

УДК 7:613/614:001.895.(045)

DOI 10.31339/2413-3329-2018-2(8)-163-166

Фенчак Любов Михайлівна,  
кандидат педагогічних наук, доцент,Василинка Марія Іванівна,  
старший викладач,Майборода Ірина Емільянівна,  
старший викладач

Мукачівський державний університет, м. Мукачево

**АКТИВНІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ НАВЧАННЯ НА УРОКАХ ОСВІТНЬОЇ ГАЛУЗІ «МИСТЕЦТВО»**

У статті розкрито сутність та особливості здоров'язберігаючих технологій навчання молодших школярів. Такі технології навчання засновані на вікових особливостях дітей; варіативності форм і методів навчання; оптимальному поєднанні рухових і статичних навантажень; навчанні в малих групах; створенні емоційно сприятливої атмосфери; формуванні позитивної мотивації до навчання; культивуванні знань в учнів з питань здоров'я. Завдяки їм підвищується ефективність освітнього процесу, покращується працездатність учнів на уроках. Авторами з'ясовано, що змістове наповнення та структурна особливість побудови уроків освітньої галузі «Мистецтво» ефективно сприяє широкому їх використанню в освітньому середовищі початкової школи.

**Ключові слова:** початкова школа, освітній процес, здоров'язберігаючі технології навчання, освітня галузь «Мистецтво».

**Постановка проблеми.** У Концепції Нової української школи зазначено, що найціннішим результатом початкової освіти в особистісному вимірі є здорова дитина, мотивована на успішне навчання, творчий розвиток. Тому, плануючи освітнє середовище для молодших школярів, педагогам не лише важливо, а й необхідно створювати його з використанням здоров'язберігаючих технологій. Такі технології не є чимось невідомим, таємним, чудодійним. Правильно складений розклад уроків, використання педагогами на уроках та на перервах прийомів рухової активності, нейтралізація стресів, організація гарячого харчування, зв'язок навчального матеріалу з життям – це повсякденна діяльність сучасного закладу загальної середньої освіти. Як показує практика, з кожним роком збільшуються ризики погіршення фізичного та психологічного здоров'я дітей, що вимагає перегляду режиму їхньої розумової праці, розвантаження і переструктурування змісту навчальних предметів, уникнення дублювання матеріалу, перехід на інтегроване навчання. Таке навчання ґрунтується на комплексному підході. І освіта розглядається через призму загальної картини, а не ділиться на окремі предмети.

Прикладом такої інтеграції у початковій школі є освітня галузь «Мистецтво». Предмети художньо-естетичного циклу спрямовані на розвиток емоційно-чуттєвої сфери учнів, формування їх художньо-образного, асоціативного, критичного мислення; створення сприятливих умов для продукування креативних ідей, реалізацію власних творчих потреб у художній діяльності та пізнанні. Водночас, через образний зміст творів мистецтва, відкриваються широкі можливості ефективно впливати на формування патріотизму, моралі та інших загальнолюдських цінностей [7; 8].

Змістове наповнення та структурна особливість побудови цих уроків ефективно сприяє широкому використанню здоров'язберігаючих технологій навчання.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Ідеї здоров'язберігаючої педагогіки відображені у працях педагогічних класиків Я. Коменського, А. Макаренка, Ж.-Ж. Руссо, Й. Песталотці, Г. Сковороди, В. Сухомлинського, К. Ушинського, Р. Штайнер та інші. Педагогічні дослідження у галузі використання здоров'язберігаючих технологій у навчальному процесі розглядали науковці та практики І. Акімова, Т. Бойченко, Т. Бережна, Н. Колотій, А. Царенко, Н. Безязикова, В. Грушко, С. Рибалько, С. Якименко, та інші.

