

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ НА УРОКАХ «Я У СВІТІ»

Початок ХХІ сторіччя ознаменований кардинальними змінами в соціально-політичному та суспільному житті людини, зростанням вимог до освітнього рівня її громадян. Питання збереження здоров'я школярів в освітньому процесі останнім часом набуло особливої актуальності. На жаль, останні статистичні дані свідчать про те, що за період навчання дітей у школі стан здоров'я погіршується в 4-5 разів. І ці факти підтверджують, що саме в школі учень отримує певне захворювання, відхилення від здоров'я. У зв'язку з цим формування здоров'я має відбуватися в роки інтенсивного розвитку учнів, що припадає на період навчання в школі. Перші роки навчання є базовими для формування ключових компетентностей, які спрямовують подальший життєвий шлях та навчальні можливості учнів, формуючи стиль навчальної діяльності та моделі поведінки, розуміння себе як члена соціальної спільноти. Однією з таких компетентностей є здоров'язбережувальна компетентність.

Тому одним із головних завдань сучасної початкової освіти є формування у дітей знань, умінь і навичок збереження здоров'я та розуміння переваг здорової людини, а діяльність учителя на кожному уроці «Я у світі» повинна бути орієнтована на прищеплення дітям стійкої позиції цінності та почуття відповідальності за збереження й зміцнення власного здоров'я. Отже, основним завданням сучасної школи стає виховання компетентної особистості, яка не тільки володіє знаннями щодо здоров'язбереження, а й уміє застосовувати їх у житті, адаптуватися до складних соціальних умов, підтримувати своє здоров'я на належному рівні, надавати опір негативним впливам [4; с.104].

Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано розв'язання окресленої проблеми, доводить, що науковці приділяють значну увагу визначенню умов формування здоров'язбережувальної компетентності в підростаючого покоління. Так, педагогічні умови формування здоров'язбережувальної компетентності в учнів загальноосвітніх шкіл аналізують О. Аксьонова, Т. Бабко, Т. Бойченко, А. Карабашева та ін. Проблеми збереження здоров'я дітей молодшого шкільного віку, присвятили свої дослідження: Н. Бібік, А. Борисенко, І. Брехман, О. Ващенко, М. Гончаренко, О. Дубогай, І. Дубровіна, Н. Кацур, С. Кондратюк, А. Маслоу, О. Московченко, В. Оржеховської, О. Савченко, С. Свириденко та ін.

Саме тому метою статті є обґрунтування необхідності збереження, зміцнення та відтворення здоров'я молодших школярів шляхом створення

необхідних педагогічних умов для формування здоров'язбережувальної компетентності учнів молодшого шкільного віку.

Компетентність - здатність учня самостійно реалізовувати практичну діяльність і розв'язувати життєві проблеми, яка засновується на набутому навчальному та життєвому досвіді, особистісних цінностях і здібностях (О. М. Новиков). Це комплекс знань, умінь, ставлень та цінностей, які спрямовані на збереження й укріплення здоров'я – свого та оточуючих, на уроках «Я у світі» та в позаурочній діяльності. Одна з ключових компетентностей – це здоров'язбережувальна, вона включає в себе:

- уявлення і поняття про здоров'я, здоровий спосіб життя та безпечну поведінку;
- усвідомлення здоров'я як вищої життєвої цінності;
- взаємозв'язок організму людини з природним і соціальним оточенням;
- удосконалення фізичної, соціальної, психічної та духовної складових здоров'я та дбайливе ставлення до свого здоров'я.

Важливим складником шкільної освіти є формування мотивації до збереження та зміцнення здоров'я. Саме на досягнення цієї мети й спрямований курс "Я у світі". Його завданнями є формування в учнів свідомого ставлення до свого життя і здоров'я, оволодіння основами здорового способу життя, життєвими навичками безпечної та здорової поведінки, формування в учнів здоров'язбережувальної компетентності.

Навчання учнів має бути спрямованим на опанування ними навичками, що сприяють здоровому способу життя:

- санітарно-гігієнічними навичками;
- навичками раціонального харчування, рухової активності, режиму праці та відпочинку;
- навичками ефективного спілкування, співчуття, розв'язання конфліктів, поведінки в умовах тиску, погроз, дискримінації; - навичками самоконтролю, аналізу проблем і прийняття рішень, визначення життєвих цілей та програм тощо.

Саме школа має відігравати провідну роль у формуванні у дітей життєво важливих компетенцій, необхідних для збереження власного здоров'я. Саме тому планування діяльності на уроках «Я у світі» передбачає широке використання методів навчання, що базуються на принципі активної участі самих учнів: "мозкова атака", моделювання ситуацій, рольові ігри, дискусії, дебати, робота у малих групах; розгляд та аналіз конкретних життєвих ситуацій, складання планів дій у проблемних ситуаціях, тощо.

Добираючи додаткові матеріали до уроків, учителю слід особливу увагу звернути на відповідність їх змісту віковим особливостям, реальним потребам учнів та їх навчальним можливостям. Лише за цих умов реалізація освітньої траєкторії учнями за схемою: "знання" – "уміння" – "ставлення" – "життєві навички" сприятиме формуванню мотивації учнів щодо здорового способу життя.

Як показує практика формування здоров'язбережувальної компетентності не є пріоритетним дидактичним спрямуванням у роботі вчителів початкових класів. Так, поза їх увагою залишається формування досвіду здоров'язбережувальної діяльності, тобто уміння застосовувати практичні уміння і навички у ситуаціях передбачених програмою; також недостатня увага приділяється мотивації учнів на щоденне збереження і зміцнення власного здоров'я, що має ґрунтуватися на ціннісних орієнтаціях. Значна їх частина не володіє способами навчально-пізнавальної діяльності у сфері здорового і безпечного способу життя; досвідом застосування набутих знань, сформованих умінь і навичок у навчальних і життєвих ситуаціях, передбачених програмою; досвідом емоційно-ціннісного ставлення до власного здоров'я.

