

ТВОРЧИЙ ПІДХІД УЧИТЕЛЯ ДО ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ

Проблема здоров'я є актуальною у сьогоднішній час, адже головною проблемою України, що пов'язана з майбутнім держави, є збереження і зміцнення здоров'я дітей. Турботу викликає різке погіршення стану фізичного та розумового розвитку підростаючого покоління, зниження рівня народжуваності й тривалості життя, зростання смертності, особливо дитячої.

Здоров'я дітей - одне з основних джерел щастя, радості і повноцінного життя батьків, учителів, суспільства. Більше 85% дітей, які прийшли до 1 класу, мають ті чи інші порушення соматичного та психічного характеру, зростає кількість дітей, які мають психоневрологічні захворювання. Результати щорічних медичних обстежень показали, що за останні 15 років кількість дітей віком до 14 років із серцево-судинними захворюваннями зросла від 14,5 % до 28,2%; хворобами опорно-рухового апарату – від 31,9 % до 67,1 %; з надмірною вагою – від 7,0 % до 8,9% [10, с. 21]. За даними, отриманими при медичному обстеженні дітей 1-А класу ЗОШ №1 м. Нова Каховка, захворювання мали 37% дітей.

На необхідність збереження здоров'я школярів звертали увагу вчені-педагоги. Так, В.О.Сухомлинський писав: «Досвід переконав нас у тому, що приблизно у 85% усіх невстигаючих учнів головна причина відставання у навчанні – поганий стан здоров'я, яке є нездужання або захворювання, найчастіше зовсім непомітне і таке, що можна вилікувати тільки спільними зусиллями матері, батька, лікаря та вчителя»[11,с.125].

Актуальність проблеми формування здоров'я нації знайшла відображення у прийнятих законах «Про охорону дитинства», в указах Президента України «Про невідкладні додаткові заходи щодо зміцнення моральності у суспільстві та утвердження здорового способу життя», «Про Національну доктрину розвитку освіти», Цільову комплексну програму «Фізичне виховання – здоров'я нації».

Проте проблема забезпечення здоров'я дітей не є розв'язаною в повній мірі і в нашому повсякденні. Для збереження здоров'я необхідно як розширення уявлень про здоров'я і хвороби, так і уміле використання всього спектра чинників, що впливають на різні складові здоров'я (фізичну, психічну, соціальну і духовну), оволодіння оздоровчими, загально зміцнювальними методами і технологіями, формування настанови на здоровий спосіб життя. У зв'язку з цим, висвітленню сучасних підходів до здоров'язбереження і засобів його формування учнів початкової школи присвячуємо цю статтю.

В умовах реформування освітньої системи основна мета сучасної школи полягає у формуванні фізично та духовно здорової особистості. «Найголовнішою цінністю, яку має плекати сучасна школа, є здоров'я дитини, його формування й підтримка на різних етапах навчання дитини в школі» [7, С.2]. У Законі України «Про загальну середню освіту» в ст. 5 зазначено, що завданнями загальної середньої освіти є: виховання свідомого ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших громадян як найвищої соціальної цінності, формування гігієнічних навичок і засад здорового способу життя, збереження і зміцнення фізичного та психічного здоров'я учнів. А в ст. 22 говориться про те, що загальноосвітній навчальний заклад повинен забезпечувати безпечні та нешкідливі умови навчання, режим роботи, умови для фізичного розвитку та зміцнення здоров'я, формувати гігієнічні навички та засади здорового способу життя учнів. Національна доктрина розвитку середньої освіти України в XXI столітті передбачає вирішення таких проблем: виховання морально та фізично здорової людини; формування в учнів наукового світогляду, уявлення і розуміння наукової картини світу живої природи на основі усвідомлення понять і закономірностей взаємозв'язку безпечної поведінки людини, здорового способу життя, цінування свого життя та інших. Здоров'я дитини, її соціально – психологічна адаптація, зростання і розвиток багато в чому визначаються середовищем, у якому вона живе. Здоров'я – це єдність соматичного, психічного, духовного, соціального, інтелектуального та творчого аспектів здоров'я, а не

лише відсутність хвороб та фізичних вад. Вирішення окреслених завдань можливе за умовами запровадження здоров'язберезувальних технологій в усі ланки освітньо-виховного середовища.

Під здоров'язберезувальними технологіями вчені виділяють: сприятливі умови навчання дитини у школі, оптимальну організацію навчального процесу, повноцінний та раціонально організований руховий режим[2,с.3].

- Навчальні заклади використовують різні підходи до здоров'язбереження: дидактичний, коли більше уваги приділяється навчальним програмам та урокам здоров'я, фізичного виховання,
- подієвий, коли основна увага приділяється конкурсам на тему здоров'я і агітації здорового способу життя,
- проблемний, коли всі зусилля школи спрямовані на вирішення конкретної задачі: харчування, рухової активності, профілактики перевтоми, індивідуальний, коли концентруються зусилля на врахуванні особливостей кожного учня.

Але тільки підчас комплексного використання вищеназваних підходів, можна вирішити проблему збереження здоров'я учнів.