Питання збереження здоров'я дитини у освітньому середовищі, формування культури здоров'я учнів та їх здоров'язберігаючої компетентності знаходимо у працях Ш. Амонашвілі, М. Безруких, В. Безрукова, Н. Бібік, Н. Гаркуша, В. Горашук, Е. Дорошенко, О. Дубогай, Г. Зайцев, О. Іонова, С. Кириленко, В. Ковалько, І. Мальчевська, В. Оржеховська, Н. Побірченко, Т. Ротерс, О. Савченко, Г. Серіков, О. Шалар,

В. Шахненко, В. Шкуркіна та інші. У своїх дослідженнях науковці розглядають теоретичні та практичні аспекти здоров'язберігаючого освітнього процесу, що не наносить прямої або опосередкованої шкоди здоров'ю учнів, створює безпечні й комфортні умови перебування їх у школі, забезпечує індивідуальну траєкторію навчання й виховання, запобігає стресам, перевантаженню, і тим самим сприяє збереженню й зміцненню їх здоров'я.

**Мета статті:** розкрити особливості здоров'язберігаючих технологій навчання молодших школярів та проілюструвати їх використання на уроках освітньої галузі «Мистецтво».

**Результати дослідження.** Для сучасного вчителя початкової школи важливо усвідомлювати, що освітній процес буде тоді здоров'язбережувальним, коли він викликати в дитини внутрішнє бажання вчитися, формувати відповідальність за власне майбутнє. Тому здоров'язбережувальна педагогічна діяльність учителя може виявлятися лише в нерозривній єдності з цінностями особистості, за умов глибокої зацікавленості та мотивації до певного виду діяльності. Сьогодні урок уже не вважається сучасним, якщо на ньому не враховується здоров'я дитини. Знання, володіння і застосування здоров'язбережувальних технологій є важливим складником професійної компетентності педагога [3; 5].

Головна особливість здоров'язберігаючої технології в педагогіці – пріоритет здоров'я, тобто кваліфікована, професійна турбота про здоров'я як обов'язкова умова освітнього процесу. Це визначає створення у школі здоров'язберігаючого освітнього простору, в якому педагога та батьки узгоджено вирішують завдання, пов'язані зі збереженням здоров'я школярів й беруть на себе відповідальність за результати. Педагоги та науковці стверджують, що поняття «здоров'язберігаючі технології» об'єднує в собі всі напрями діяльності загальноосвітнього закладу щодо формування, збереження та зміцнення здоров'я учнів. Така діяльність загальноосвітнього закладу лише тоді може вважатися повноцінною й ефективною, якщо в повній мірі професійно й творчо в єдиній системі реалізуються здоров'язберігаючі технології [10; 13].

Аналіз класифікацій існуючих здоров'язберігаючих технологій дає можливість виокремити такі типи:

- *здоров'язберігаючі* – технології, що створюють безпечні умови для перебування, навчання та праці в школі та ті, що вирішують завдання раціональної організації виховного процесу (з урахуванням вікових, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм), відповідність навчального та фізичного навантажень можливостям дитини;

- *оздоровчі* – технології, спрямовані на вирішення завдань зміцнення фізичного здоров'я учнів, підвищення потенціалу

(ресурсів) здоров'я: фізична підготовка, фізіотерапія, ароматерапія, загартовування, 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, ставе виховання. Ці технології реалізуються завдяки включенню відповідних тем до предметів загально-навчального циклу, введення до варіативної частини навчального плану нових предметів, організації факультативного навчання та додаткової освіти;

- *виховання культури здоров'я* – виховання в учнів особистісних якостей, які сприяють збереженню та зміцненню здоров'я, формуванню уявлень про здоров'я як цінність, посиленню мотивації на ведення здорового способу життя, підвищенню відповідальності за особисте здоров'я, здоров'я родини [6].

Нами наведено одну з деяких запропонованих науковцями класифікацій здоров'язберігаючих освітніх технологій. Однак слід зазначити, що поняття «здоров'язберігаюча» можна віднести до будь-якої педагогічної технології, яка в процесі реалізації створює необхідні умови для збереження здоров'я основних суб'єктів освітнього процесу – учнів та вчителів. І саме головне, що будь-яка педагогічна технологія має бути здоров'язберігаючою. Знання, володіння і застосування здоров'язберігаючих технологій є важливою складовою професійної компетентності сучасного педагога.

