

# ДІЯЛЬНІСТЬ « ШКІЛ СПРИЯННЯ ЗДОРОВ'Ю» В УКРАЇНІ З ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ШКОЛЯРІВ

**Валентина ЧЕРНІЙ (Кіровоград)**

*У статті здійснено аналіз розвитку і діяльності Шкіл сприяння здоров'ю в Україні на прикладі навчальних закладів Запоріжжя, Харкова, Кривого Рогу. Розкрито головні напрями роботи з формування у школярів здорового способу життя в навчально-виховній діяльності Шкіл сприяння здоров'ю та показано ефективність створення в зазначених освітніх закладах системи роботи зі збереження та зміцнення здоров'я учнів.*

*В статтє осуществлен анализ развития и деятельности Школ укрепления здоровья в Украине на примере учебных заведений Запорожья, Харькова, Кривого Рога. Раскрыты основные направления по формированию здорового образа жизни учеников в учебно-воспитательной деятельности Школ укрепления здоровья и показана эффективность образования в названных*

*учебных заведениях системы работы по сохранению и укреплению здоровья учеников.*

*Ключові слова: здоров'я, здоровий спосіб життя, Школа сприяння здоров'ю.*

**Постановка проблеми.** Здоров'я підростаючого покоління – це інтегративний показник суспільного розвитку, могутній фактор впливу на економічний і культурний потенціал країни, забезпечення сталого національного розвитку. Тому проблема формування здорового способу життя дітей та підлітків належить до найактуальніших проблем першочергової важливості, вирішення

якої обумовлює майбутнє держави та подальше існування здорової нації.

Сьогодні сферою формування здорового способу життя дітей та підлітків є система освіти. Серед найважливіших стратегічних завдань національних програм "Освіта. (Україна XXI століття)", "Діти України", "Здоров'я через освіту" були визначені всебічний розвиток людини, становлення її духовного, психічного та фізичного здоров'я [1; 6; 2]. Тому обов'язковим компонентом національної системи освіти має бути не лише збереження і зміцнення здоров'я дітей шкільного віку та підлітків у навчальному середовищі, а і його формування. Без грамотного, цілеспрямованого вирішення проблеми формування здоров'я учнів, використання ефективних оздоровчих технологій, нетрадиційних підходів школа позбавлена можливості виконувати своє завдання зі збереження здоров'я школярів.

Сучасна школа вимагає докорінного переосмислення парадигми навчання і виховання, освоєння прогресивних технологій духовного становлення особистості учнів, створення умов для самореалізації їх сутнісних сил у різних видах творчої діяльності. Сьогодні в школі виникла необхідність інтегрування і втілення в практику принципово нових педагогічних ідей, концепцій, технологій, у центрі яких – особистість дитини з її потребами й інтересами, життєвими цінностями. Але найголовнішою цінністю, яку має плекати сучасна школа, є здоров'я дитини, його формування й підтримка на різних етапах навчання дитини в школі [7, 2]. Тому зараз необхідно говорити про пошук здоров'яформуючих та здоров'язберігаючих технологій навчання, спрямованих на гармонійний розвиток особистості кожної дитини та формування й збереження її інтегрального здоров'я.

Актуальність зазначеної проблеми зумовила необхідність у аналізі і вивченні ефективних підходів до формування в учнів здорового способу життя у процесі їхнього навчання в школі.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** В останнє десятиліття в Україні здійснено ряд досліджень, у яких розглядаються різні аспекти проблеми формування здорового способу життя дітей, підлітків та молоді (В.П. Горашук, М.Д. Зубалій, О.Я. Савченко, Т.Є. Бойченко, С.М. Кондратюк, Ж.О. Омельченко, М.В. Оржеховська, Л.П. Сущенко та ін.). Навчання здорового способу життя на засадах життєвих навичок через систему шкільної освіти впроваджували О.Балакірева, Л.Вашенко, Т.Воронцова, В.Пономаренко, проблему формування здорового способу життя школярів у навчально-виховному

процесі вивчали А. Герасимчук, О. Савченко, Н. Бібік, Н. Коваль, інтегрований підхід до виховання у молодших школярів здорового способу життя розглянуто С.М. Кондратюк.

**Мета статті** - аналіз і вивчення досвіду діяльності «шкіл сприяння здоров'ю» в Україні, виявлення ефективних підходів до формування в учнів здорового способу життя у процесі їхнього навчання в школі.

Відповідно до проблеми та мети статті поставлені такі завдання:

- здійснити аналіз розвитку і діяльності Шкіл сприяння здоров'ю в Україні на прикладі провідних закладів даного типу;
- показати ефективність створення в зазначених освітніх закладах системи роботи зі збереження та зміцнення здоров'я учнів;
- розкрити головні напрями роботи з формування у школярів здорового способу життя в навчально-виховній діяльності Шкіл сприяння здоров'ю.