Для досягнення позитивного результату та актуалізації здоров'язбережувальної компетентності необхідно щодня на уроках «Я у світі» відбувалося переважання практичних дій і вправлянь учнів у засвоєнні змісту навчального матеріалу; зв'язок теоретичного матеріалу з можливостями його практичного застосування; спостереження за об'єктами (предмети,

явища), подіями, поведінкою пішоходів, водіїв, рухом транспортних засобів, спеціальних машин тощо; виконання практичних робіт, дослідницьких проєктів, практичних і творчих завдань; обговорення навчальних і життєвих ситуацій; залучення дітей до рольових ігор, інсценізацій казок, діалогів з однокласниками, медичними працівниками школи щодо збереження і зміцнення здоров'я; робота у парах, малих групах; моделювання різних типів поведінки; запрошення на уроки, здоров'язбережувальні заходи працівників ДАІ, медичних працівників, батьків, водіїв, пожежників, свідків ДТП; використання усної народної творчості.

Такі принципи активного навчання забезпечують інтерес дітей до знань, запобігають перевтомі. За допомогою активних методів навчання діти отримують важливу для себе інформацію, що сприяє формуванню знань, умінь та навичок щодо здорового способу життя та позитивного уявлення про себе, через визнання сильних якостей своєї особистості, співчуття та поваги до інших людей, визнання поведінки, яка вважається прийнятною в суспільстві, визначення цінностей. Діти набувають навичок здорової міжособистісної комунікації, критичного мислення для розв'язання складних проблем, пошуку альтернатив, вчать висловлювати свою думку, відкрито говорити про свої почуття, приймати рішення в ситуаціях, які загрожують здоров'ю [3, с. 97]

Діяльність учителя кожен урок повинна бути орієнтована на формування в дітей стійкої позиції, що передбачає визначення цінності здоров'я, почуття відповідальності за збереження й зміцнення власного здоров'я, поглиблення знань, умінь та навичок, пов'язаних з усіма складовими здоров'я (фізична, соціальна, психічна, духовна). Формування в учнів компетентного ставлення до власного здоров'я неможливе без реалізації всіх складових здоров'я. Грамотно складений розклад уроків, використання вчителями на уроках та на перервах прийомів рухової активності, нейтралізації стресів, організації гарячого харчування, зв'язок навчального матеріалу з життям, озброєння учнів валеологічними та екологічними знаннями – це повсякденна діяльність школи. Ефективність позитивного впливу на здоров'я школярів методів роботи на уроках «Я у світі» визначається не хаотичністю методів, а системною роботою за всіма напрямками.

Завдання школи – збереження духовного, фізичного, психічного здоров'я учнів, формування в них відповідального ставлення до власного здоров'я. Саме тому виникає необхідність у формуванні здоров'язбережувальної компетентності учнів на уроках «Я у світі» та використанні освітніх технологій, що полегшують формування нових знань, зберігаючи при цьому здоров'я; забезпечують дитині можливість збереження здоров'я під час навчання у школі, формують в неї необхідні знання, уміння та навички щодо здорового способу життя, навчають використовувати отримані знання у повсякденному житті.

Таким чином, вчителі на уроках «Я у світі» повинні допомогти усвідомити дітям, що здоров'я – це дар не тільки для людини, а й для суспільства; розширити уявлення про способи відтворення та збереження своїх фізичних, інтелектуальних, психоемоційних, творчих ресурсів; спонукати турбуватися про своє здоров'я; розвивати бажання підтримувати традиції здорового способу життя. Для цього під час навчально-виховного процесу учителю необхідно використовувати не тільки традиційні, а й інноваційні технології навчання для активного формування здоров'язбережувальної компетентності учнів молодших класів.

Список використаної літератури

1. Ващенко О. М. Організація навчально-виховного процесу : навч. метод. посібник / О. М. Ващенко. – Кам'янець-Подільський ФОП Сисин О. В., 2010. – 167 с.
2. Кацур Н. Здоров'я дітей – здоров'я нації (про формування здорового способу життя у школярів) / Н. Кацур // Рідна школа. – 2002. – № 7. – С. 11–14.
3. Кондратюк С. М. Технологія організації сучасного уроку в початковій школі / С. М. Кондратюк, Л. І. Рубан // Серія: Педагогіка і психологія : зб. статей. – Ялта : РВВ КГУ, 2013. – Вип. 41. – Ч. 2. – С. 260–265.
4. Мельник І. М. Аксиологічний аспект технології здорового способу життя молодших школярів / І. М. Мельник та ін. // Сучасні технології навчання в початковій освіті : матер. Всеукр. наук.-практ. конф. (13–14 квітня 2006 р.) / Редкол.: З. Сіверс, О. Кононко, Е. Белкіна та ін. – К. : КМПУ ім. Б.Д. Грінченка, 2006. – С. 105–108.
5. Оржеховська В. М. Здоров'язбережувальне навчання і виховання: проблеми, пошуки / Валентина Михайлівна Оржеховська // Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді : [збірник наукових праць / Інститут проблем виховання АПН України; за ред. І. Д. Бєха]. – Вип. 10, Т. 1. – Кам'янець-Подільський : Видавець Зволейко Д. Г., 2007. – С. 461–466.