Аналізуючи напрацювання дослідників з вищезазначеної проблеми [1; 3; 6; 10; 12], можна узагальнити, що під здоров'язберігаючими технологіями вчені пропонують розуміти: сприятливі умови навчання дитини у школі (відсутність стресових ситуацій, адекватність вимог, методик навчання та виховання); оптимальну організацію освітнього процесу (відповідно до вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм); повноцінний та раціонально організований руховий режим. Поняття «здоров'язберігаючі технології» об'єднує у собі всі напрямки діяльності загальноосвітнього навчального закладу щодо формування, збереження та зміцнення здоров'я.

Поділяємо думку Т. Є. Бойченко, що здоров'язберігаючі технології навчання засновані на: вікових особливостях дітей; варіативності форм і методів навчання; оптимальному поєднанні рухових і статичних навантажень; навчанні в малих групах; створенні емоційно сприятливої атмосфери; формуванні позитивної мотивації до навчання; культивуванні знань в учнів з питань здоров'я. Використання здоров'язберігаючих технологій в освітньому процесі початкової школи дозволяє: сформувати здоров'язберігаючу компетентність школяра; сформувати соціальну зрілість випускника початкової школи; зберегти і підтримати фізичне, психічне та соціальне здоров'я учнів [2].

Як показує практика, на всіх уроках у початковій школі потрібно використовувати активні здоров'язберігаючі освітні технології. Проілюструємо їх використання на уроках освітньої галузі «Мистецтво». Зміст мистецької освітньої галузі у 1-х класах, до прикладу, може реалізовуватися як через інтегрований курс «Мистецтво», так і через окремі предмети за видами мистецтва: образотворче мистецтво і музичне мистецтво. Метою мистецької освітньої галузі, як зазначено у Державному стандарті початкової освіти, є формування культурної та інших компетентностей, цінностей у процесі пізнання мистецтва та художньо-творчого самовираження в особистому і суспільному житті, поваги до національної та світової мистецької спадщини. Необхідною умовою реалізації завдань цієї освітньої галузі є дотримання інтегративного підходу через узгодження програмового змісту предметів мистецької освітньої галузі із змістом інших освітніх галузей (наприклад, сприймання музичного чи художнього твору з вивчення мови) [8].

Відповідно до дидактичних вимог, на всіх уроках необхідно проводити різні види фізкультхвилинок, які підвищують розумову працездатність дітей, запобігають передчасній утомі й

знімають м'язово статичне напруження школярів. Тривалість їх 2-3 хвилини. Наприклад:

А тепер у нас розминка,  
А тепер фізкультхвилинка.  
Встали рівно біля парт,  
Починаємо наш старт.  
Ось зігнули так ручата  
Й полетіли, мов качата.  
Ніжками затупотіли,  
Потім разом всі присіли.  
До сонечка потяглися  
І у боки так взялися.  
Вправо разом нахилились,  
Вліво, щоб не помилились.  
Руки вниз ми опустили  
Й трохи ними потрусили.  
Шию трішки розім'яли  
І за парти посідали.  
А тепер мерщій до справ,  
Кожен вченим з нас щоб став.

Більшість учнів початкових класів не вміє правильно дихати під час виконання м'язового навантаження, ходьби, бігу, а також в умовах відносного м'язового спокою. Неправильне дихання веде до порушень діяльності серцево-судинної й дихальної систем, зниження насичення крові киснем, порушення обміну речовин. Вправи на дихання є невід'ємною частиною уроків музичного мистецтва. Можна запропонувати учням наступні вправи для дихальної гімнастики:

«Задуй свічку». Короткий спокійний вдих носом, потім пауза (затримати дихання на 1–2 сек.) і довгий безперервний видих через ледве зімкнуті губи з промовлянням «пф», начебто гасячи свічку (дути можна на пальчики).

«Де дзвенить комарик?». Дитина, сидячи на стільці, одночасно з поворотом тулуба праворуч-ліворуч робить довгий видих на звук [з-з-з].

«Крокуємо по сходах». Складові поєднання потрібно вимовляти, знижуючи, потім підвищуючи голос. Рука разом з голосом піднімається вгору і опускається вниз.