**Виклад основного матеріалу статті.** У другій половині XX століття суттєво зросли вимоги до здоров'я, змінився зміст самого поняття - здоров'я. На зміну однобічному, переважно соматичному, прийшов цілісний інтегрований підхід до його визначення. Почали розвиватися, особливо на Заході, інтегрована медицина і педагогіка [3, 215].

У 80-х роках минулого століття Європейські країни визнають освітній напрям пріоритетним для збереження і зміцнення здоров'я населення. У багатьох європейських країнах загальноприйнятою є точка зору, що шкільна система є ідеальним середовищем для сприяння здоров'ю.

Україна активно сприйняла світові тенденції відносно поліпшення стану здоров'я населення через освіту. Згідно з визначенням, поданим у Державній національній програмі "Освіта. Україна XXI століття", головними стратегічними завданнями національної освіти є формування освіченої, творчої особистості, забезпечення пріоритетного розвитку людини, становлення її фізичного і морального здоров'я [1]. Тому з огляду на цю програму й на спільний наказ Міністерства охорони здоров'я та Міністерства освіти України від 7.02.1995 р. № 25/31 "Про прилучення до Міжнародного проекту "Європейська мережа шкіл сприяння здоров'ю" в Україні було розпочато реалізацію міжнародного проекту Європейської Комісії, Європейського Бюро Всесвітньої організації охорони здоров'я та Ради Європи "Європейська мережа шкіл сприяння здоров'ю". Завдання шкіл, що увійшли до Європейської мережі шкіл сприяння здоров'ю (ЄМШСЗ), – забезпечити здоровий спосіб життя всіх членів шкільного колективу за допомогою створення такого навколишнього

середовища, яке сприяло б зміцненню здоров'я [5].

На початковому етапі до ЄМШСЗ увійшло близько 18 шкіл України. Серед шкіл, які зголосилися на участь у міжнародному проєкті «Європейська мережа шкіл сприяння здоров'ю» була Запорізька спеціалізована школа фізичної культури №18, яка у 1995 р. увійшла до складу «Європейської мережі шкіл сприяння здоров'ю» та взяла на себе обов'язки реалізації Концепції безперервної валеологічної освіти в системі проєкту «Здоров'я – через освіту».

Одним із головних завдань Запорізької спеціалізованої школи №18, яке здійснюється її колективом, є забезпечення та зміцнення здоров'я дітей. Педагогічний колектив школи вже багато років активно працює над упровадженням системи безперервного валеологічного навчання, здоров'язберігальних педагогічних технологій, які самі по собі підвищують ефективність процесу та залучають громадськість, працівників системи охорони здоров'я (психологів, лікарів, медичних сестер), батьків.

Валеологічна концепція школи ґрунтується на впровадженні здоров'язберігальних технологій у педагогічний процес. Нові технології організації навчально-виховного процесу у школі (чергування уроків і занять спортом; ведення уроків парами, що важливо в умовах надзвичайної зайнятості учнів; нові технології знайшли своє відображення в результативності навчальних досягнень та особистої зацікавленості учнів у кінцевому результаті) позитивно змінили мікроклімат роботи вчителя і учнів. За рахунок нової стратегії та методики проведення уроків валеології (бінарні, нестандартні, уроки-тренінги), розумного чергування робочого часу з активним відпочинком вихованців, значно стабілізувалося здоров'я вихованців, успішність, якість знань, умінь і навичок.

Пріоритетом педагогічного колективу є збереження і зміцнення здоров'я не тільки учнів, а й учителів. В основу діяльності Школи сприяння здоров'ю покладено авторську концепцію «Ми обираємо здоровий спосіб життя». Кожен учитель у своїй діяльності щодо формування здорового способу життя (теоретичні знання(самоосвіта): бесіда, лекція, доповідь; практична робота: участь у семінарах, нарадах, тренінгах, ділові ігри, Тижні здоров'я, участь у конкурсах і вернісажах; творча майстерня: презентація особистого досвіду, методичні нароби, нестандартні уроки, виставки, друковані матеріали, комп'ютерні технології) проходить певні сходинки, з яких і складається здорове освітнє середовище [4].

Заслугує на увагу і поширення цікавий досвід роботи навчальних закладів Харківщини, які беруть участь у проєкті з 1995 року. Високий рівень роботи за проєктом ВООЗ «Європейська мережа шкіл сприяння здоров'ю» демонструє педагогічний колектив Харківської загальноосвітньої школи №159. Протягом кількох років навчально-виховний процес у школі будується за принципом формування, збереження й зміцнення здоров'я учнів. В основі такого підходу до організації навчально-виховного процесу лежить новий погляд на парадигму навчання й управління школою.

