

*К. Шевчук,
студентка,
О. Кравець,
кандидат пед. наук, доцент,
Житомирський державний університет імені Івана Франка*

РЕАЛІЗАЦІЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ НА УРОКАХ АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ

Розвиток здоров'язбережувальної компетентності учнів початкової школи в процесі навчання англійської мови сьогодні розглядається як важливий складник модернізації освітньої системи. Така увага до цієї проблеми пояснюється не лише орієнтацією освіти на гуманістичні цінності, а й необхідністю збереження фізичного стану дітей, їхньої психологічної рівноваги та соціального благополуччя. В умовах оновлення змісту освіти та впровадження засад Нової української школи акцент переноситься з простого засвоєння знань на формування ключових компетентностей, які забезпечують готовність дитини до реального життя. У цьому контексті здоров'язбережувальна компетентність виступає як комплексна характеристика, що поєднує інформованість про здоров'я, ціннісне ставлення до нього та здатність діяти з метою його підтримки і зміцнення [1, с. 45].

Формування такої компетентності в учнів молодшого шкільного віку є складним процесом, який потребує врахування специфіки розвитку дітей. Саме цей віковий період характеризується високою чутливістю до засвоєння норм поведінки та формування звичок, що визначають подальший спосіб життя. У цей час закладаються основи ставлення до власного здоров'я, виробляються моделі щоденної діяльності та закріплюються ціннісні орієнтації [2, с. 49]. Водночас уроки іноземної мови, зокрема англійської, відкривають широкі можливості для поєднання навчального змісту із здоров'язбережувальною складовою, оскільки вони передбачають активну взаємодію, зміну видів діяльності та використання рухових елементів.

У педагогічній науці здоров'язбережувальна компетентність трактується як здатність людини усвідомлено підтримувати власний фізичний і психічний стан, використовуючи відповідні знання та практичні навички у повсякденному житті [3, с. 113]. Відповідно, освітній процес має бути організований таким чином, щоб мінімізувати шкідливі фактори та одночасно створювати умови для зміцнення здоров'я учнів. У цьому сенсі уроки англійської мови можуть виступати не лише як засіб формування мовних умінь, а й як ефективний інструмент розвитку здоров'язбережувальної культури.

Організація навчальної діяльності з урахуванням здоров'язбережувального підходу передбачає створення безпечного та комфортного освітнього середовища. Особливу увагу слід приділяти режиму роботи та структурі уроку, оскільки одноманітна діяльність і тривале перебування в статичному положенні негативно впливають на самопочуття дітей. З цієї причини доцільно включати в структуру заняття короткі фізичні вправи, динамічні паузи, рухливі елементи

[1, с. 48]. На уроках англійської мови це реалізується через пісні з рухами, ритмічні вправи, ігрові завдання, що поєднують мовлення з фізичною активністю, що, у свою чергу, підвищує ефективність засвоєння матеріалу.

Не менш важливим є емоційний стан учнів, адже психологічний комфорт безпосередньо впливає на результати навчання. Сприятлива атмосфера на уроці, підтримка з боку вчителя та відсутність страху зробити помилку сприяють формуванню позитивної мотивації до навчання та знижують рівень тривожності [3, с. 115]. Комунікативний характер навчання англійської мови створює умови для розвитку емоційної сфери дитини, формує навички взаємодії, сприяє розвитку емпатії та вміння працювати разом з іншими.

Зміст навчального матеріалу також відіграє важливу роль у формуванні здоров'язбережувальної компетентності. Тематика занять може включати питання, пов'язані зі здоровим способом життя, харчуванням, фізичною активністю та особистою гігієною. Завдяки цьому відбувається природне поєднання мовного навчання з формуванням життєвих навичок [2, с. 50]. Наприклад, опрацювання тем, пов'язаних із повсякденним життям або спортом, дозволяє не лише розширити словниковий запас, а й сформувати уявлення про корисні звички та важливість дотримання режиму дня.

Суттєвий вплив на ефективність формування компетентності мають методи навчання. Використання інтерактивних підходів, зокрема роботи в групах, рольових ситуацій або виконання проєктів, сприяє розвитку соціальних якостей особистості, відповідальності та здатності до співпраці [4]. Такі форми роботи допомагають зробити уроки більш динамічними, зменшують втому та підвищують зацікавленість учнів у навчанні.

