

**Гуменюк Юлія Олександрівна,  
Сорочинська Оксана Андріївна**

(Житомирський державний університет імені Івана Франка)

### **ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ ДО ВПРОВАДЖЕННЯ В НАВЧАЛЬНИЙ ПРОЦЕС ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ**

Сьогодні проблеми збереження здоров'я дітей набувають особливої актуальності, оскільки дедалі помітнішою стає тенденція до його погіршення. Це зумовлено еколого-економічними факторами та недостатнім рівнем знань підростаючого покоління щодо фізичного, психічного і соціального сфер здоров'я та мотивації до його збереження з дитячих років.

Зниження тривалості життя, підвищення захворюваності населення, особливого дитячого віку, засвідчує, що високорозвинений рівень медицини не в змозі справитися з проблемами погіршення здоров'я, тому постає питання про превентивну роботу, формування усвідомленого ставлення до здоров'я і здорового способу життя (ЗСЖ).

Щорічне збільшення обсягу пізнавальної інформації, яку учні повинні засвоїти спричиняє зростання розумового навантаження, і як наслідок перевантаження організму дітей, погіршення їх стану здоров'я. Одне з головних завдань навчального закладу полягає в організації освітнього процесу, за якого не лише зберігатиметься високий рівень розумової працездатності дітей, а й зміцнюватиметься їхнє здоров'я.

У зв'язку з цим останніми роками все частіше особливу увагу приділяють впровадженню в освітньо-виховний процес здоров'язберігаючих технологій, що дають змогу проводити оздоровлення в цікавих, різноманітних формах, забезпечувати фізичне, соціально-емоційне, духовне, інтелектуальне благополуччя дітей.

**Аналіз останніх досліджень.** Проблемі професійної підготовки майбутніх учителів присвячено багато досліджень вітчизняних і зарубіжних авторів. Теоретичні та методичні основи даної проблеми знайшли відображення у працях С.Ф. Русової, В.О. Сухомлинського, К.Д. Ушинського. Велику увагу цьому питанню приділяли сучасні вчені-педагоги і психологи, а саме: А.М. Алексюк, Л.В. Артемова, І.А. Зязюн, О.Я. Савченко, В.О. Сластьонін та ін..

Питаннями класифікації здоров'язберігаючих технологій займалися І.В. Волкова, О.М. Ващенко, О.В. Петров, В.Д. Сонькін, Ю.В. Науменко та ін.. Упровадження їх у навчальний процес школи висвітлені у працях Т.С. Бойченка, М.К. Смірнова.

**Формування цілей роботи.** Враховуючи критичний стан здоров'я населення України, а особливо підростаючого покоління і нездатність медицини кардинально покращити цей стан, значним фактором у цьому процесі є формування мотивації до здорового способу життя, впровадження у навчальний процес початкової школи здоров'язберігаючих технологій та підготовка майбутніх учителів до цього виду роботи.

**Результати дослідження.** Поняття "здоров'язберігаючі технології" з'явилося в педагогічному лексиконі в останні декілька років і дотепер сприймається багатьма педагогами як аналог санітарно-гігієнічних заходів. Так, К.В. Дубов визначає їх, як повноцінне медичне забезпечення роботи освітньої установи. А.Н. Акімова включає в це поняття своєчасне проведення щеплень і профілактику "шкільних захворювань". Як ви бачите, існують різні думки учених з даного питання [5].

Сутність здоров'язберігаючих технологій постає в комплексній оцінці умов виховання і навчання, які дозволяють зберігати наявний стан підростаючого покоління, формувати більш високий рівень їхнього здоров'я, навичок здорового способу життя, здійснювати моніторинг показників індивідуального розвитку, прогнозувати можливі зміни здоров'я і проводити відповідні психолого-педагогічні, корегувальні, реабілітаційні заходи з метою забезпечення успішності навчальної

діяльності та її мінімальної фізіологічної "вартості", поліпшення якості життя суб'єктів освітнього середовища [1, 2].

Метою здоров'язберігаючих технологій в освіті є забезпечення високого рівня реального здоров'я підростаючого покоління і виховання валеологічної культури, як сукупності усвідомленого відношення до власного здоров'я і життя людини, знань про здоров'я і умінь оберігати, підтримувати і зберігати його [3, 38].