Цікаву групу вправ складають прийоми, які заспокоюють нервову систему, знімають напруження. У цьому випадку особливо важливим є голос учителя та його внутрішній спокій. Надається максимум уваги забарвленню голосу й темпу вимови слів. Такі вправи можна проводити під музичний супровід або з використанням відеоролика. Наприклад, при вивченні теми «Краса весни» на уроці образотворчого мистецтва (1 клас) доцільно провести вправу «Після грози»: Заплющть очі. Ви в лісі. Відгриміла весняна гроза. Пройшов дощ, виблискує мокре листя на березі. На траві – срібні краплі. Як гарно пахне в лісі! Як легко дихається! Ось конвалії – вдихніть їхній чудовий аромат. Вдихайте повільно, рівно, глибоко.

Завданням «психогімнастики» є збереження психічного здоров'я, запобігання емоційним розладам у дитини через зняття психічного напруження, розвиток кращого розуміння себе та інших, створення можливостей для самовираження особистості. Більшість психогімнастичних завдань побудовані на імітації певних почуттів та емоційних станів людини. Решта передбачає відтворення дитими дій та вчинків уявних героїв. У таких іграх діти тренують свою увагу, пам'ять, спостережливість, витримку. А також вчать розуміти людські емоції та контролювати їх. Такі вправи можуть проводитися у вигляді ігор де потрібно зобразити певні емоції, або продемонструвати певний емоційний стан. Психогімнастику варто проводити на уроках музичного мистецтва при слуханні музики або при аналізі музичного твору.

Другий метод психогімнастики полягає у відображенні своїх емоцій та переживань у розповідях, малюнках. Ці прийоми можуть бути як індивідуальні так і колективні. Наприклад, гра «Казковий масточок», де кожен учасник розповіді наносить олівцем округлі лінії, утворюючи спіраль та каже одне речення, яке

продовжує попередню думку. Задача класу не тільки розказати історію про певну емоцію у казковій формі, а й знайти можливі рішення по її здоланню, знайти її корисні та негативні риси. Такі вправи формують комунікативну компетентність школярів, сприяють розвитку координації рухів та навичок роботи з графічними художніми матеріалами.

На уроках освітньої галузі «Мистецтво» варто проводити зорову гімнастику. Так при вивченні теми «Мої друзі – іграшки» можна використати вправу «Ведмедик хитається». Її виконують по 1-3 хвилини. Діти мають стояти розслаблено і переступати з однієї ноги на іншу, відриваючи п'яти від підлоги, злегка хитаючись, як це роблять ведмеді в зоопарку. Дивитися потрібно в напрямку носа, не зупиняючись поглядом на жодному з предметів, які потрапляють у поле зору. Під кінець кожного хитання можна м'яко моргати.

На уроці образотворчого мистецтва при вивченні теми «Народна творчість» та в процесі вивчення пісні «Вийди, вийди, сонечко» на уроках музичного мистецтва доцільно провести вправу «Сонечко». Можна запропонувати дітям відвести напівзігнуту праву руку в бік. Повільно пересувати вказівний палець справа наліво і стежити за ним очима. Повторити дії 5-6 разів.

При вивченні теми «Веселковий дивограй», вартує провести вправу «Веселка». Вчитель пропонує дітям уявити веселку, обвести її спочатку справа наліво, потім навпаки, уявити її перевернутою, знову обвести очима. Поєднати дві веселки в коло, обвести їх очима в одному напрямку, потім в другому. Рухи повинні бути м'які, повільні.

Пальчикова гімнастика дозволяє активізувати працездатність головного мозку, впливає на центри розвитку мови, допомагає зняти напруження, скоординувати рух з мовою, розвиває м'язи фалангів пальців та кистей рук. Для розвитку дрібної моторики на уроках образотворчого мистецтва доцільно використовувати вправи з шестигранним олівцем («Прасочка», «Добування вогню»), з камінцями, іграшками з поверхнею різної текстури і температури (гладенька, тепла, холодна, м'яка, пухнаста). При вивченні теми «Мої захоплення». Наприклад, опишемо методику проведення пальчикової гімнастики «Замок», «Напечемо млинців».