Окрему увагу необхідно приділити індивідуалізації навчання. Урахування рівня підготовки, темпу роботи та психологічних особливостей кожної дитини дозволяє створити оптимальні умови для навчання без перевантаження. Застосування диференційованих завдань і різноманітних форм роботи сприяє підтриманню психічного здоров'я учнів та забезпечує ефективність освітнього процесу [1, с. 51].

Важливим чинником є особистість учителя, який виступає носієм певних цінностей і моделей поведінки. Його власне ставлення до здоров'я, стиль спілкування та поведінка мають значний вплив на формування світогляду учнів. Демонстрація активної життєвої позиції, доброзичливості та емоційної стабільності сприяє закріпленню відповідних установок у дітей [3, с. 116].

Ефективність формування здоров'язбережувальної компетентності значною мірою залежить від співпраці школи та сім'ї. Взаємодія з батьками дозволяє узгодити виховні впливи та забезпечити формування стійких навичок здорового способу життя. Проведення спільних заходів, участь у проєктах і просвітницька діяльність підвищують рівень обізнаності всіх учасників освітнього процесу [5].

У сучасному освітньому середовищі важливим фактором є використання цифрових технологій. Вони значно розширюють можливості навчання, проте потребують раціонального застосування, оскільки надмірне використання гаджетів може негативно впливати на здоров'я дітей. Тому доцільно

поєднувати цифрові ресурси з традиційними формами роботи та забезпечувати достатній рівень рухової активності [2, с. 51].

Таким чином, формування здоров'язбережувальної компетентності на уроках англійської мови є складним процесом, який вимагає системного підходу та високого рівня професійної підготовки педагога. Поєднання мовного навчання із здоров'язбережувальними технологіями сприяє не лише підвищенню якості освіти, а й формуванню відповідального ставлення до власного здоров'я. Це, у свою чергу, забезпечує підготовку учнів до повноцінної життєдіяльності в сучасному суспільстві.

Отже, уроки англійської мови мають значний потенціал для розвитку здоров'язбережувальної компетентності завдяки поєднанню змісту навчання, різноманітних методів роботи та створенню сприятливого психологічного клімату. Такий підхід дозволяє досягти не лише освітніх результатів, а й забезпечити гармонійний розвиток особистості та зміцнення здоров'я молодших школярів, що є одним із ключових завдань сучасної освіти.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Дорож І. А., Ковальчук А. Ф. Формування здоров'язбережувальної компетентності молодших школярів в освітньому процесі НУШ // Наукові записки НДУ ім. М. Гоголя. Серія: Психолого-педагогічні науки. 2023. № 1. С. 43-53. DOI: 10.31654/2663-4902-2023-PP-1-43-53 URL: <https://lcp.ndu.edu.ua/index.php/nz/article/view/976>
2. Волошин О. Формування здоров'язбережувальної компетентності в учнів молодшого шкільного віку // Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: Педагогіка. Соціальна робота. 2022. № 50. С. 48-51. DOI: 10.24144/2524-0609.2022.50.48-51 URL: <https://visnyk-ped.uzhnu.edu.ua/article/view/257622>
3. Бірюк Л., Солод І. Роль здоров'язбережувальної компетентності у розвитку молодших школярів // Вісник Глухівського національного педагогічного університету імені О. Довженка. Серія: Педагогічні науки. 2024. № 3 (56). С. 112-117. DOI: 10.31376/2410-0897-2024-3-56-112-117 URL: <https://journals.gnpu.edu.ua/index.php/vgnpu/article/view/79>
4. Помещикова І., Чуча Ю., Ломан С. Здоров'язбережувальні компетентності учнівської та студентської молоді // Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор та одноборств у ЗВО. 2019. URL: <https://journals.uran.ua/pprsievnz/article/view/193331>
5. Поліщук Н. Формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді як пріоритет державної політики // Соціальна робота та соціальна освіта. 2021. № 2 (7). DOI: 10.31499/2618-0715.2(7).2021.244654 URL: <http://srso.udpu.edu.ua/article/view/244654>