

4. Закон України. Про боротьбу з тероризмом // Відомості Верховної Ради. – 2003. – № 25. – С.180.
5. Зелінський С. А. Політичний тероризм як соціально-правове явище. // Актуальні проблеми держави та права. – Вип. 6. – Ч. II. – Одеса, 1999. – С. 40.
6. Матеріали VII регіональної науково-практичної конференції. 13-14 лютого 2001 р. – Львів, 2001.
8. Панарин А. С. Искушение глобализмом. – М.: Рус. нац. фонд, 2000.
9. Резолюции и решения, принятые Генеральной Ассамблеей на 53-й сессии ООН. – Т. 1. – Нью-Йорк, 1999.

ВПРОВАДЖЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ОСВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ НА УРОКАХ ТРУДОВОГО НАВЧАННЯ ПІД ЧАС ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

*Пуляк О. В., Шевченко Т. С., Погрібна А. І.
м. Кропивницький*

Анотація. В роботі висвітлено основні проблеми запровадження дистанційного навчання та запропоновано деякі прийоми формування здоров'язберігаючого освітнього середовища, які уможливають збереження життя та здоров'я учасників освітнього процесу.

Ключові слова: збереження здоров'я, освітні технології, дистанційна освіта, комунікації, учасники освітнього процесу.

Аналіз проблеми впровадження здоров'язберувальних освітніх технологій у закладів загальної середньої освіти, як і освіти загалом, серед актуальних проблем суспільства останнім часом проникнув у фокус наукових педагогічних та медичних дискусій. Виховання фізично, психічно й ментально здорового громадянина є одним із найважливіших завдань сучасної української школи.

Зокрема, учені-педагоги теоретично і практично висвітлювали проблему формування здорового способу життя учнівської молоді, становлення світогляду й ціннісних орієнтацій (Т. Андрющенко, А. Башавець, Ю. Бойчук, І Кривенцова, С. Омельченко, Т. Шаповалова, О. Халло та ін.). Але з уведення дистанційної форми навчання і соціального дистанціювання ця проблема набула особливих форм та значення й потребує корегування реалізації з подальшим дослідженням.

Мета статті. Дослідити доступні для вчителя та учнів здоров'язберувальні освітні технології які можна використовувати на уроках під час дистанційного навчання.

Виклад основного матеріалу. 2020 та 2021 роки особливі з точки зору організації освітнього процесу у закладах освіти у зв'язку із вимушеною роботою в дистанційному режимі й використанням інформаційно-комунікаційних технологій взаємодії. В таких умовах учні та вчителі змушені створювати собі освітній простір самостійно. Використання інтернет-ресурсів під час дистанційного навчання змушує учнів та вчителів змінювати свій звичний режим та ритм життя, умови комунікацій, що не може не впливати на стан їхнього здоров'я.

«Дистанційне навчання – сукупність сучасних технологій, які забезпечують доставку інформації в дистанційному режимі з використанням інформаційно-комунікаційних технологій взаємодії викладачів і студентів.» До типових принципів дистанційного навчання належать: інтерактивна взаємодія у процесі освітньої комунікації; надання можливості самостійного опанування досліджуваної інформації; консультаційний супровід освітньої діяльності [5]. Таке навчання спрямоване як на індивідуальну, так і на спільну роботу усіх учасників процесу освіти.

Як під час офлайнного та офлайнного навчання системне, регулярне й цілеспрямоване застосування здоров'язберігаючих технологій складає здоров'язберігаючу діяльність учасників освітнього процесу закладів освіти. Саме для вчителів трудового

навчання така діяльність фактично збігається з власне дидактичною, виховною й розвиваючою. Тобто освітня діяльність вчителя трудового є здоров'язберігаючою.

Під час дистанційного навчання на уроках дуже важливо створити умови для безпечного та здоров'язберігаючого розвитку учня:

- дотримання фізіологічних основи освітнього режиму (час працездатності, стомлюваності учнів; навчальне навантаження; руханки, зручне положення; профілактичні заходи по запобіганню інфекційних захворювань тощо);
- контроль гігієнічної оцінка умов і технологій навчання (повітряно-тепловий режим, світловий режим, шумове навантаження, ароматичні сполуки у повітрі тощо);
- формування здорового способу життя [7].

При організації робочого місця повітряно-тепловий та освітлювальний режими повинні дотримуватися повністю. Нажаль, під час дистанційної освіти учитель не може перевірити особисто створення оптимальних умов для освітнього процесу кожного учня, тому дуже важливо постійно нагадувати про створення безпечного та комфортного освітнього середовища. Зокрема нагадати, що приміщення необхідно регулярно провітрювати, але в той же час температура повітря повинна бути комфортною. Для кращого освітлення робочого місця і зняття навантаження з очей, потрібно додаткове природне або штучне освітлення. Особливо великого значення набуває дотримання правил техніки безпеки та санітарно-гігієнічних вимог, які спрямовані на попередження травматизму та збереження здоров'я учнів.

