

DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2020-3-79-73>  
 УДК 373.3.091.32:613

Вашенко О.М., Романенко Л.В., Макаренко Н.В.  
 Київський університет імені Бориса Грінченка

## ОРГАНІЗАЦІЯ ВПРОВАДЖЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ОСВІТНІЙ ПРОЦЕС ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ: ТЕОРЕТИЧНИЙ ВИМІР

**Анотація.** У статті розглянуто теоретичні аспекти проблеми організації впровадження здоров'язбережувальних технологій в початковій школі. Виявлено, що Концепція Загальнодержавної програми «Здоров'я 2020: український вимір» одним із головних завдань визначає збереження і зміцнення фізичного, психічного, соціального здоров'я учнів. Констатовано, що реальна шкільна практика не забезпечує збереження і покращення стану здоров'я молодших школярів. Здоров'язбережувальну технологію визначено як валеологічно обґрунтовану систему заходів, яка спрямована на створення безпечних та сприятливих умов для повноцінної участі учнів початкових класів у навчально-виховному процесі. Здоров'язбережувальні технології охарактеризовано як систему організаційних форм освіти, виховання і навчання, головною метою яких є збереження та зміцнення здоров'я особистості. З'ясовано, що ці технології передбачають цілеспрямовану взаємодію вчителя та учнів, послідовну систему активних дій усіх учасників освітнього процесу, спрямованого на створення здорового середовища для формування таких життєвих навичок, які зумовлюють збереження, зміцнення та відтворення здоров'я й орієнтують на утвердження здорового способу життя, розвиток духовно, психічно, фізично та соціально здорової особистості.

**Ключові слова:** здоров'я, технології, здоров'язбережувальні технології, впровадження, освітній процес, початкова школа.

Vashchenko Olena, Romanenko Lyudmila, Makarenko Natalia  
 Borys Grinchenko Kyiv University

## IMPLEMENTATION OF HEALTH IMPLEMENTATION MANAGEMENT IN THE EDUCATIONAL PROCESS OF THE PRIMARY SCHOOL: THE THEORETICAL DIMENSION

**Summary.** Theoretical questions of management of introduction of health-saving technologies in elementary school are investigated. The Concept of the National Health 2020 Program: The Ukrainian Dimension has been identified as one of the main tasks of preserving and enhancing the physical, mental and social health of students. It is stated that real school practice does not ensure the preservation and improvement of the health of younger students. Health-saving technology is defined as a valeologically sound system of measures aimed at creating safe and favorable conditions for the full participation of elementary school students in the educational process. Health-saving technologies are characterized as a system of organizational forms of education, upbringing and training, the main purpose of which is to preserve and promote the health of the individual. It is shown that health-saving technologies imply purposeful interaction of teachers and students, a consistent system of active actions of all participants of the educational process, aimed at creating a healthy environment for the formation of such life skills, which determine the preservation, strengthening and restoration of health and orient the way to the promotion of health life, development of spiritually, mentally, physically and socially healthy personality. The need for a change of an attitude towards child's health in the educational system becomes apparent. Health-saving pedagogy on the one hand should form student's special knowledge, abilities, skills of health preservation, health strengthening, creation of an individual healthy lifestyle, and on the other hand provide possibilities for realization of independent attempts to improve themselves, their body, mental health, emotions, to nurture a humane attitude to the world, to the environment, to oneself in terms of pedagogical technologies. The main task of the modern primary school is to educate a competent person who not only possesses knowledge, but also knows how to apply it in life, to act adequately in appropriate situations, to adapt to difficult social conditions, to overcome life difficulties, to maintain its health at the proper level, to provide resistance to negative influences. In this regard, it is of particular importance to direct the development of healthy lifestyle skills in children.

**Keywords:** health, technology, health saving technology, implementation, educational process, elementary school.

**Постановка проблеми.** Здоров'я людини – один із найважливіших показників соціального благополуччя суспільства. Водночас сучасні соціально-економічні та екологічні кризи в країні зумовили значне погіршення здоров'я населення, особливо дітей. Концепція Загальнодержавної програми «Здоров'я 2020: український вимір» одним із головних завдань визначає збереження і зміцнення фізичного, психічного, соціального здоров'я учнів. Одночасно доводиться констатувати, що реальна шкільна практика не забезпечує збереження і покращення стану здоров'я учнів. Так, за статистичними даними,

до 80% дітей шкільного віку мають відхилення у здоров'ї; за період навчання з 1 по 9 класи кількість здорових дітей зменшується в 4 рази. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), значна частина захворювань дітей має дидактогенну природу (дидактичні неврози, стреси, перевантаження, стомлення учнів), тобто напряму викликана або спровокована школою [1; 9].