Аналіз наукової літератури дозволив нам виокремити такі типи здоров'язберігаючих технологій [2, 4; 3, 40; 4, 46]:

- *Технології збереження і стимулювання здоров'я* – технології, що створюють безпечні умови для перебування, навчання та праці в освітньому закладі та ті, що вирішують завдання раціональної організації виховного процесу (з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм), відповідність навчального та фізичного навантажень можливостям дитини (профілактичні щеплення, забезпечення рухової активності, вітамінізація, організація здорового харчування) (*стретчинг, ритмопластика, динамічні паузи, рухливі і спортивні ігри, контрастна доріжка, тренажери, релаксація, пальчикова гімнастика, гімнастика артикуляції, гімнастика для очей, дихальна гімнастика, ортопедична гімнастика*);
- *Оздоровчі технології*, спрямовані на вирішення завдань зміцнення фізичного здоров'я дитини, підвищення потенціалу (ресурсів) здоров'я (*фізіотерапія, аромотерапія, загартування, гімнастика, масаж, фітотерапія, музична терапія*);
- *Технології навчання здоров'ю* – гігієнічне навчання, формування життєвих навичок (керування емоціями, вирішення конфліктів тощо), профілактика травматизму та зловживання психоактивними речовинами, статеве виховання (*ігротерапія, самомасаж, точковий самомасаж, спортивні розваги, свята*);
- *Технології музичної дії* (*музикотерапія, казкотерапія, бібліотерапія*);
- *Коректувальні технології* (*арт-терапія, музикотерапія, казкотерапія, кольоротерапія, психогімнастика, фонетична і логопедична ритміка, мімічні розминки, гімнастика для очей, пальчикова гімнастика, дихальна гімнастика, точковий масаж, ігри та вправи для профілактики і корекції плоскостопості і постави*).

У зв'язку з поставленими завданнями нами було проведено анкетування у якому взяли участь студенти ННІ педагогіки Житомирського державного університету імені Івана Франка за напрямом підготовки 6.010102 "Початкова освіта". Їм було запропоновано такі запитання: Що Ви розумієте під поняттям "здоров'язберігаючі технології"? Яке на Вашу думку значення

здоров'язберігаючих технологій? Чи є у Вас методичні розробки здоров'язберігаючих технологій? Чи вмієте Ви організувати цей вид роботи з учнями початкових класів?

У відповідях на питання щодо розуміння сутності здоров'язберігаючих технологій студенти зазначили, що, це система заходів, спрямованих на збереження здоров'я.

На думку студентів, значення різних типів здоров'язберігаючих технологій у навчанні, вихованні та розвитку учнів полягає у процесі збереження, зміцнення здоров'я.

Респонденти зазначили, що вони практично неготові до впровадження цих технологій у школі й у них немає практичних розробок для проведення цієї роботи.

Для належної підготовки до впровадження здоров'язберігаючих технологій у навчальному процесі початкової школи студенти вважають необхідним посилити теоретичний і практичний аспекти цього напрямку професійної діяльності під час їх навчання у ВНЗ шляхом читання лекцій і проведення семінарів із даних питань та проведення різноманітних тренінгів, зустрічей з фахівцями у цій галузі, конкурсів, де вони зможуть на практиці опанувати методикою організації та проведення цієї роботи з дітьми початкової школи.

Враховуючи результати опитування студентів та стан підготовки їх до впровадження цих технологій у навчальний процес початкової школи у навчальний план підготовки студентів п'ятого курсу за напрямом: 6.010102 "Початкова освіта" включено предмет "Технології вивчення валеології у початковій школі". Однією з лекцій передбачених робочою програмою курсу є тема пов'язана з ознайомленням студентів із метою, значенням та класифікацією здоров'язберігаючих технологій для збереження та зміцнення здоров'я учнів початкових класів. Під час практичних занять студенти готують повідомлення про різновиди цих технологій та знайомляться з методикою їх проведення.

**Висновки.** Отже, проведене нами дослідження і впроваджені у навчальний процес предмет і практичне заняття із зазначеної вище теми сприяють належній підготовці майбутніх фахівців до використання у початковій школі здоров'язберігаючих технологій та підвищенню особистої мотивації до здорового способу життя.

**Перспективи подальших розвідок** із зазначеної проблеми потрібно спрямувати у напрямку перевірки ефективності використання здоров'язберігаючих технологій у навчальному процесі початкової школи і покращенні здоров'я підростаючого покоління.

### **Список використаної літератури**

1. Бойченко Т. Валеологія – мистецтво бути здоровим // Здоров'я та фізична культура. – 2005. – №2. – С. 1-4.

2. Ващенко О., Свириденко С. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі // Здоров'я та фізична культура. – 2006. – №8. – С. 1-6.
3. Науменко Ю.В. Здоров'язберігаюча діяльність школи // Педагогіка. – 2005. – №6. – С. 37-44.
4. Науменко Ю.В. Здоров'яформуюча діяльність дитячого будинку і школи-інтернату // Методист. – 2005. – №2. – С.45-49.
5. Чеботарева О.В. Теоретический семинар "Использование здоровьесберегающих технологий в работе педагога" [електронний ресурс] режим доступу <http://festival.1september.ru/articles/503900/>