Вихідна позиція: долоні притиснуті одна до одної. Пальці переплести. Далі рухами імітувати слова віршика: Замок на двері тут висить. (Швидко з'єднувати пальці в замок та роз'єднувати). Хто б зміг його нам відчинити? – Потягнули! (Пальці зчеплені, потягнули пальці, не розчіплюючи їх). – Покрутили! (Посовати зчепленими пальцями від себе до себе). – Постукали! (Пальці залишаються у замку, постукають основами долоней одна об одну). - Й відчинили! (Розчепити пальці).



Напечемо млинців.

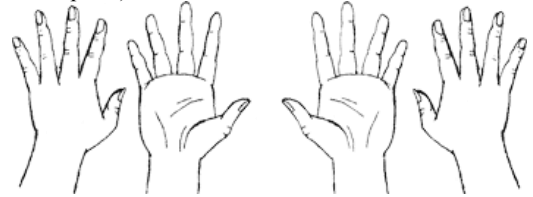
Варіант 1.

По черзі торкатися поверхні столу тильною стороною кисті руки і долонею.

На сметані, на яйці  
Тісто зробим на млинці.  
Напече нам мама їх  
Гаряченьких та смачних.

Варіант 2.

Ліва рука торкається столу долонею, права рука – тильною стороною; змінюємо позиції. Тепер ліва рука торкається столу тильною стороною, права рука торкається столу долонею. Вправу можна виконувати на рахунок «раз-два», або супроводжуючи рухи віршами (див. 1 варіант).



Впровадження активних здоров'язберігаючих технологій на уроках освітньої галузі «Мистецтво» потребує від учителя виконання певних умов: не допускати перевантаження учнів, визначаючи оптимальний обсяг навчальної інформації й способи її надання; враховувати інтелектуальні та фізіологічні особливості школярів, індивідуальні особливості кожної дитини; планувати такі види роботи, які сприяють зниженню втоми; змінювати види діяльності, чергувати інтелектуальний, емоційний, руховий види діяльності, групову й парну форми роботи, які сприяють підвищенню рухової активності, вчать поважати думки інших, висловлювати власні думки; проводити ігри та ігрові ситуації, нестандартні уроки, інтегровані уроки; з перших хвилин уроку створити середовище доброзичливості, позитивного емоційного налаштування.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Таким чином, збереження здоров'я в процесі навчання – це надання індивідуальним таким умов освіти, які найбільшою мірою відповідають його здібностям і нахилам, розвивають їх та примножують дорожочинний дар здоров'я. Стаття не вичерпує розв'язання всіх питань з впровадження здоров'язберігаючих педагогічних технологій навчання у початковій школі. Перспективи подальших наукових досліджень вбачаємо у доборі активних здоров'язберігаючих методик на уроках освітньої галузі «Математика» та розробці науково-методичних матеріалів щодо практичного вирішення вищезазначеної проблеми.

#### Список використаних джерел

1. Антонова О. С. Особливості роботи вчителя початкової школи із здоров'язбереження учнів / О. С. Антонова // Проблеми сучасної педагогічної освіти. Сер.: Педагогіка і психологія. – 36. статей: – Ялта: РВВ КГУ, 2012. – Вип.37. – Ч.2. – 280 с. – С. 112-119
2. Бойченко Т. Є. Здоров'язберігаюча компетентність як ключова в освіті України / Т. Є. Бойченко // Основи здоров'я і фізична культура. – 2008. – № 11-12. – С. 6-8.
3. Гнилицька О. М. Педагогічний простір як фактор реалізації оздоровчої функції освіти. / О. М. Гнилицька // Педагогічний майстерня. – 2015. – №7 – С.40-42
4. Концепція «Нова школа. Простір освітніх можливостей» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://mon.gov.ua/activity/education/zagalna-serednya/ua-sch-2016/>. – 40 с.
5. Курій Л. Здоров'язберігаючий освітній процес /Л. Курій // Відкритий урок – 2014. – № 10. – С. 26-27
6. Левада Г. Використання здоров'язберігаючих технологій. / Г. Левада – Початкова освіта. – 2012. – № 30. – с. 13.
7. Нова українська школа: поради для вчителя / Під заг. ред. Бібік Н.М. – К.: ТОВ «Видавничий дім «Плєяди», 2017. – 206с
8. Навчальні програми для 2-4 класів «Музичне мистецтво. 1-4 клас», «Образотворче мистецтво. 1-4 клас», «Мистецтво. 1-4 клас»  
Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednyaosvita/navchalni-programi/navchalni-programi-dlya-pochatkovoyi-shkoli/>
9. Остапенко А. Навчати, зберігаючи здоров'я. / А. Остапенко // Початкова освіта. – 2015. – № 9. – С. 11-24