Стає очевидною потреба зміни ставлення до здоров'я дитини в системі освіти. Здоров'язбережувальна педагогіка, з одного боку, має сформувані в учнів спеціальні знання, уміння,

навички збереження і зміцнення свого здоров'я, створення індивідуального здорового способу життя, а з іншого – передбачати в педагогічних технологіях можливості здійснення самостійних спроб удосконалення себе, свого тіла, психіки, емоцій, виховувати гуманне ставлення до світу, до оточення, до самого себе. Основним завданням сучасної початкової школи стає виховання компетентної особистості, яка не тільки володіє знаннями, а й уміє застосовувати їх у житті, діяти адекватно у відповідних ситуаціях, адаптуватися до складних соціальних умов, долати життєві труднощі, підтримувати своє здоров'я на належному рівні, надавати опір негативним впливам. З огляду на це, особливого значення набуває спрямоване формування у дітей умінь і навичок здорового способу життя.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Ранній досвід формування здорового способу життя у дітей молодшого шкільного віку висвітлений у працях Г. Ващенко, І. Мечникова, М. Пирогова, С. Русової, К. Ушинського. Значний внесок у розробку та впровадження в практику діяльності освітнього закладу системи оздоровчого виховання дітей і молоді здійснили українські педагоги А. Макаренко та В. Сухомлинський. Сутність і закономірності формування здорового способу життя дітей в умовах закладів освіти різного типу стали предметом наукових пошуків українських учених Н. Денисенко, М. Зубалія, С. Свириденко, Є. Столітенка та ін. Аналіз психолого-педагогічної літератури засвідчує, що питання здоров'язбереження у процесі навчання вивчаються в таких основних напрямках: медичному (М. Амосов, Г. Апанасенко, Т. Бойченко та ін.), валеологічному (І. Брехман, Г. Зайцев та ін.), психологічному (І. Бех, О. Хухлаєва та ін.) й педагогічному.

У сучасній початковій освіті управління процесом формування здоров'я учнів здійснюється на основі різних підходів, найважливішими з яких є: гуманістичний (В. Безрукова, І. Бех, Є. Бондаревська, Г. Зайцев, Е.Ю. Науменко, О. Савченко, В. Сухомлинський та ін.), відповідно до якого дитина і її здоров'я виступають найважливішими педагогічними цінностями, а отже, не дитину треба пристосовувати до освітнього процесу, а цей процес – до дитини; культурологічний (Г. Апанасенко, В. Оржиховська, О. Савченко та ін.) – розгляд культури здоров'я як невід'ємної частини загальної культури людини; компетентісний (Н. Бібік, О. Овчарук, О. Савченко та ін.), згідно з яким результатом освіти має бути набуття здоров'язбережувальної компетентності, тобто властивостей, спрямованих на збереження учнем здоров'я – свого та оточення.

**Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми.** В останні роки в початковій школі відбуваються спроби переорієнтувати педагогічний процес на реалізацію інноваційних засобів збереження й зміцнення здоров'я школяра. Це не означає повну відмову від традиційних підходів до організації педагогічного процесу, а передбачає їх розширення завдяки впровадженню інноваційних технологій. Даний аспект набуває актуальності у зв'язку з погіршенням здоров'я дітей на фоні інтенсифікації шкільної освіти, підвищення вимог до учнів. Значна

кількість дітей приходить до школи недостатньо підготовленою з точки зору психофізичного розвитку. В умовах систематичного шкільного перевантаження вони або не встигають, або втрачають здоров'я. Постійне перебування в ситуації неуспішності або тривожного очікування неуспішності посилює нервово-психічні та поведінкові відхилення і нерідко штовхають до асоціальних форм поведінки. Аналіз наукової літератури свідчить про відсутність робіт, в яких була б комплексно розроблена проблема організації впровадження здоров'язбережувальних технологій в початкову освіту. Відтак, на сучасному етапі означена проблема залишається ще недостатньо вивченою, що визначає важливість нашого дослідження.