У відповідності з Державним стандартом освіти наразі змінена програма викладання навчальної дисципліни «Основи здоров'я» у напрямі формування у дітей практичних навичок здорового способу життя, що потребує корінних змін у виборі технологій і методів навчання. Розглянемо це на прикладі уроку в 1 класі на тему «Безпечна поведінка учнів у школі», під час якого ми активно використовували здоров'язберезувальні технології.

Тип уроку: вивчення нового матеріалу

Мета: Ознайомити учнів з правилами поведінки на перервах, під час рухливих ігор, розвивати вміння визначати місця підвищеної небезпеки у школі, скласти правила попередження травматизму у школі, виховувати почуття

відповідальності за своє здоров'я. Створювати сприятливі умови для збереження здоров'я учнів.

Обладнання: сигнальні картки, плакат - опора «Фактори здоров'я», опори для створення асоціативного куща, завдання для групової роботи, шаблони долоньок, аркуш для плаката «Роби як я», картки для рефлексії, магнітофон з аудіокасетою «Музичний фон для релаксації», відео «Дельфінотерапія», презентація Microsoft Power Point, добірка прислів'їв про здоров'я.

Хід уроку:

I. Актуалізація опорних знань.

1. Психологічний настрій.

(Закрийте оченята. Уявіть себе на березі моря. Ніжний вітерець ласкаво торкається вашого личка, ручок, спинки. Відчуйте його дотик. Сонечко обволікає вас своїм теплом, вам спокійно і приємно. Ви спостерігаєте за чистою, блакитний гладдю моря. Ось з води з'явилися чийсь спинки. Вони то зникають, то з'являються. Це - дельфіни. Вони вітають вас. Відкрийте оченята. Подивіться на парти. (лежать шаблони дельфінів.)

2. Визначення настрою.

- Який настрій у вас зараз? Покажіть пальчиками.

3. Очікування.

- Чого очікуєте від уроку? (Відповіді 3 - 4 дітей). Поділіться своїми очікуваннями з сусідом.

Побажання вчителя:

- Я вам бажаю, щоб ваші очікування виправдалися, ви були активні, щоб знання, які ви отримаєте на уроці, допомогли вам у житті.

Оптимістична філософія стверджує, що людина тільки тоді досягає чогось, коли вірить у свої сили. Вірте в себе. Я в вас вірю. У вас все вийде.

4. Робота за програмою «Крок за кроком».

- Чому ми зустріли саме дельфінів?

- Що їх могло зацікавити на уроці?

(Дельфіни допитливі. Річкові дельфіни дуже погано бачать. А дельфіни, що мешкають в річці Ганг, зовсім сліпі. У них в оці навіть немає кришталіка).

- Вони хочуть послухати, що потрібно робити, щоб бути здоровими (відповіді дітей).

5. Повторення чинників, які допомагають підтримувати гарне здоров'я. (Плакат «Фактори здоров'я: свіже повітря, гарний настрій, чиста вода, повноцінний відпочинок, сон, заняття спортом, правильне харчування, дотримання гігієни, гарний настрій).

6. Побудова асоціативного куша.

- Чим ви займаєтеся на перервах? (спілкуємося, відпочиваємо, дихаємо свіжим повітрям, граємо, їмо, малюємо).

- Це приносить шкоду чи користь здоров'ю?

Проблемне питання:

- А чи можна нашкодити здоров'ю під час перерви?

Мотивація: Вам допоможе відповісти на питання інформація з вірша «Перерва».

Якщо у вірші буде говоритися про дії, які шкодять здоров'ю, підійміть сигнальну картку.

7. Слухання вірша «Перерва»

8. З'ясування кількості неправильних вчинків Вови, їх впливу на здоров'я оточуючих.

- Чи сподобалося вам поведінка Вови? Чому?

- Чи буде у нього багато друзів?

- Яким буде у них настрій?

- Як допомогти Вові? (Познайомити з правилами поведінки на перервах).

- Ось про це ми з вами і дізнаємося на уроці, але після фізхвилинки.

8. Рухова фізкультхвилинка пісня з мультфільму «Усмішка». (Рухи показує фізорг класу).

II. Вивчення нового матеріалу.

1. Ознайомлення учнів з метою уроку.

- Сьогодні ми здійснимо заочну екскурсію по школі, уточнимо місця, які несуть приховану небезпеку для здоров'я. Дізнаємося, як правильно вести себе, щоб не заподіяти шкоди собі та оточуючим. Складемо пам'ятку про поведінку на перервах.

2. Бесіда.

- Які місця у школі можуть бути небезпечними для здоров'я? (ілюстрації названих об'єктів на слайді: сходи, двері, вікна, гострі предмети).

3. Робота з підручником (Розгляд ілюстрацій. Відповіді на запитання).

- Що роблять діти неправильно?

- Чим це загрожує?

- Чим небезпечне поведінка хлопчика, який біжить по сходах? Як цього уникнути?

- Яке прислів'я це підтверджує? (Тихше їдеш - далі будеш ...)

- Чи можна кидати на підлогу шкільні речі? Чому?

