

Мірошник В. І., студентка 1 курсу

Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка,
vladamiroshnik071@gmail.com

Науковий керівник: Мехед О. Б., канд. біол. наук

Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка,
mekhedolga@gmail.com

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ ЯК ВАЖЛИВА СКЛАДОВА СИСТЕМИ ОСВІТИ

Однією з найглобальніших проблем у сучасному світі є здоров'язбереження молодого покоління. Найголовнішою задачею є розвиток творчого потенціалу у молоді. Вирішення цієї проблеми допоможе уникнути різкого погіршення фізичного, духовного та розумового розвитку. Здоров'я – стан організму, енергія, завдяки якій людина отримує задоволення від життя та подій. Наш фізичний стан напряму залежить від звичок та хобі.

Глобальний вплив на організм молоді чинять шкідливі звички, які у сучасному світі стали нормою вже зі шкільних років. Залучення дітей до паління, вживання наркотичних речовин та алкоголю наносить величезний удар по нервовій, серцево-судинній та дихальній системі. В першу чергу ці звички впливають на емоційний стан дитини. Вона стає агресивною, невдоволеною та розвивається почуття заниженої самооцінки. На сьогодні рекламу тютюну та алкоголю, пропаганду наркотиків можна побачити на кожному кроці. Саме тому підліткам зробити правильний вибір важко, адже в цьому віці діти схильні до нерішучості та добре піддаються маніпуляції. Вирішення цієї проблеми є найголовнішим та найактуальнішим завданням реформування освіти України.

Здоров'язберігаючі технології об'єднують в собі всі напрямки щодо формування, збереження та зміцнення здоров'я всіх людей, які беруть участь у педагогічному процесі. Під здоров'язберігаючими процесами вчені розуміють: 1) введення програм та методів на виховання учнів ведення здорового способу життя; 2) емоційно сприятливі умови для навчання та перебування в навчальних закладах (відсутність стресових ситуацій, рівноправність між учнями); 3) проведення заходів щодо формування у дітей понять про статеві стосунки, фізіологічні особливості. Також потрібно застосовувати оздоровчі заходи: гімнастика, масаж, плавання, фізична підготовка, загартування. Такі заходи зміцнюють фізичне здоров'я учнів та їх емоційний стан. Виховання культури здоров'я застосовують для збереження здоров'я та посилення мотивації на ведення здорового способу життя. Технології навчання здоров'ю формують життєві звички, ознайомлюють з гігієною та вирішенням конфліктів.

Перелік посилань

1. Мехед О. Б., Рябченко С. В. Основні аспекти соціально-педагогічної діяльності вчителя біології та основ здоров'я // // Наука і освіта. – 2020. – №3. – 104-109.
2. Мехед О. Б. Формування здоров'язрозвивальної компетентності молоді шляхом здійснення соціально-педагогічної діяльності // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Серія No 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць / За ред.О. В. Тимошенка. – Київ : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2020. – Випуск 7 К (127) 20. – С.74 – 78