**Мета статті.** Головною метою статті є обґрунтування особливостей організації впровадження здоров'язбережувальних технологій в сучасній початковій школі.

**Виклад основного матеріалу.** Збереження та зміцнення здоров'я дітей – одне з головних та актуальних завдань країни, оскільки сучасна система освіти має на меті виховання здорової особистості, яка дбає про своє здоров'я та здоров'я оточуючих, прагне дотримуватися здорового способу життя і формувати його в молодого покоління. Водночас, існує значна кількість дітей, які мають певні хронічні захворювання. Серед причин, що спричинили таке явище, певне місце посідають фактори, пов'язані з недоліками навчально-виховного процесу, недостатньою обізнаністю дітей з особливостями дотримання здорового способу життя тощо. До того ж, у багатьох навчальних закладах недостатньо чітко впроваджується система збереження здоров'я школярів, а учителі не повною мірою реалізують здоров'язбережувальний потенціал уроків.

Зустріч дитини зі школою відбувається у віці, рецептивному (сприйнятливому) до педагогічного впливу, отже, до формування життєво важливих мотивів, серед яких категорія «здоров'я» займає пріоритетну позицію (Н. Абаскалова, О. Аксьонова, Н. Денисенко, О. Дубогай). Нова якість освіти може бути досягнута лише за умови організації такого навчально-виховного процесу, який не зашкодить здоров'ю дитини і буде спрямований на його формування, збереження, зміцнення та відновлення (О. Аксьонова, О. Ващенко, С. Свириденко, Н. Денисенко). Оскільки для учнів початкових класів провідною є навчальна діяльність, то саме в процесі цієї діяльності й повинна виховуватися готовність до збереження і формування здоров'я. Серед умов, що впливають на погіршення здоров'я дітей, виділяють гіподинамію (недостатню рухову активність) [6]; велике навчальне навантаження в школі та вдома [16]; нераціональне харчування [1]; невиконання режиму сну, навчання, відпочинку [5]. Негативно впливає на здоров'я молодших школярів й недотримання гігієнічних вимог (недостатня провітрюваність приміщення, невідповідність шкільних меблів фізичним особливостям дітей, незадовільне освітлення класних кімнат, невиконання вимог щодо рухового режиму дітей) [11]. Відтак довготривале психоемоційне напруження, що виникає в процесі навчання, проявляється симптомами передневротичних станів.

На думку Л. Омельченко, погіршення стану здоров'я в учнів може проявлятися на соціальному (педагогічному), психологічному, фізіологічному рівнях. Педагогічний рівень проявляється проблемами в навчанні й у засвоєнні соціальної ролі школяра. Разом із тим очевидний для педагогів рівень здоров'я є сигналом порушень, які відбуваються на психологічному та фізіологічному рівнях організму школяра [14]. Проведений науковий пошук (М. Безруких, Г. Зайцев, Ю. Науменко та ін.), власні спостереження дозволили виявити такі фактори ризику здоров'я, як: недостатнє врахування вікових та індивідуальних особливостей дітей, яке уповільнює розвиток особистості; інформаційні перевантаження, недосконалість організації навчальної діяльності, низька рухова активність школярів, що виснажують адаптаційні резерви організму, викликають втому; авторитарно-репродуктивний стиль навчання, який веде до диктату педагога і робить учня пасивним споживачем інформації; педагогічно недоцільні комунікації «вчитель-учень», що провокують виникнення дидактогенії (психічних травм, джерелом яких є вчитель, його неповаження, упереджене ставлення до учня); низький рівень культури здоров'я вчителів та школярів і, як наслідок, відсутність у багатьох з них пріоритетної спрямованості на здоров'я, мотивації на здоровий спосіб життя.

