

та заступника директора з наукової роботи Кійло О. І. в школі з березня 2007 року впроваджений педагогічний експеримент «Здоров'язберігаючі технології як умова формування культури здоров'я учнів загальноосвітнього навчального закладу». За час проведення експерименту в школі відкритий соціально-реабілітаційний центр «Надія» для дітей з особливими потребами, яким зацікавилися батьки і діти не лише мікрорайону школи, але й м. Кременчука. На базі школи були проведені: регіональна науково-практична конференція «Здоров'я через освіту», Всеукраїнський науково-практичний семінар «Навколишнє середовище і здоров'я людини». Досвід роботи школи щодо збереження і зміцнення здоров'я учнів висвітлений в місцевих, обласних та всеукраїнських засобах масової інформації.

Колектив школи не зупиняється на досягнутому. Продовжується творчий пошук нових форм, методів та засобів впровадження здоров'язберігаючих технологій навчання.

#### **Перелік використаної література**

1. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі // Здоров'я та фізична культура. – 2006, № 8. – С. 1–6.
2. Освіта в інноваційному поступі суспільства / Доповідь Міністра освіти і науки України С.М.Ніколаєнка на підсумковій колегії МОН України 17 серпня 2006 р. // Освіта України. – 2006. – № 60-61. – С. 13.
3. Страшко С.В. та ін. Інфекційні хвороби, що набули соціального значення. – К. : Освіта України. – 2006. – 56 с.

## **ЩО ПОВИНЕН ЗРОБИТИ ВЧИТЕЛЬ ДЛЯ ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ?**

*Верещак Джоанна Володимирівна  
м. Полтава*

***Анотація.** Освіта в наші дні ставить великі вимоги до здоров'я учнів. Тому зараз актуальні здоров'язберігаючі технології в навчально-виховному процесі, при яких формуються дбайливе ставлення до свого фізичного і психічного здоров'я, найважливіші соціальні навички, що сприяють успішній адаптації дітей у суспільстві. У статті пропонуються корисні поради та рекомендації для вчителів початкових класів.*

***Ключові слова:** здоров'язберігаючі технології, культура здоров'я, навчально-виховний процес, здоровий спосіб життя.*

Проблема здоров'я дітей сьогодні як ніколи важлива. В даний час можна стверджувати, що саме вчитель може зробити для здоров'я сучасного учня багато. Вчитель може працювати так, щоб навчання дітей не завдавало шкоди здоров'ю школярів. Здоров'язберігаючі освітні технології включають формування, зміцнення здоров'я, виховання у дітей культури здоров'я.

Підготовка до здорового способу життя дитини на основі здоров'язберігаючих технологій повинна стати головним напрямком в діяльності вчителя, який працює з дітьми початкової школи. Здоров'язберігаючі технології реалізуються на основі особистісно-орієнтованого підходу, відносяться до тих життєво важливих факторів, завдяки яким учні вчаться жити разом.

Збереження і зміцнення здоров'я – це найважливіші складові роботи вчителя. Від життєрадісності, бадьорості дітей залежить їх духовне життя, світогляд, розумовий розвиток, міцність знань, віра в свої сили, бажання вчитися. В. А. Сухомлинський стверджував, що «...турбота про здоров'я дитини – це не просто комплекс санітарно-гігієнічних норм і правил... і не звід вимог до режиму, харчування, праці, відпочинку. Це, насамперед, турбота про гармонійну повноту всіх фізичних і духовних сил, і вінцем цієї гармонії є радість творчості».

Робота з формування здорового способу життя може реалізовуватися через: проведення оздоровчих пауз під час уроків і заняття на уроках фізичної культури; позакласну роботу; роботу з батьками. «Єдина краса, яку я знаю, – це здоров'я» казав Генріх Гейне.

Збереження здоров'я дітей – це головне, на що звертаю особливу увагу при проведенні заходів по збереженню здоров'я, де закладаються навички правильного режиму дня, гігієнічні навички, профілактика захворювань, негативного ставлення до шкідливих звичок, вивчення особливостей свого організму, а також проведення оздоровчих хвилин під час уроку, підвищення інтересу до предметів.

Російська мова та літературне читання вважаються важкими предметами. На цих уроках діти багато пишуть і читають, швидше стомлюються. На таких уроках обов'язково проводжу гімнастику для очей.

