

цехів (металурги, сталевари), в умовах низьких температур (будівельники, монтажники-висотники).

9. Електрозахисний спецодяг для робіт з високими напругами.

10. Костюми для захисту від біологічних чинників (кліщів, кровососних комах, збудників особливо небезпечних інфекцій).

11. Сигнальний спецодяг (яскраво-жовті, червоні жилетки, фартухи, головні убори).

Виробниче спецвзуття: для роботи в гарячих цехах (з негорючим покриттям); для роботи в хімічних виробництвах (стійких до агресивних сполук); для монтажників металоконструкцій (захищають від травм); для електромонтажників високих напруг (з діелектричними властивостями); водозахисне спецвзуття (для рибалок, фахівців м'ясо-молочної промисловості та інших подібних виробництв); антистатичне спецвзуття (для захисту від статичної електрики); для робіт при високих та низьких температурах та інші.

Таким чином, одними з найголовніших в комплексі загальних вимог до одягу та взуття є гігієнічні вимоги. Науковцями накопичена велика кількість матеріалів стосовно гігієнічної оцінки одягу та проведено дослідження з вивчення впливу різного за тканинним складом та конструктивним виготовленням одягу на стан фізіологічних функцій організму людини.

Перелік використаної літератури:

1. ДСТУ 4239:2003 «Матеріали та вироби текстильні і шкіряні побутового призначення – основні гігієнічні вимоги».
2. Делль Р. А., Афанасьєва Р. Ф. Гигиена одежды. – М.: Легпромбытиздат, 1991.
3. Куликов Б. П., Сахарова Н. А., Костин Ю. А. Гигиена, комфортность и безопасность одежды. Уч. пособие. – Иваново: ИГТА, 2006.
4. Бузов Б. А. Технічне регулювання, технічний регламент і гігієнічні вимоги до одягу // Швейна пром. – 2005. – №3. – С. 29 – 31.

ФОРМУВАННЯ В УЧНІВ ОСНОВ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ПРИ ВИВЧЕННІ РОЗДІЛУ «ТЕХНОЛОГІЯ ПОБУТОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ»

*Ткаченко Анастасія Анатоліївна
м. Полтава*

***Анотація.** У статті розглянуто проблему формування в учнів основ здорового способу життя на уроках трудового навчання. Проаналізовано змістове наповнення розділу «технологія побутової діяльності» та визначено можливості формування в учнів основ здорового способу життя засобами його змісту.*

***Ключові слова:** трудове навчання, розділ «Технологія побутової діяльності, здоровий спосіб життя, процес навчання*

Здоров'я є інтегральною характеристикою особистості і визначає якість життя. Сьогодні в Україні фіксують високий рівень захворюваності серед учнівської молоді. Зокрема, за період навчання у школі кількість здорових дітей від початку навчання й до одинадцятого класу зменшується у 3-4 рази [1, 2]. Тому збереження і зміцнення здоров'я дітей, формування навичок здорового способу життя (ЗСЖ) є пріоритетними напрямками розвитку суспільства.

Виховання фізично і психічно здорової особистості є одним із найважливіших завдань сучасної школи. Проблема збереження здоров'я дітей шкільного віку, їх оздоровлення та профілактика найбільш розповсюджених «шкільних» хвороб є предметом дослідження багатьох науковців.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аспекти формування здорового способу життя людини розроблялися з погляду медицини, біології, гігієни, психології (Г. Л. Апанасенко, І. В. Муравов, Є. Г. Булич, В. І. Берзін, С. І. Болтівець, С. Д. Максименко та ін.). Учені-педагоги теоретично і практично висвітлювали проблему формування здорового способу життя учнівської і студентської молоді, становлення світогляду й ціннісних орієнтацій (В. І. Бобрицька, Л. А. Животковська, О. Д. Дубогай та ін.) [2, 3]. Але ця проблема залишається актуальною і на сьогодні.

Метою статті є аналіз умов формування в учнів основ здорового способу життя при вивченні розділу «Технологія побутової діяльності».

Реалізація оздоровчої функції освіти на уроках трудового навчання полягає у збереженні

здоров'я вчителя і учнів. Загальновідомо, що здоров'я людини цілком залежить від способу її життя (побут, харчування, праця, відпочинок тощо) та від стану навколишнього середовища.

Розглянемо основні складові поняття «здоровий спосіб життя» та їх відображення в змісті розділу «Технологія побутової діяльності». В першу чергу, це раціональне харчування, дотримання правил особливої гігієни та безпеки праці. Зокрема вивчаючи теми «Елементи грамоти споживання», «Маркування споживчих товарів» доцільно ознайомити учнів з:

- основними правилами раціонального харчування, в тому числі із традиціями української національної кухні;

- енергетичну і харчову цінність продуктів харчування;

- режим харчування;

- якість продуктів, води і напоїв;

- маркування споживчих товарів;

- правила зберігання та обробки харчових продуктів;

- причин харчових отруєнь;

- залежність якості харчових продуктів від екологічного стану навколишнього середовища.

Таким чином, учні отримують інформацію про якісні продукти харчування та знання про штрихове кодування товарів.

На практичних заняттях передбачено формування практичних навичок у дотриманні санітарно-гігієнічних вимог при вивченні даних тем. Все вищесказане розширить і поглибить знання учнів та буде сприяти формуванню у них практичних навичок щодо дотримання засад здорового способу життя.

Метою кожного уроку є сприяння створенню сталої мотиваційної установки на збереження і зміцнення здоров'я учнів. Для реалізації цієї мети під час проведення уроків потрібно: створювати необхідні санітарно-гігієнічні умови в майстерні; формувати навички безпечної праці; налаштовувати учнів на позитивний психологічний мікроклімат; слідкувати за правильною поставою під час виконання практичних завдань; регулярно проводити фізкультхвилинки, релаксаційні паузи, включаючи гімнастику для очей; проводити бесіди, направлені на формування потреби у здоровому способу життя; з метою недопущення перевтоми учнів використовувати інтерактивні методи навчання; слідкувати за зміною видів діяльності, нормувати домашні завдання [4-6].

Результатом навчання має бути розвиток здоров'язбережувальних компетенцій учнів, зокрема, збільшення обсягу знань щодо збереження життя та зміцнення здоров'я, поглиблення навичок та умінь, усвідомлення учнями особистої відповідальності за своє життя і здоров'я.

Постійної уваги учителя заслуговує співпраця з батьками, дорослими членами сім'ї. Слід звернути увагу учнів і батьків на співпрацю при виконанні завдань, спрямованих на формування здоров'язбережувальних компетенцій дітей.

Таким чином, сучасна система шкільної 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, оскільки багато тем розділу «Технологія побутової діяльності» наближені до реалій сучасного життя та готують учнів до здорового ведення побуту та культури догляду за собою.

Перелік використаної літератури:

1. Бобрицька В. І. Формування здорового способу життя у майбутніх учителів: монографія / Валентина Іванівна Бобрицька. – Полтава : ТОВ «Поліграфічний центр «Скайтек», 2006. – 432 с.
2. Годецький М. В. Організація навчального процесу в сучасній школі / М. В. Годецький, Т. М. Хлебнікова. – Х. : Весла, 2003. – 214 с.
3. Денисюк Н. Можливості трудового навчання у формуванні екологічної компетентності учнів 5-7 класів // Трудова підготовка в закладах освіти – 2007. – №3 (49). – с. 20 – 22.
4. Концепція формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у дітей та молоді (затверджена наказом МОН України від 21 липня 2004 року №6051 // Директор школи. – 2004. – №40 (жовт.). – С. 23 – 29.