Останнім часом з'явилося багато досліджень (зокрема, О. Аксьонова [1], В. Лозинський [8] та ін.), присвячених збереженню та зміцненню здоров'я учнів у навчально-виховному процесі початкової школи. За останні роки у педагогічний арсенал ввійшла така категорія понять, як здоров'язбережувальні технології. Технологія (термін грецького походження – мистецтво слова, навчання) тлумачиться як сукупність знань про послідовність певних операцій, процесів і способи їх виконання [17, с. 19]; це системний метод створення, застосування і визначення всього процесу навчання і засвоєння знань, з урахуванням технічних і людських ресурсів та їх взаємодії, який ставить своїм завданням оптимізацію освіти [20, с. 23].

Аналіз літературних джерел дав змогу констатувати, що єдиної класифікації технологій, які зберігають, формують здоров'я дітей, у вітчизняній та зарубіжній педагогіці на сьогодні не існує. До розв'язання цієї проблеми науковці підходять по-різному. За визначенням, яке надає М. Смирнов, «здоров'язбережувальна освітня технологія – це якісна характеристика будь-якої освітньої технології, її «сертифікат безпеки», який показує наскільки при реалізації даної технології вирішується задача збереження здоров'я основних суб'єктів освітнього процесу – учнів та педагогів» [18, с. 48].

М. Малащенко пропонує виокремити поняття «здоров'яформувальні виховні технології», розуміючи під ним психолого-педагогічні технології, програми, методи, спрямовані на виховання в учнів культури здоров'я, особистісних якостей, що сприяють його збереженню та зміцненню, формуванню уявлень про здоров'я як цінність, а також мотивації на здоровий спосіб життя [9, с. 49].

Інша група науковців до поняття «здоров'язбережувальні технології» пропонує віднести:

- сприятливі умови навчання учнів у школі (відсутність стресових ситуацій, адекватність педагогічних вимог, методик навчання та виховання);

- оптимальну організацію навчального процесу (відповідно до вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм);

- повноцінний та раціонально організований руховий режим [3].

Серед здоров'язбережувальних технологій, що застосовуються в системі початкової освіти, виділяють кілька груп, які відрізняються різними підходами до охорони здоров'я і, відповідно, різними методами й формами роботи.

В. Ковалько, класифікуючи здоров'язбережувальні технології, виділяє ті види педагогічних технологій, які забезпечують реалізацію особистісно-орієнтованого, системно-діяльнісного підходів та відповідають принципам здоров'язбереження: розвивальні технології; технології адаптивної системи навчання; технології, побудовані на інтегративній основі [7]. Вчений Ю. Півненко до здоров'язбережувальних технологій відносить нейролінгвістичне програмування, соціоніку, вальфдорську педагогіку, сугестопедичну методику, методики активізації м'язового тону та моторно-координаційних систем дитячого організму, музикотерапію, арттерапію тощо [16].

Аналіз існуючих здоров'язбережувальних технологій дає можливість

Ю. Науменко виокремити такі їх типи:

- здоров'язабезпечуючі – створюють безпечні умови для перебування, навчання та праці в школі та ті, що вирішують завдання раціональної організації виховного процесу (з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм), відповідність навчального та фізичного навантажень можливостям дитини;

- оздоровчі – спрямовані на вирішення завдань зміцнення фізичного здоров'я учнів, підвищення потенціалу (ресурсів) здоров'я: фізична підготовка, фізіотерапія, ароматерапія, загартування, гімнастика, масаж, фітотерапія, музична терапія;

- технології навчання здоров'ю – передбачають гігієнічне навчання, формування життєвих навичок (керування емоціями, вирішення конфліктів), профілактику травматизму та зловживання психоактивними речовинами, статеве виховання;

- виховання культури здоров'я – спрямовані на виховання в учнів особистісних якостей, які сприяють збереженню та зміцненню здоров'я, формуванню уявлень про здоров'я як цінність, посиленню мотивації на ведення здорового способу життя, підвищенню відповідальності за особисте здоров'я, здоров'я родини [13, с. 38–39].

Т. Казаковцева пропонує розмежовувати поняття «педагогічні здоров'язбережувальні технології» та «здоров'язбережувальні технології в освіті», оскільки на практиці ці поняття часто змішуються, що призводить до відсутності чіткої наукової організації роботи по збереженню здоров'я учнів, формування різних видів здоров'я. Вчена класифікувала здоров'язбережувальні технології, які використовуються в освіті, на: санітарно-гігієнічні, медико-профілактичні, педагогічні [5, с. 69].