Розбудова Школи сприяння здоров'ю враховує основні принципи функціонування ефективної школи: повага до особистості; справедливість управління; звітність на різних рівнях; висока якість викладання; пріоритет здоров'я в навчально-виховному процесі; гнучкість у прийнятті рішень, зворотній зв'язок; співпраця різних цільових груп; відкритість, демократизм.

Змістом педагогічної діяльності є створення валеологічно насиченого простору школи, залучення до співпраці батьків, учителів, представників громади, створення оздоровчо-валеологічної структури (координаційно-валеологічний центр) з активною участю медичних працівників, психологів, соціальних педагогів, науковців. Учителі знаходяться у процесі пошуку та апробації здоров'язберігаючих і здоров'яформуючих технологій.

Впровадження здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховний процес необхідно розпочинати з початкової школи, де престиж здоров'я на високому рівні. Вчителями школи розроблена велика кількість порад, методичних рекомендацій, пам'яток щодо поліпшення свого здоров'я та здоров'я вихованців. Регулярно проводиться оцінка рівня фізичного розвитку й функціонального стану учнів, результати обговорюються на засіданнях педагогічної ради, батьківських зборах.

З метою пропаганди здорового способу життя й навчання гігієнічних навичок суб'єктив освітнього процесу медпрацівники відвідують батьківські збори, класні години, беруть участь у роботі шкільного психолого-медико-педагогічного консилиуму і лекторію «Азбука здоров'я». Леткорій для батьків уведений в дію з метою підвищення зацікавленості та активної участі батьків у розбудові школи здоров'я. Пропонується приблизна тематика лекторію, на якому батьки зможуть отримати відповіді на питання, що постають перед ними на шляху створення школою середовища з формування навичок здорового способу життя. Постійно

проводяться моніторингові дослідження здоров'я школярів та оцінка задоволеності батьків роботою Школи сприяння здоров'ю методом анкетування та аналізу Щоденників здоров'я учнів на початку навчального року та наприкінці навчального року.

Усі учителі початкової школи на своїх уроках проводять хвилинки відпочинку, які можна визначити як креативні, подовжені рухові перерви. Розробка та впровадження вчителями школи рухових фізкультхвилинок під час уроків та на перервах надала можливості не тільки творчо працювати вчителям, а й згуртувала колектив між собою.

З метою навчання дітей навичок здорового способу життя, підвищення загальної культури всім учням пропонується завести зошит для спостережень за виконанням гігієнічної програми оздоровлення, а також робити щоденний самозвіт про те, що виконано за день, і радіти кожному досягненню у виконанні чергової гігієнічної норми, що зумовлює вироблення корисної звички догляду за своїм організмом.

Результати періодичних медичних оглядів учнів шкільні показали, що є позитивні результати в стані здоров'я учнів: зменшилися лор-захворювання, ендокринні та ортопедичні захворювання, спостерігається позитивна динаміка з психофізичних показників учнів (виснаженість нервової системи школярів з 56% зменшилась до 32%). Позитивними є й показники зі зменшення таких захворювань, як: порушення просторового сприйняття, емоційного фону, рівня тривожності учнів (страх невідповідності очікуванням оточуючих, боязкість самовираження, соціальний стрес, страхи у відносинах з вчителями) [7].

На підтримку та відновлення фізичного, психічного, соціального і духовного здоров'я спрямував свою роботу педагогічний колектив Криворізької гімназії №91, коли у 1999 р. визначив свої пріоритетні завдання: навчання й виховання, яке зберігає неповторність та унікальність дитини; формування засад здорового способу життя; зміцнення фізичного та психічного здоров'я учнів. З 2001 р. гімназія включилася в експериментальну роботу над проблемою: «Розробка моделі Школи культури здоров'я у закладах України різних типів і рівнів акредитації» за темою «Розробка моделі Школи культури здоров'я, спрямованої на валеологічну та екологічну освіту, особистісно орієнтоване навчання і виховання як напрямок розвитку обдарованої дитини, лідера XXI століття».

Одним із напрямів діяльності гімназії щодо збереження здоров'я школярів є просвітницька робота, що проводиться учнями профільного педагогічного класу. Учні цього

класу двічі на місяць на класних годинах в 1-4 класах проводять «Уроки здоров'я», метою яких є передача дітям молодшого шкільного віку інформації щодо збереження життя, власного здоров'я та здоров'я довколишніх. Така просвітницька робота, в якій використовують метод «рівний-рівному», полягає у передачі соціально значущої інформації через ширі стосунки між учнями різного віку. Учні педагогічного класу вибирають доступну форму спілкування, яка ідеально підходить для того, щоб молодші школярі могли говорити на теми, які їх цікавлять. Після такого спілкування вони стають справжніми друзями, разом міркують над поставленими проблемами, аналізують їх.