10. Поліщук Н.А. Здоров'язбережувальні аспекти сучасного уроку /Н.А. Поліщук //Педагогічний пошук. – 2013. – № 4(80) – С. 25-28
11. Садкіна В.І. Маленькі секрети учительського успіху. Навчаємо з радістю. / В.І. Садкіна. / – Харків. Видавнича група «Основа», 2016. – С.10-25
12. Соловей Н.Л. Формування здоров'язбережувальних компетенцій молодших школярів: проект «Україні - здорове покоління» /Н.Л. Соловей // Початкове навчання та виховання. – 2016 -№4-5. –С.54-58
13. Фенчак Л.М. Формування здоров'язбережувальної компетентності молодших школярів-вимога сьогодення/ А. Ю. Попович, Л.М. Фенчак// «Освіта і формування конкурентоспроможності фахівців у умовах євроінтеграції»: збірник тез доповідей Міжнародної науково-практичної конференції, 26-27 жовтня 2017р., Мукачево / Ред.кол. : Т.Д.Щербан (гол.ред.) та ін. – Мукачево: Видавництво МДУ, 2017. – С.109-111.

#### References

1. Antonova, O.Ye., 2012. Osoblyvosti roboty vchytelya pochatkovoyi shkoly iz zdorov'yazberezhennya uchniv [Peculiarities of the work of the teacher of elementary school on health-saving of students]. *Problems of modern pedagogical education. Series "Pedagogy and Psychology"*, 37, 2, pp. 112-119.
2. Boychenko, T.Ye., 2008. Zdorov'yazberihayucha kompetentnist' yak klyuchova v osviti Ukrainy [Health secure competence as key to education in Ukraine]. *Bases of health and physical culture*, 11-12, pp. 6-8.
3. Hnylyts'ka, O.M. 2015. Pedahohichnyy prostir yak faktor realizatsiyi ozdorovchoyi funktsiyi osvity [Pedagogical space as a factor for the realization of health education function]. *Pedagogical workshop*, 7, pp.40-42.
4. Kontsepsiya «Nova shkola. Prostir osvitynikh mozhlyvostey» [The concept of "New School. The Space of Educational Abilities"]. Available at: <http://mon.gov.ua/activity/education/zagalna-serednya/ua-sch-2016/>.
5. Kuriy, L., 2014. Zdorov'yazberihayuchyiy osvitniy protses [Health-saving educational process]. *Open lesson*, 10, pp. 26-27.
6. Levada, H., 2012. Vykorystannya zdorov'yazberihayuchykh tekhnolohiy [Use of Health-saving Technologies]. *Primary education*, 30, pp.
7. Bibik, N.M. red., 2017. *Nova ukrayins'ka shkola: poradnyk dlya vchytelya [New Ukrainian School: Teacher's Guide]*. Kyiv: Publishing House "Pleiades" LLC.
8. Navchal'ni prohramy dlya 2-4 klasiv «Muzychne mystetstvo. 1-4 klas», «Obrazotvorche mystetstvo. 1-4 klas», «Mystetstvo. 1-4 klas» [Curriculum for 2-4 classes "Musical art. Grades 1-4", "Fine Arts. Grade 1-4", "Art. Grades 1-4"]. Available at: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednyaosvita/navchalni-programi/navchalni-programi-dlya-pochatkovoyi-shkoli>.
9. Ostapenko, A., 2015. Navchaty, zberihayuchy zdorov'ya [Teach, saving health]. *Primary education*, 9, pp. 11-24.
10. Polishchuk, N.A. 2013. Zdorov'yazberezhuvальni aspekty suchasnoho uroku [Health-saving aspects of the modern lesson]. *Pedagogical search* 4(80), pp. 25-28.
11. Sadkina, V.I. 2016. *Malen'ki sekrety uchitel's'koho uspihku. Navchayemo z radisty [Little secrets of teacher's success. Teach with pleasure]*. J. Kharkiv: Basis.
12. Solovey, N.L., 2016. Formuvannya zdorov'yazberezhuvальnykh kompetensiy molodshykh shkolyariv: proekt «Ukrayini – zdorove pokolinnya» [Formation of the health-saving competences of junior pupils: the project "Ukraine is a healthy generation"]. *Elementary education and upbringing*, 4-5, pp. 54-58.
13. Fenchak, L.M. and A.Yu. Popovych, 2017. Formuvannya zdorov'yazberezhuvальnoyi kompetentnosti molodshykh shkolyariv – vymoha s'ohodennya [Formation of the health-saving competence of junior pupils - a requirement of the present]. In: T. D. Shcherban, ed., *Education and formation of the competitiveness of specialists in the conditions of European integration: International scientific and practical conference*. Mukachevo, October 26-27, 2017. Mukachevo: MSU Publishing House.