Близькою до даної точки зору щодо класифікації технологій, спрямованих на збереження і зміцнення здоров'я учнів, є позиція О. Аксьонової. Вчена пропонує групувати технології на такі, що зберігають здоров'я учнів та такі, що формують різні складові здоров'я учнів. Зокрема:

– здоров'язбережувальні – валеологічно обґрунтоване сполучення операцій, спрямованих на активізацію резервних можливостей особистості людини, які забезпечують безпечний її розвиток, навчання, виховання;

– здоров'яформувальні – дводомінантна взаємодія в системі «учень-вчитель», сполучення складових якої забезпечує валеологічний супровід індивідуального освітнього маршруту [1, с. 251–252].

На нашу думку, представлена класифікація технологій, орієнтованих на виховання здорової особистості учнів початкової школи, є доцільною. Така позиція обґрунтовується тим, що існує група технологій, які зберігають здоров'я учнів на індивідуальному рівні, захищаючи від негативного впливу «шкільних факторів ризику», – це здоров'язбережувальні технології. Інша група технологій передбачає не тільки збереження здоров'я, а і його покращення, творення – це здоров'яформувальні педагогічні технології.

Науковий світ щодо терміну «здоров'язбережувальні технології» визначає такі основні підходи:

1. Здоров'язбережувальні технології як засіб для збереження й зміцнення, здоров'я, що включає сукупність засобів, методів, завдань для досягнення мети (О. Ващенко, В. Деркунська, Т. Карасьова, Л. Романенко).

2. Здоров'язбережувальні технології як оптимальний спосіб дії, система заходів, модель, яка ґрунтується на певній програмі (Т. Бойченко, О. Дубогай, Е. Мітіна).

3. Здоров'язбережувальні технології як системне й багатовимірне поняття, комплексна система (О. Богиніч, Ж. Петрова, Л. Волошина).

Виховання здорової особистості учня початкової школи значною мірою можливе через кумулятивний ефект від впровадження здоров'язбережувальних і здоров'яформувальних педагогічних технологій [10, с. 49]. Сутність цих технологій постає в комплексній оцінці умов виховання і навчання, які дозволяють зберігати наявний стан учнів, формувати більш високий рівень їхнього здоров'я, навичок здорового способу життя, здійснювати моніторинг показників індивідуального розвитку, прогнозувати можливі зміни здоров'я і проводити відповідні психолого-педагогічні, корегувальні, реабілітаційні заходи з метою забезпечення успішності навчальної діяльності та її мінімальної фізіологічної «вартості», поліпшення якості життя суб'єктів освітнього середовища [3, с. 2].

Спираючись на визначення дефініції «педагогічної технології» (О. Аксьонова, М. Смирнов), поняття «здоров'язбережувальна технологія» визначаємо як валеологічно обґрунтовану систему заходів, спрямовану на створення безпечних та сприятливих умов для повноцінної участі учнів у навчально-виховному процесі, а поняття «здоров'яформувальна технологія» – як валеологічно обґрунтовану систему заходів,

спрямовану на забезпечення валеологічного супроводу індивідуального освітнього маршруту кожного учня. При цьому до основних груп здоров'язбережувальних технологій у початковій школі науковці відносять:

1. Організаційно-педагогічні, які визначають структуру навчального процесу, що сприяє запобіганню перевтоми, гіподинамії та інших дисадаптаційних станів [1; 9].

2. Психолого-педагогічні, пов'язані з безпосередньою роботою вчителів на уроці; сюди також входить і психолого-педагогічний супровід усіх елементів освітнього процесу [2; 12; 16].

3. Навчально-виховні, які включають програму з навчання піклуванню про своє здоров'я та формування культури здоров'я учнів, з мотивації їх до ведення здорового способу життя, з попередження шкідливих звичок і передбачають проведення організаційно-виховної роботи зі школярами після уроків, освіту їхніх батьків [4; 7; 8].

