

## **ОРГАНІЗАЦІЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ШКОЛІ**

Для України головною проблемою, яка пов'язана з майбутнім держави, є збереження і зміцнення здоров'я дітей та учнівської молоді. Вступаючи до школи, 85 % дітей мають ті чи інші порушення соматичного та психічного характеру, зростає кількість дітей, які мають психоневрологічні захворювання.

Актуальним постає питання підготовки педагога до проведення здоров'язберігаючої діяльності, що включає: озброєння їх необхідними знаннями з теорії і методики формування здорового способу життя; формування спрямованості на збереження і зміцнення власного здоров'я та здоров'я учнів, здатності формувати у вихованців уміння і навички здорового способу життя; проектування та практична реалізація здоров'язберігаючої стратегії.

Існує тісний взаємозв'язок здоров'я учнів і навчального процесу, який може сприяти як збереженню, так і виникненню різних відхилень у стані їх здоров'я. Як наслідок, гостро постає необхідність пошуку компромісу між обов'язковістю рішення освітніх завдань, пов'язаних, перш за все, з досягненням необхідного рівня освіченості, і необхідністю збереження при цьому здоров'я учасників освіти (М. В. Аносова, М. М. Безруких, В. С. Безрукова, Л. Е. Борісова, Е. Н. Вайнер, Н. К. Віноградова, Ю. А. Гаврілова, Е. А. Дегтярев, О. Н. Емельянова, В. І. Зверева, Е. І. Ісаєва, В. І. Ковалько, В. Р. Кучма, Н. К. Лазарева, Р. А. Матківській, Л. І. Мозжухіна, Т. К. Молчанова, В. А. Муравйов, О. П. Непомілуєва, Е. І. Нестеренко, М. Є. Остапенко, Н. В. Полуніна, Ю. Н. Синіцин, Н. А. Созінова, Ю. В. Смирнова, М. І. Степанова, П. І. Храмцов, А. Г. Хрипкова, І. В. Чупаха, В. С. Шувалова, О. В. Шіняєва та ін.).

Здоров'я – це стан повного фізичного, психічного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб або фізичних дефектів. Тому головним завданням у діяльності педагогічних колективів навчальних закладів на сучасному етапі повинно бути збереження і зміцнення здоров'я дітей, формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у вчителів, учнів та їхніх батьків.

Мета сучасної школи – підготовка дітей до життя. Кожен учень має отримати під час навчання знання, що знадобляться йому в майбутньому житті. Здоров'язберігаюча діяльність – це система заходів, що включає взаємозв'язок і взаємодію всіх факторів освітнього середовища, спрямованих на збереження й активне формування здоров'я, а також навчання здоровому способу життя дитини на всіх етапах її розвитку.

Здоров'язберігаюча діяльність має три напрямки: педагогічний, медико-валеологічний, психологічний. Всі напрямки взаємозв'язані і мають свій зміст, який реалізовується на певному етапі діяльності.

До завдань здоров'язберігаючої діяльності належать:

- створити здоров'язберігаючу інфраструктуру школи;
- забезпечити раціональну організацію освітнього процесу;
- покращити фізкультурно-оздоровчу роботу;
- використати освітньо-виховну роботу з учнями, направлену на формування здоров'я і здорового способу життя;
- організувати системи освітньої і методичної роботи з педагогами, спеціалістами і батьками;
- активізувати медичну профілактику, моніторинг і динамічне спостереження за станом здоров'я учнів [1, с. 3].

Формами здоров'язберігаючої діяльності в школі можуть бути диспансеризація учнів, «Дні здоров'я» та туристичні походи, шкільні спортивні свята, бесіди про здоров'я з учнями, бесіди про здоров'я з батьками, вітамінізація, факультативи з проблем здоров'я та здорового способу життя, ведення листків здоров'я та стіннівок на оздоровчу тематику тощо.

Для успішного формування умінь і навичок здорового способу життя вчителю необхідно не лише володіти теоретичними знаннями, а й мати певні практичні вміння і навички, зокрема:

- визначати стан фізичного та психологічного розвитку дитини;
- складати комплекси фізичних вправ для ранкової гімнастики з метою формування оптимальної рухової діяльності;
- дозувати фізичне навантаження та загартовуючі процедури;
- рахувати пульс і частоту дихання до і після фізичного навантаження;
- складати комплекси фізкультхвилинок для поєднання рухової та навчальної діяльності учнів на уроках;
- грати з дітьми в рухливі, спортивні та народні ігри, формуючи в них навички активного відпочинку.

Таким чином, здоров'язберігаюча діяльність в школі дасть змогу формувати стійкі інтереси до занять фізкультурою і спортом, здорового і активного способу життя; зміцнення морально-психологічного здоров'я учнів, розвиток їх комунікативних здібностей; ріст мотивації до навчання, розвиток навиків самоконтролю і самоаналізу, стійкий інтерес до пізнавальної діяльності, в тому числі творчої; підвищення професійної компетенції педагогів школи в збереженні і зміцненні фізичного, морального, і соціального здоров'я школярів.

### **Список використаних джерел**

1. Ващенко О. Організація здоров'язберігаючої діяльності початкової школи / О. Ващенко, О. Свириденко // Початкова освіта. – 2005. – № 46. – С. 2–4.

Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений // Под ред. М. М. Безруких, В. Д. Сонькина. – М., 2004. – С. 68.