*В статті раскрыта сутність і особливості здоров'єзберігаючих технологій навчання молодших школярів. Такі технології навчання базуються на вікових особливостях дітей; варіативності форм і методів навчання; оптимальному поєднанні рухових і статичних навантажень; навчанні в малих групах; створенні емоційно-благоприятної атмосфери; формуванні позитивної мотивації до навчання; культивуванні знань у учнів по питанням здоров'я. Завдяки їм підвищується ефективність освітнього процесу, зростає працездатність учнів на уроках. Авторами встановлено, що змістовне наповнення і структурна особливість побудови уроків освітньої області «Мистецтво» ефективно сприяє широкому їх використанню в освітній середі початкової школи.*

**Ключові слова:** початкова школа, освітній процес, здоров'єзберігаючі технології навчання, освітня область «Мистецтво».

*The article reveals the essence and features of health-saving technologies of teaching younger pupils. Among them there are highlighted those providing the absence of stressful situations, a fully-fledged and rationally organized training mode; the bringing-up to pupils of the health culture - a complex of personal qualities that are aimed at preserving and strengthening health, strengthening motivation for a healthy lifestyle, increasing responsibility for their own health and family health. Such teaching technologies are based on the age-old peculiarities of children; variability of forms and methods of teaching; optimal combination of motor and static loads; studying in small groups; creating an emotionally favourable atmosphere; forming of positive motivation for learning; cultivating knowledge of pupils in health questions. Thanks to them, the effectiveness of the educational process is raised, the pupils' ability to work at the lessons is improved. The authors define that the contextual meanings and structural features of constructing the lessons of the educational branch «Art» effectively contribute to their wide use in the educational environment of the primary school. Worthy of note are the following health-saving forms of work: warm-up exercises, exercise-energiser, breathing gymnastics, finger-gymnastics, sound gymnastics, games and game therapy, eye-exercises, colour-therapy, relaxation pauses (sounds of music in combination with the sounds of nature: singing birds, noise of water); exercises for reducing the stress, improving posture; art-technics and so on. The introduction of health-saving forms and learning technologies creates optimal conditions for the preservation of pupils' health is substantiated by the authors.*

**Key words:** primary school, educational process, health-saving teaching technologies, educational branch «Art».



# МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: [www.msu.edu.ua](http://www.msu.edu.ua)

E-mail: [info@msu.edu.ua](mailto:info@msu.edu.ua), [pr@mail.msu.edu.ua](mailto:pr@mail.msu.edu.ua)

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>