На думку дослідників, базовим педагогічним інструментом здоров'язбережувальної діяльності виступає здоров'язбережувальна технологія, яка в окремому вияві є сукупністю конкретних знань, методів, практик та прийомів, що комплексно вирішують триєдине тактичне завдання – оцінити (продіагностувати), організувати й оптимізувати фрагмент освітнього процесу (в межах навчального закладу чи поза ним) з метою попередження зниження, збереження наявного стану й забезпечення розвитку фізичного, психічного та соціального потенціалу особистості [6].

Поняття «здоров'язбережувальної технології» об'єднує в собі всі напрями діяльності закладу загальної середньої освіти щодо формування, збереження та зміцнення здоров'я учнів.

Під з здоров'язбережувальними технологіями вчені пропонують розуміти:

- сприятливі умови навчання дитини (відсутність стресових ситуацій, адекватність вимог, методик навчання та виховання);
- оптимальну організацію освітнього процесу (відповідно до вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм);
- повноцінний та раціонально організований руховий режим [6].

Впровадження здоров'язбережувальних освітніх технологій пов'язано з використанням медичних (медико-гігієнічних, фізкультурно-оздоровчих, лікувально-оздоровчих), соціально-адаптованих, екологічних здоров'язбережувальних технологій та технологій забезпечення безпеки життєдіяльності.

Методичний супровід діяльності педагога з реалізації здоров'язбережувальних освітніх технологій полягає в озброєнні кожного вчителя необхідним арсеналом методик роботи з учнями з питань здоров'ятворчості, сприятиме використанню кожним з них тих програм та методів навчання і виховання, що пристосовані до дитини і формують в неї свідому добровільну мотивацію до отримання знань та збереження власного здоров'я [1].

Наш аналіз проведення уроків з позицій здоров'язбереження в закладах освіти в дистанційному режимі під час педагогічної практики; консультації з педагогами Цетральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка та викладачами закладів освіти м. Кропивницького дав змогу окреслити ряд умов, які важливо врахувати педагогу при організації і проведенні уроку наступних умов:

- створення безпечного і комфортного освітнього простору: якщо сам вдома, вимкнути зайві електричні прилади; передягтися в більш діловий одяг; закрити двері в кімнату, якщо не

можливо усамітнитися – надіти навушники; сісти зручно, але з можливістю зміни пози; забезпечити достатньо горизонтальної поверхні для необхідних приладів та обладнання;

- забезпечення обстановки і гігієнічних умов в освітньому просторі: комфортну температуру і свіжість повітря; раціональну освітлення робочої зони, відсутність монотонних, неприємних звукових подразників та ароматичних сполук;

- число видів освітньої діяльності: опитування учнів, лист, читання, слухання, розповідь, розгляд наочної допомоги, відповіді на питання, рішення прикладів, завдань і ін.

- для високої результативності освітнього проєкту ретельно вибирати та використовувати можливості інструментів залучення – використовувати онлайн дошки, опитувальники, обговорення в малих групах, онлайн тести та інші зміни активностей на занятті;

- максимальне використання активних методів зворотного зв'язку і творчого самовираження при ввімкнених камерах;

- використання гігієнічних перерв та руханок з урахування віку, стомлюваності, зниження активності та самопочуття учасників освітнього процесу (дуже доречними можуть бути вправи для очей, для суглобів, дихальна та артикуляційна гімнастика, самомасаж пальчиків, тощо,);

- наявність в змістовній частині уроку питань, пов'язаних із здоров'ям і здоровим способом життя;

- створення позитивного психологічного клімату на уроці;

- наявність на уроці емоційних розрядок: жартів, усмішок, афоризмів з коментарями тощо;

- використовувати доречний музичний супровід уроку;

- використовувати кольоротерапію викладачу – підбирати фон заставки;

- використовувати ретельно підібрану ароматерапію – запропонувати учням (якщо в них немає алергії на відповідні ефірної олії, попередньо провівши тестування з мінімальним дозування) в своєму освітньому просторі використати аромати для профілактики інфекційних захворювань, створення комфортної атмосфери, зняти напругу, підвищити концентрацію тощо;

- похвалити учнів наприкінці уроку.

Висновки. Застосування таких прийомів уможливають створення умов наближених до реальної комунікації між людьми, приносять відновленню психологічної рівноваги учасників освітнього процесу їх стресостійкості, збереженню фізичного, психологічного та ментального здоров'я.

Таким чином, ми приходимо до розуміння пріоритетності проблеми реалізації здоров'язбережувальних освітніх технологій в освітньому процесі під час дистанційного навчання як такої, що має визначальний характер для формування здоров'язберігаючого освітнього середовища у збереженні життя та здоров'я учасників освітнього процесу. Вміння педагога відбирати, раціонально використовувати і чергувати всі можливості засобів та методів дистанційної комунікації дозволяє учням легше переносити навчальні навантаження, соціальну ізоляцію та знизити ризик стресових станів й погіршення здоров'я всіх комунікаторів.

