр. наук.-метод. конф. – Дніпропетровськ : ДНУ, 2003. – С. 25 – 26.
2. Зимівець Н. В. Соціально-педагогічні технології формування відповідального ставлення до здоров'я в учнівській молоді : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.0. 05 «Соціальна педагогіка» / Наталія Володимирівна Зимівець. – Луганськ, 2008. – 23 с.
3. Кожевнікова Л. К. Особистість викладача у формуванні здорового способу життя сучасного студента / Л. К. Кожевнікова, З. Г. Дзюба, Н. І. Вертелецька // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету ім. Т. Г. Шевченка. Випуск 55. Серія: педагогічних наук, Фізичне виховання та спорт: Зб. у 2х т. – Чернігів : ЧДПУ, 2008. – № 55. – Т. 1. – С. 222–226.
4. Носко М. О. Фізичне виховання і спорт у вищих навчальних закладах при організації кредитно-модульної технології / М. О. Носко, О. О. Данілов, В. М. Маслов. Підручник. – К. : Видавничий Дім «Слово», 2011. – 264 с.
5. Путров С. Ю. Основні аспекти здоров'язберігаючих технологій у фізичному вихованні студентів технічного університету / С. Ю. Петров, Л. П. Сушенко // Збірник наукових праць Бердянського державного педагогічного університету (Педагогічні науки). – Бердянськ : БДПУ, 2007. – № 3. – С. 89–94.

## **РЕАЛІЗАЦІЯ ПРИНЦИПУ ОСОБИСТІСНОГО ЗМІСТУ НАВЧАННЯ ШКОЛЯРІВА ПРИ СТВОРЕННІ ЗДОРОВОГО СЕРЕДОВИЩА В ШКОЛІ**

*Дяченко-Богун Марина Миколаївна  
м. Полтава*

Школярі складають майже десяту частину населення України. Інтенсивний графік, нерегулярне харчування та брак відпочинку негативно впливають на здоров'я школярів. За офіційними даними Міністерства охорони здоров'я, до здорових можуть відноситися не більше 10% випускників наших шкіл, а до осіб, що хворіють хронічними захворюваннями, серед тих же випускників, відносяться близько 60-70%. Виходить так, що не встигнувши вступити в доросле життя, наші діти вже хворі [1, С.2].

Високий рівень патології у школярів вказує на пріоритетність даної проблеми саме для підростаючого покоління. Причини виникнення захворювань полягають у негативному впливі зовнішнього середовища, обтяженої спадковості, незадовільних соціальних умовах. Встановлено також, що одинадцять років напруженої розумово-емоційною роботи школярів проходять в умовах, що часто не відповідають санітарно-гігієнічним нормам і правилам. Дослідження багатьох вчених показали, що *основними причинами погіршення здоров'я* учнів за період навчання є наступні:

- порушення гігієнічних та психогігієнічних вимог до організації навчального процесу;
- порушення повноцінного відпочинку;
- відсутність достатньої рухової активності;
- постійні стреси, пов'язані з перевантаженнями навчальних програм;
- помилки у використанні педагогічних технологій і методик викладання;
- авторитарний стиль спілкування;
- недостатній рівень знань з вікової психології та фізіології у педагогів та вихователів;
- слабка навчальна і виховна робота з учнями щодо формування їхнього здоров'я та

організації здорового способу життя;

- відсутність у вчителів і батьків необхідних знань у питаннях збереження і зміцнення здоров'я дітей [4, С.33].

Розробка ефективних заходів по зміцненню здоров'я дітей та підлітків має виняткове значення для сучасної школи. Встановлення гармонійного зв'язку між навчанням і здоров'ям забезпечує якісне зрушення в бік підвищення ефективності навчального процесу. Перед школою стоїть завдання створення умов для збереження здоров'я учнів, тобто створення механізму формування здоров'язберігаючого середовища загальноосвітнього закладу. Згідно з визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я «здоров'я - це стан повного фізичного, психічного і соціального благополуччя, а не просто відсутність хвороби і фізичних дефектів» [2, С.4].

Основним завданням здоров'язберігаючої педагогіки є створення таких умов навчання, які б забезпечили високу працездатність учнів протягом усього часу навчальних занять і дозволили б уникнути перевтоми. Необхідною умовою є проведення цілеспрямованої роботи з виявлення та вивчення педагогічного досвіду з питань збереження здоров'я учнів. Працюючи над підвищенням своєї професійної майстерності, педагогам необхідно виділити наступні пріоритетні напрямки:

- гуманізація та індивідуалізація навчального процесу;
- використання інформаційних технологій в освітньому процесі;
- використання нових педагогічних технологій;
- вивчення особливостей викладання предметів природничого циклу;
- розвиток творчих здібностей учнів [3, С.112].

Метою створення здорового середовища спілкування в школі є необхідність навчити учнів вчитися з мінімальними витратами здоров'я, тому в педагогічній роботі базовим є *принцип особистісного змісту навчання*. Навчання проти волі дитини ніколи не буде покращувати його здоров'я. І учень, і вчитель повинні відчувати психоемоційну комфортність. Важливими для створення здорового середовища в школі є принципи педагогічного впливу:

- педагогічний оптимізм;
- повага до школяра;
- розуміння душевного стану учня;
- зацікавленість у долі дитини;
- розкриття мотивів і обставин вчинків, скоєних дитиною [4, С.34].

І, нарешті, важливою частиною є використання сучасних *здоров'язберігаючих технологій навчання*. На наш погляд, цим вимогам відповідають:

- технологія багаторівневої диференціації (враховує особливості темпераменту, психосоматичного типу каналів сприйняття, рівня розуміння, типу мислення і т.д.)
- проблемне навчання (проблемні питання та ситуації, у тому числі на стику наук)
- навчання у співпраці;
- метод проектів, який використовуються в педагогічному процесі вчителями;
- діалогове навчання (вільне обговорення і дискусії)
- рефлексивне навчання (оцінка учнями корисності уроку, свого психологічного стану)

[4, С.35].

Сучасна школа як освітня модель часто робить упор на медичній стороні справи, звертає увагу в основному на тілесне і психічне здоров'я школярів; інші аспекти феномена здоров'я – моральний, естетичний, соціальний – зачіпаються в набагато меншому ступені. Тим часом проблема соціального здоров'я сьогодні чи не найактуальніша в шкільній освіті. Більш того, до її успішного вирішення залучаються всі інші аспекти здоров'я.

#### **Перелік використаної літератури:**

1. Апанасенко Г.Л. Як зупинити депопуляцію в Україні / Г. Л. Апанасенко // Наук. світ. – 2005. – № 11. – С. 2–5.
2. Всемирная декларация по здравоохранению ВОЗ. Копенгаген, 1998 / Загальна декларація прав людини. – К., 1998. – С.3–8.
3. Степанюк Ю. Філософія здоров'я людини як здорового способу життя / Ю. Степанюк // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – Луцьк : РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2008. – Т. 1. – С. 111–114.
4. Таранова О., Челах Г. Система роботи здоров'язбережувального навчального процесу / О. Таранова, Г. Челах – Завуч – 2008 - №19-20. – С. 32–36.