Ефективними методами у роботі з батьками щодо формування здорового і безпечного способу життя їхніх дітей є проведення тренінгів, у ході яких батьки один з одним обговорюють нагальні проблеми, виробляють способи розв'язання складних питань у вихованні підростаючого покоління. Саме така доброзичлива атмосфера спілкування робить батьків зацікавленими однодумцями, помічниками і добровільними учасниками навчально-виховного процесу.

Педагогічний колектив гімназії забезпечує можливість одержання кожним учнем необхідних знань про здоров'я і засоби його зміцнення, про методику досягнення високої працездатності та тривалої творчої активності, що відповідає головній меті навчального закладу: єдність медичного, педагогічного і психічного контролю за розвитком учнів, створення сприятливих умов для збереження і зміцнення здоров'я дітей [8].

Описані моделі Шкіл сприяння здоров'ю формувалися з головною метою: навчити учнів, учителів, батьків, представників громади свідомо ставитися до свого здоров'я, сформуванню позитивну мотивацію на здоровий спосіб життя і здоров'язберігаючу поведінку, втілювати здобуті навички в щоденне життя. Представлені моделі ґрунтуються на багаторічному досвіді роботи шкіл багатьох країн світу, що розбудовують Школи сприяння здоров'ю та сучасних вимогах суспільства і держави до збереження і зміцнення здоров'я громадян.

**Висновки.** У результаті вивчення і аналізу досвіду навчально-виховної діяльності Шкіл сприяння здоров'ю в Україні було виявлено, що формування здорового способу життя реалізується через валеологізацію усіх навчальних дисциплін, через систему позакласного навчання, шляхом упровадження методу «рівний-рівному» у процесі розвитку життєвих навичок. Ефективність педагогічної системи формування здорового способу

полягає у необхідності спільної діяльності батьків, медиків, психологів і вчителів на основі єдності навчального й виховного процесів, підвищенні рівня освіченості вчителів щодо правильних форм та методів формування, зміцнення та укріплення здоров'я учнів, забезпеченні в школі атмосфери доброзичливого ставлення до дітей та їх здоров'я.

**Перспективи подальших розвідок.** Актуальними напрямками подальших наукових розвідок є висвітлення різноманітності розроблених та апробованих у шкільній практиці методів і засобів формування у школярів здорового способу життя.

#### БІБЛЮГРАФІЯ

1. Державна національна програма «Освіта»: Україна ХХІ ст. - К. : Райдуга, 1994. – 61 с.
2. Додаток 4 до наказу МОЗ України і Міносвіти України від 7.02.95 р., № 25/31. Рішення Всеукраїнської наради-семінару «Здоров'я через освіту». – Режим доступу до сайту : <http://mozdocs.kiev.ua/view.php?id=1187>
3. Кондратюк С.М. Особливості виховання здорового способу життя у молодших школярів / С.М. Кондратюк // Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді : зб. наук. праць. – К. : Інститут проблем

виховання АПН України, 2009. – Вип. 13. книга 2 - С. 215-223.

4. Молчанов В. Концептуальна модель Запорізької спеціалізованої школи фізичної культури №18. / В. Молчанов // Здоров'я та фізична культура. – 2009. – № 34. – С. 17-20.

5. Наказ Міністерства охорони здоров'я та Міністерства освіти України від 7.02.95 р., № 25/31 «Про прилучення до міжнародного проекту «Європейська мережа шкіл сприяння здоров'ю». – Режим доступу до сайту : <http://mozdocs.kiev.ua/view.php?id=1187>

6. Національна програма «Діти України»: психолого-педагогічні умови реалізації // Педагогічна газета. – 1996. – № 8. – С. 14.

7. Овчарова А.В. Управління сучасною Школою сприяння здоров'ю / А.В. Овчарова // Управління школою. – 2009. – № 31. – С. 2-23.

8. Чегодар А. Криворізька гімназія №91 – модель Школи культури здоров'я / А. Чегодар // Здоров'я та фізична культура. – 2008. – № 9. – С. 18-19.

#### ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРА

**Черній Валентина Петрівна** – старший лаборант кафедри медико-біологічних основ і фізичної реабілітації, здобувач кафедри педагогіки початкової освіти та соціальної педагогіки Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка  
*Коло наукових інтересів:* формування у школярів здорового способу життя, збереження та зміцнення здоров'я учнів початкової школи