

4. Двилужоглин Г. Г. Тренуйте зрение/ Г. Г. Двилужоглин. – М.: Советский спорт. – 1990. – 48 с.
5. Дудюк П. П. Органи відчуття / П. П. Дудюк // Здоров'я – 2004. – №2 С. 32 – 33.
6. Збітнева С. В. Виявлення зниження гостроти зору під час профілактичних оглядів дітей / С. В. Збітнева// Східноєвропейський журнал громадського здоров'я. – 2012. – №2/3. – С.127 – 133.
7. Клопоцька Н. Г. Як перемогти короткозорість? / Н. Г. Клопоцька // Країна знань : Науково-популярний журнал для юнацтва. – К.: 2008. – № 5. – С. 35 – 37.
8. Орлова Н. М. Поведінкові чинники ризику розвитку патології органа зору у міських школярів // Український медичний часопис. – 2014. – №1. – С. 137 – 139.

УДК373.011.3-051

ПОПОВИЧ А. Ю
ФЕНЧАК Л.М.,
Мукачівський державний університет, Україна

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ – ВАЖЛИВА ВИМОГА СЬОГОДЕННЯ

Сьогодні в Україні фіксують високий рівень захворюваності населення, особливо серед дітей і підлітків. Зокрема, за період навчання у школі кількість здорових дітей з першого до одинадцятого класу зменшується в 3-4 рази. У зв'язку з цим збереження та зміцнення здоров'я дітей і молоді є пріоритетним завданням нашої держави.

Поміж найпоширеніших захворювань учнів можна виділити хвороби органів зору, слуху, травлення, серцево-судинні захворювання, відхилення в опорно-руховій системі. Втрачається не тільки фізичне, а й духовне, психічне здоров'я, що може привести до трагічних наслідків. Значно зросли показники погіршення психічного здоров'я учнів (у 88% школярів зафіксовано нервово-психічні відхилення у поведінці) [3]. Важлива роль у формуванні здоров'язбережувальної компетентності молодших школярів належить учителеві початкової школи, що зумовлено передусім віковими особливостями молодших школярів.

Науковці Н. Бібік, О. Ващенко, О. Локшина трактують поняття «здоров'язбережувальна компетентність» як властивість особистості, спрямовану на збереження власного фізичного, соціального, психічного й духовного здоров'я, а також здоров'я інших людей. На основі узагальнення багаторічних досліджень дослідниками описано «шкільні» фактори ризику, які негативно впливають на здоров'я дітей. Зокрема це: стресова педагогічна тактика, інтенсифікація навчального процесу, невідповідність методик і технологій навчання віковим та функціональним можливостям школярів, перевищення норм навчального навантаження, невиконання елементарних фізіологічних та гігієнічних вимог до організації навчального процесу, неграмотність педагога та батьків у питаннях збереження та зміцнення здоров'я, недоліки в існуючій системі фізичного виховання; відсутність системи роботи з формування цінності здоров'я і здорового способу життя [1].

Досліджуючи проблему здоров'я молодшого школяра у рамках навчально-виховного процесу уроку та в позаурочний час А. Остапенко, розглядає формування культури здоров'я учня як синтез оздоровлювальних технологій (фізична підготовка,

фізіотерапія, музична терапія, фітотерапія, гімнастика для очей та інші), технологій навчання здоров'я (формування санітарно-гігієнічних навичок, профілактика травматизму, профілактика девіантної поведінки, статеве виховання, розвиток життєвих навичок), здоров'язбережувальних технологій (диспансеризація, профілактичні щеплення, забезпечення рухової активності, гаряче харчування, санітарно-гігієнічний режим закладу, перерви на свіжому повітрі) та формування особистісних якостей, які сприяють збереженню та зміцненню здоров'я [2].

Вплив на формування здоров'язберігаючих компетентностей у молодших школярів повинен здійснюватися не лише на уроках. Роботу з оздоровлення учнів можна продовжувати після закінчення уроків, зокрема проводити цікаві спортивні змагання, конкурси, ігри, вікторини, тематичні свята тощо. Доцільно також практикувати індивідуальні бесіди з учнями, спрямовані на «відрив» дітей від комп'ютерів, повернення їх до активного здорового способу життя, пізнання себе, подолання страхів, залучення їх до участі у гуртках, спортивних секціях тощо. Нетрадиційні методи формування у молодших школярів здоров'язберігаючих компетентностей – це один з найефективніших способів впливу на учнів як в урочний, так і позаурочний час. До них належать: арт-техніка, казкотерапія, сміхотерапія, кольоротерапія, ігрова терапія, музикотерапія та багато інших. Наприклад, цікавими нетрадиційними методами кінезіологічного характеру є «Вухо-ніс», «Кільце», «Лодоня-камінь», вони спрямовані на розвиток розумових здібностей через рухові вправи, які дозволяють поліпшити роботу головного мозку, розширити творчі здібності й підвищити ефективність роботи молодших школярів [2].

Отже, ефективність формування здоров'язберігаючої компетентності у молодших школярів значною мірою залежить від вибору учителем ефективних методів навчання, виховання та дозвілленої діяльності.

У зв'язку з цим педагогам необхідно усвідомити потреби та здібності учнів, ураховувати їхні зацікавлення та емоційні стани у конкретний момент спілкування, створити позитивний мікроклімат під час проведення занять. Учитель початкових класів повинен уміти визначати стан фізичного, психоемоційного розвитку дитини, скласти комплекси вправ для поєднання рухової та навчальної діяльності учнів. Тільки у поєднанні та реалізації у процесі навчання й виховання оздоровчих функцій школи, її завдань та цілей, які пристосовані до дитини, можна сформувати у неї свідому добровільну мотивацію як до отримання знань, так і до збереження власного здоров'я.

Список використаних джерел

1. Ващенко О. М. Організаційно-педагогічні особливості побудови здоров'язбережувального освітнього середовища [Електронний ресурс] /О. М. Ващенко – Режим доступу elibrary.kubg.edu.ua].
2. Остапенко А. Навчати, зберігаючи здоров'я / А. Остапенко //Початкова освіта. – 2015. – №9. – С.14
3. Крамар В. У. Здоровий спосіб життя //Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фіз. виховання і спорту: Зб. наук.пр. /Під ред. С. Єрмакова. – № 24. – Х.: ХХІІ, 2002. – С.135 – 139.



МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: www.msu.edu.ua

E-mail: info@msu.edu.ua, 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/>