

Особливості використання здоров'язбережувальних технологій у початковій школі

У контексті реалізації концепції Нової української школи використання здоров'язбережувальних технологій має велике значення, оскільки ця концепція покликана створювати сприятливе середовище для всебічного розвитку зростаючої особистості. Навчання у початковій школі – один із основних етапів формування особистості. Саме тому першочерговим завданням є створення сприятливих умов для фізичного, емоційного, психологічного розвитку молодших школярів.

Поняття «здоров'язбережувальні технології» включає в себе комплекс заходів і методів, спрямованих на збереження та підтримку фізичного, психічного й емоційного здоров'я людини. У початковій школі ці технології використовуються для забезпечення гармонійного розвитку дітей та формування у них здорового способу життя. Основними функціями здоров'язбережувальних технологій є: формувальна, інформаційно-комунікативна, діагностична, адаптивна, рефлексивна та інтегративна [1].

Один із найпоширеніших і найбільш використовуваних елементів здоров'язбережувальних технологій – це фізична активність. Також важливо враховувати особливості фізіології молодших школярів при плануванні фізичної активності. Досить важливою є зміна видів діяльності, яка передбачає чергування різних видів навчання та діяльності на уроці – від усної роботи до ігрових моментів. Такий підхід сприяє попередженню швидкої стомленості та підвищує інтерес учнів до навчання [2, с. 104].

Щоб застосування здоров'язбережувальних технологій у початковій школі приносило бажаний результат, потрібен комплексний підхід. Тобто охоплювати не лише фізичну і розумову активність, але і задіювати емоційну та соціальну сферу. Здоров'язбережувальні технології повинні ставити акцент на інтерактивному навчанні, де діти беруть активну участь у

процесі засвоєння знань про здоровий спосіб життя.

Великий вплив на емоційний стан учнів має психологічний клімат у класі. Здоров'язбережувальні технології можуть бути використані для його поліпшення за рахунок емоційної розрядки дітей та забезпечення для них почуття безпеки.

Окрім усього вищепереліченого, середовище у класі також впливає на здоров'я учнів. Санітарно-гігієнічний стан класного приміщення, температура, свіжість повітря, якість освітлення – усе це має значення для забезпечення здоров'я дітей. Здоров'язбережувальні технології також можуть бути використані для формування здорових звичок у дітей, таких як дотримання правильної постви під час навчання та чергування розумової активності та релаксації [2, с. 105].

Здоров'язбережувальні технології в початковій школі не тільки сприяють індивідуальному розвитку учнів, але й можуть бути важливою частиною загальної стратегії розвитку освітньої системи. Зокрема, вони можуть допомагати впроваджувати принципи інклюзивної освіти, де кожна дитина має можливість отримати необхідну підтримку відповідно до своїх потреб.

Отже, здоров'язбережувальні технології в початковій школі – це важлива складова сучасної освітньої системи. Вони не лише допомагають забезпечити фізичне та психічне здоров'я учнів, але і сприяють створенню позитивного та підтримуючого навчального середовища. Технології мають сприяти розвитку критичного мислення учнів, допомагаючи їм аналізувати інформацію про здоров'я, робити обґрунтовані вибори щодо свого способу життя й оцінювати свої дії.

Список літератури

1. Здоров'язбережувальні технології в освіті дітей з порушеннями інтелектуального розвитку. URL: <https://vseosvita.ua/news/zdoroviazberezhivalni-tekhnologii-v-osviti-ditei-z-porushenniamy-intelektualnoho-rozvytku-40965.html>
2. Осадченко Т. *Створення здоров'язбережувального середовища початкової школи: практичний посібник*. Умань: ВПЦ «Візаві», 2016. 234 с.