Список використаних джерел:

1. Вайнер Е. Н. Формування здоров'язберігаючого середовища в системі загальної освіти. Валеологія. 2014. №1. С.21-26.
2. Кривенцова І., Клименченко В., Іванов О. Дистанційна освіта з фізичного виховання в період карантину. Фізична реабілітація та рекреаційно-оздоровчі технології. Том 5 № 2 (2020) URL: http://journals.urau.ua/frir_journal/article/view/209415 (дата звернення: 5. 04. 2021)
3. Лист Міністерства освіти і науки України 1/9-154 від 11.03.2020 URL: https://mon.gov.ua/storage/app/media/news/Новини/2020/03/11/1_9-154.pdf. (дата звернення: 3. 04. 2021)

4. Про запобігання поширенню на території України гострої респіраторної хвороби COVID-19, спричиненої коронавірусом SARS-CoV-2 . Постанова Кабінету Міністрів України від 11 березня 2020 р. № 211 URL: <https://www.kmu.gov.ua/npas/pro-vnesennya-zmin-do-punktu-8-p-a332>. (дата звернення: 2. 04. 2021)
5. Положення про дистанційне навчання. Наказ Міністерства освіти і науки України № 466 від 25.04.2013 р. (із змінами згідно з Наказами Міністерства освіти і науки № 660 від 01.06.2013, № 761 від 14.07.2015) URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0703-13#Text>. (дата звернення: 1. 04. 2021)
6. Сучасні здоров'язбережувальні технології: монографія/ за загальною редакцією проф. Ю. Д. Бойчука. Харків, 2018. 724 с. URL: http://hnpu.edu.ua/sites/default/files/files/Kaf_zdor_ta_korr_os/M_Suchasni_ZZT.pdf. (дата звернення: 2. 04. 2021)
7. Омельченко С. О. Взаємодія соціальних інститутів суспільства у формуванні здорового способу життя дітей та підлітків: монографія . Луганськ, 2007. 352 с.

БЕЗПЕКА В МЕРЕЖІ. ІНТЕРНЕТ ГРАМОТНІСТЬ ДІТЕЙ ТА БАТЬКІВ

*Ревенко К. О.
м. Полтава*

Анотація. У статті обґрунтовано актуальність забезпечення безпечної інтернет павутини, наведено результати опитування батьків щодо забезпечення безпеки в мережі для їхніх дітей.

Ключові слова: Інтернет мережа, безпека, інтернет грамотність, засоби контролю.

Актуальність досліджуваної теми: у період дистанційного навчання гостро постає питання безпеки в мережі. Такий спосіб отримання знань передбачає всебічне використання Інтернету, що не завжди є безпечним для учнів.

В Україні зараз майже 22 мільйони користувачів Всесвітньої павутини, тому безпека в мережі – одне з найактуальніших питань. За даними міжнародного дослідницького проєкту ESPAD, у 2019 році лише 6,7% опитаних підлітків в Україні не користувались соціальними мережами. Майже 45% підлітків проводять у соціальних мережах до 3 годин на день, а ще приблизно 50% – 4 та більше годин.

На сьогодні у період пандемії загострилося питання безпеки учнів у мережі під час дистанційного навчання. Забезпечення дітей безпечним Інтернетом та розвиток Інтернет грамотності – ці зобов'язання лягли на вчителів, батьків та самих учнів.

Самостійне пізнання інформаційного світу дозволяє розширити коло інтересів дитини і сприяє її додатковій освіті, спонукає до кмітливості, привчає до самостійного розв'язання задач. Навчальні, розвиваючі та розважальні Інтернет ресурси орієнтовані на дітей будь-якого віку. За їх допомогою діти в цікавій ігровій формі засвоюють основи письма та лічби, вчать малювати та моделювати, привчаються до самостійної роботи і складають уявлення про навколишній світ. До завдань розвиваючих програм та ігор входить також удосконалення пам'яті, уваги, мислення, логіки, спостережливості, тренування швидкості реакції та ін. Існує багато ігор, що водночас мають виховну і освітню основу та здатні викликати інтерес дітей шкільного віку до економіки, соціології, історії, літератури. [1, с.12-13]

Щоб дослідити питання чи контролюють батьки безпечне Інтернет середовище своєї дитини ми провели опитування в формі Гугл тесту. В цій формі батьки відповідали на поставлені запитання. Опрацювавши результати ми зробили висновки.

Тестування передбачало 6 запитань, кожне з яких розкривало проблему безпечного Інтернету. У опитуванні взяло участь 12 батьків 4-Б класу.

На перше запитання «Чи користується Ваша дитина Інтернетом?», яке передбачало такі варіанти відповідей як «так» та «ні» 12 з 12 опитаних відповіли «так».