- Чи можна повернути, укріпити здоров'я?

4. Фізкультхвилинка «Дельфінотерапія» (відео реабілітації дітей за допомогою дельфінів)

III. Закріплення.

1. Робота в парах.

Повторення правил роботи в парі.

Завдання:

1. Вибрати листочки з правилами, які учні повинні дотримуватися, щоб зберегти здоров'я на перервах;

2. Наклеїти на шаблони долоньок;

3. Під час презентації приклеїти до плакату «Роби, як я»

Не буду бігати по сходах.

Буду передавати ножиці гострими кінцями вперед.

Буду штовхатися.

Не буду виглядати з вікон .

Буду кидатися предметами.

Не буду штовхатися і битися.

Не буду ставити підніжки.

Буду бігати по сходах.

Не буду передавати ножиці кільцями вперед.

Буду кидатися предметами.

Мотивація:

- Що цінного в цій роботі для кожного з вас?

- А для оточуючих, які побачать плакат і познайомляться з його змістом?

2. Гра «Показуха».

- Покажіть дії, які допоможуть зберегти здоров'я. (Спокійна гра, ходьба, дружба, посмішка ...).

3. Робота в зошиті.

- Порівняйте 2 малюнки. Визначте, чим вони відрізняються?

- Яку поведінку виберете для себе?

IV. Підсумок уроку.

1. Рефлексія.

- Яку тему вивчали на уроці?

- Чому навчилися?

- Що було найскладнішим? Чому?

- Що потрібно зробити, щоб наступного разу було легше?

- Що було найцікавішим?

- Чи виправдалися ваші очікування? (Якщо очікування виправдалися, значить і дельфінчик, який спостерігав за кожним з вас дізнався багато нового і зможе поділитися інформацією з друзями. Давайте відпустимо дельфінів у їх рідне середовище.

2. Визначення настрою.

- З яким настроєм закінчуєте урок? Покажіть.

3. *Оптимістична філософія* стверджує: позитивні думки, гарний настрій роблять нас сильними. Здоровими, щасливими. Будемо такими.

Здоров'язбережувальна педагогіка, з одного боку, має сформувати в учнів спеціальні знання, уміння, навички збереження і зміцнення свого здоров'я, створення індивідуального здорового способу життя, а з іншого - передбачати в педагогічних технологіях можливості здійснення самостійних спроб удосконалення себе, свого тіла, психіки, емоцій, працювати над розвитком своїх комунікативних здібностей, виховувати гуманне ставлення до світу, до оточення, до самого себе .

Резюмуючи вище сказане, з урахування анкетування дітей, батьків, та наших педагогічних спостережень, можна дійти висновку про позитивний вплив здоров'язбережувальних технологій на знання дітей щодо здорового способу життя. У той же час зазначимо, що проблема здоров'язбереження дітей багатогранна та об'ємна. Вона потребує подальших науково-методичних пошуків, що ми окреслюємо як перспективний напрям нашої педагогічної діяльності.

Література

1. Бережна Т. Створення здорового середовищанавчального закладу як шлях збереження і зміцнення здоров'я учнів // Рідна школа.- 2012.-№1-2.- С.44-47.
2. Ващенко О. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій / О. Ващенко, С. Свириденко // Здоров'я та фізична культура. – 2006. – № 8. – С. 2–6.

3. Денисова Г.В. Формування мотивації до здорового способу диття в учнів //Фізичне виховання в школах України.-2010.-№1.- С.10-14.
4. Постанови та розпорядження кабінету міністрів України 45/2006 від 8-15 листопада 2006 р. № 1594 - К.: Український інформаційно-правовий центр, 2006. - №1. - С. 51-74.
5. Закон України “Про освіту” // Зібрання законодавства України. Звід законів України - К.: Український інформаційно-правовий центр, 2000. - №3. - С. 35-73.
6. Національна доктрина розвитку освіти України у ХХІ столітті // Педагогічна газета. - 2001. - № 7.
7. Омельченко Л.П., Омельченко О.В. Здоров'ятворча педагогіка. - Х.: Вид. група "Основа", 2008. - 205 с.
8. Овчарова А. В. Управління сучасною Школою сприяння здоров'ю / А. В. Овчарова // Управління школою. – 2009. – № 31. – С. 2–23.
9. Семеркова Л.Г. Формування здорового способу життя // Виховна робота в школі.-2009.-№3.-С.2-15.
10. Статистичний щорічник України за 2009 рік / за ред. О. Г. Осауленка. – К.: Держ. Підприємство «Інформаційно-аналітичне агентство», 2010. – 566 с.
11. Сухомлинський В.О. Серце віддаю дітям І В.О. Сухомлинський // Вибр. тв.: в 5-ти т. - К.: Радянська школа, 1977. - Т.3. - С.5-279.

Розновська Анжела Юріївна,
ЗОШ №1 Новокаховської міської ради,
вчитель початкових класів, вчитель-методист,
м.Нова Каховка Херсонської області,
вул. Першотравнева, буд.22, кв. 94,
моб. 0501602192.