

**Вікторія Крижановська**  
Науковий керівник – доц. Бигар Г. П.

### **Особливості виховання здоров'язбережувальної поведінки молодших школярів**

Одним із важливих показників благополуччя держави є стан здоров'я молодого покоління. Адже від цього залежить її безпека, політична стабільність, економічне благополуччя і морально-етичний рівень населення.

В останнє десятиліття збільшилася кількість чинників, які раніше не створювали проблем для лікарів, педагогів, батьків та учнів. Рік від року зростають навчальні навантаження, для дозвілля все частіше віддають перевагу перегляду фільмів і комп'ютерним іграм, що призводить до гіподинамії, порушень постави та зору. У спробах розв'язати проблеми здоров'язбереження суб'єктів освітнього процесу найчастіше не доводиться розраховувати ні на допомогу батьків, стурбованих труднощами матеріального плану, ні на систему державної охорони здоров'я [3, с. 23].

Проблема здоров'я і освіти сама по собі багатогранна. Одна грань – це навчання та його здоров'язбережувальний потенціал. Інша грань – саме здоров'я як чинник успішності навчальної діяльності. Вони взаємопов'язані. Учителю треба виділити у здоров'ї та хворобі ту складову, яка підвладна йому і може бути ним вирішена без спеціальної підготовки і прямо на уроці [1].

У зв'язку з цим одним із важливих дослідницьких завдань стає пошук ефективних засобів формування здоров'язбережувальної поведінки молодших школярів, що пов'язано з розробкою та впровадженням педагогічних технологій, за яких дитина здатна пізнати світ у тих формах діяльності, які для неї близькі, доступні та сприяють просуванню в розвитку. Причому вирішальне значення має надаватися діяльності, в якій дитина зможе якнайповніше розкрити свої можливості й ефективно засвоїти соціальний досвід.

Здоров'язбережувальна поведінка – активна діяльність

особистості, спрямована на збереження та зміцнення здоров'я, що включає ставлення до здоров'я як до цінності; мотивацію здорового способу життя; формування вмінь, навичок і поведінкових стратегій, необхідних для усвідомлення й оцінки власного здоров'я, виховання культури здоров'язбереження [2, с. 40].

Роботу з формування здоров'язбережувальної поведінки слід розпочинати з молодшого шкільного віку, адже саме в цей період формуються основи рухової та розумової діяльності, раціональної організації режиму дня, харчування, загартовування, ставлення до шкідливих звичок тощо. Ефективність цієї роботи можна оцінити за рівнем успішності застосування знань, умінь і навичок у життєвих ситуаціях, у прояві індивідуальної здатності дитини до роботи над збереженням здоров'я. Резерви здоров'я дитини, установка на здоров'язбереження формуються, розвиваються і зміцнюються у процесі виховання [2, с. 44].

Освітній простір освітнього закладу має створювати оптимальні умови для формування здоров'язбережувальної поведінки, мотивуючи дітей до здорового способу життя, розуміння важливості активних дій для збереження та зміцнення здоров'я. Ефективність роботи в даному напрямі буде досягнута лише за умови зусиль усіх учасників виховного процесу: педагогів, дітей, батьків з урахуванням комплексного підходу до змісту, форм, засобів формування здоров'язбережувальної поведінки школярів у вигляді цінності здоров'я, компетенцій, які забезпечують розвиток особистості дитини молодшого шкільного віку.

### **Список літератури**

1. Бех І. Д. Виховання особистості. Київ: Либідь, 2003. 280 с.
2. Бойчук Ю.Д., Мірошниченко О.М. Технологія формування здоров'язбережувальної поведінки молодших школярів засобами українських народних традицій. *Вісник Черкаського університету імені Богдана Хмельницького*. Сер.: Педагогічні науки : наук. журн. 2016. № 9. С. 39–46.
3. Мельник Ю. Б. Концептуальні засади формування культури здоров'я особистості молодшого школяра : монографія. Харків : ХОГОКЗ, 2012. 244 с.