Різні тестові завдання з вибором відповіді, ігрові завдання на розвиток фантазії, розпізнавання помилок, на пошук помилок дозволяє уникнути одноманітності на уроці. Використання ігрових технологій, ігрових навчальних програм, оригінальних завдань та задач, що дозволяють зняти емоційну напругу.

Хороший ефект дають завдання на розширення кругозору (завдання повинні бути цікаві учням), формування позитивного ставлення учнів з даного предмету. Завдання повинні бути диференційовані, індивідуально підібрані для учнів, щоб всі могли створити собі ситуацію успіху на кожному уроці. Хороший ефект дають практичні завдання, пошук додаткових матеріалів за темами, здійснення проектною діяльністю.

Доброзичлива атмосфера на уроці, спокійна бесіда, увага до кожної відповіді, позитивна реакція вчителя на бажання учня висловити свою точку зору, тактовне виправлення допущених помилок, заохочення до самостійності.

На початковому етапі це можуть бути ігрові завдання для узагальнення знань.

Обов'язкова умова ефективного проведення фізкультхвилинок – позитивний емоційний фон. Фізкультхвилинки можна проводити з музичним супроводом, фізкультхвилинки у віршах, ігрові паузи, зорова гімнастика, емоційне розвантаження, чергування пози з урахуванням видів діяльності. Вміле поєднання розумової і фізичної навантаження, попередження стомлення і перевтоми – важливі моменти роботи вчителя початкових класів. Проведення фізкультхвилинки під час уроку має і оздоровчу спрямованість. Вправи можна урізноманітнити, змінити темп виконання вправ. Фізкультхвилинки дають дітям велику радість, можливість відпочити, переключити увагу з одного виду діяльності на інший. Діти після фізкультхвилинки стають більш активними, їх увага активізується, з'являється інтерес до подальшого засвоєння знань. Оздоровчі фізкультхвилинки – це частина системи використання здоров'язберігаючих технологій у школі.

Щоб ефективніше реалізовувати здоров'язберігаючі технології на уроках та позаурочній діяльності, застосовую деякі освітні технології по їх здоров'єзбережувальній спрямованості: педагогіка співробітництва, технологія рівневої диференціації навчання.

Дуже важливо на уроках формувати розуміння значення занять фізкультурою і спортом протягом всього життя. Для того, щоб допомогти дітям зберегти фізичне, психічне здоров'я, не потрібно організувати нічого неймовірного. Їм необхідні рухові хвилинки, які дозволяють відпочити і розслабитися, принести користь своєму організму. Зміцнення фізичного і морального здоров'я служать уроки фізичної культури, ігри-лічилки на перервах, рухливі ігри на подовжених групах, система виховної роботи: бесіди, класні години, «уроки здоров'я», робота з батьками, виховання і навчання дітей нормам здорового способу життя, пропаганда правил гігієни, ознайомлення батьків з методами формування здорового способу життя.

Поза уроками організую веселі старты, змагання, ігри, спортивні свята. Робота з батьками проводиться за темами: «Формування у дітей молодшого шкільного віку основ здорового способу життя», «Гра – як фактор зміцнення здоров'я дітей», «Здоровий спосіб життя». Цікаво проходять спільні свята, екскурсії, спортивні заходи. Залучення батьків дає можливість більш поглибленої всебічної і систематичної роботи з формування здорового способу життя. Спільна гра зміцнює і фізичне, і духовне здоров'я дитини. «Здоровий дух в здоровому тілі – ось короткий, але повний опис щасливого стану в цьому світі» казав Джон Локк.

Робота по формуванню здорового способу життя дає хороші результати: проводяться заняття з навчання дітей бережливому ставленню до власного здоров'я, приносять дітям почуття задоволення, радість. Після занять учні найбільш відповідально ставляться до свого здоров'я та здоров'я оточуючих, стають більш вимогливими і дбайливими один до одного. «Гімнастика, фізичні вправи, ходьба повинні міцно ввійти в повсякденний побут кожного, хто хоче зберегти працездатність, здоров'я, повноцінне і радісне життя» (Гіппократ).

Використання здоров'язберігаючих технологій в навчальному процесі початкової школи дозволяє учням більш успішно адаптуватися в освітньому і соціальному просторі.

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

1. Коваленко В.І. Здоров'язберігаючі технології. – М., 2004 р.
2. Феоктистова В.Ф. Освітні здоров'язберігаючі технології. – Вчитель 2009 р.
3. Науково-практичний журнал «Завуч початкової школи» – 2009. – № 3; 2010. – № 5.