Виходячи з того, що організація впровадження здоров'язбережувальних технологій у початковій школі пов'язана з медичним, соціальним, екологічним напрямками, виділимо такі групи здоров'язбережувальних технологій:

1. Медичні – спрямовані на дотримання належних гігієнічних умов навчання; контроль і допомогу в забезпеченні належних гігієнічних умов, надання консультативної і невідкладної допомоги учасникам освітнього процесу; проведення заходів з санітарно-гігієнічної освіти учнів і педагогічного колективу; спостереження за динамікою здоров'я учнів, організацію профілактичних заходів; створення ароматерапевтичного, фізіотерапевтичного та інших кабінетів, де надається щоденна допомога школярам і педагогам; проведення занять ЛФК; організацію фітотрав'я та ін.

2. Екологічні – спрямовані на виховання у школярів любові до природи, прагнення піклуватися про неї, створення природних, екологічно оптимальних умов для життя та діяльності людей, гармонічних взаємин з природою, залучення учнів до дослідницької діяльності у сфері екології, що сприяє зміцненню духовно-етичного здоров'я учнів. У школі ці технології реалізуються через обладнання пришкольньої території, наявність зелених рослин у класах, організацію діяльності «живого куточка», участь у природоохоронних заходах.

3. Соціальні – спрямовані на формування та зміцнення здоров'я учнів, підвищення ресурсів психологічної адаптації особистості, передбачають проведення різноманітних соціально-психологічних тренінгів, реалізацію програм соціальної і сімейної педагогіки, до участі в яких залучаються не тільки молодші школярі, але й їхні батьки і педагоги.

Передові учителі-практики України, що працюють над проблемою формування здорового способу життя у школярів, комплексно реалізують здоров'язберігаючі технології через відповідні навчально-виховні заходи. Останні включають диспансеризацію учнів; дні здоров'я та туристичні походи; бесіди про здоров'я з учнями і батьками; програму «Здоров'я» (шкільний компонент); ведення листків здоров'я та стіннівок на оздоровчу тематику та ін. [1; 12; 19 та ін.]. при цьому аналіз інноваційної здоров'язберігаючої

діяльності загальноосвітніх закладів України дає можливість дійти висновку щодо складників моделі цієї діяльності. Вона поєднує такі форми і види роботи:

– діагностику і корекцію порушень соматичного здоров'я школярів на основі використання комплексу оздоровчих та медичних заходів без відриву від навчального процесу;

– різноманітні форми організації освітнього процесу з урахуванням його психологічного і фізіологічного впливу на організм учнів;

– розробку та реалізацію навчальних програм формування в учнів молодшого шкільного віку навичок ведення здорового способу життя та профілактики шкідливих звичок;

– організацію та контроль за збереженням збалансованого харчування всіх учнів школи;

– заходи, що сприяють збереженню та зміцненню здоров'я вчителів та учнів, створення умов для їх гармонійного розвитку [3].

Вирішення завдань сприяє широка палітра активних форм роботи з учнями. Так, до уваги школярів запропоновано: години спілкування «Ми за здорові звички», «Зроби до здоров'я крок!»; круглі столи «Профілактика шкідливих звичок», «Мистецтво спілкування»; виховні заходи «Подорож у Країну Здоров'я», «Азбука Здоров'я»; інформаційні хвилинки «Загартування організму – необхідна умова підвищення імунітету», «Поради Королеви безпеки»; диспут «Чи є вибір завжди у кожного із нас?», тренінгові заняття – «Ми за здоровий спосіб життя!», «Хочу! Знаю! Можу!», «Емоційне здоров'я. Уміння керувати собою». Чимало заходів мають валеологічне спрямування – «Не втомлююсь жити», «Піраміда здорового харчування». Традиційним є проведення конкурсів дитячих малюнків («Гігієнічні умови життя»), фотографій («Твоє здоров'я в твоїх руках»). Завдяки загальному зусиллю вчителів, учнів 1-4 класів

і батьків щодо здоров'язбереження, завдяки систематичній, послідовній і творчій роботі з організації фізкультхвилинок, динамічних пауз та ін. здоров'язбережувальними технологіями забезпечується достатній рівень функціональної діяльності всіх органів та систем організму дітей на уроці, їхній загальний бадьорий стан.

Системне застосування означених форм роботи є найпростішими складовими здоров'язбережувальних технологій. Упровадження їх в освітній процес сприяє фізичному, психічному, інтелектуальному зростанню учнів, дає змогу підвищити якість життя і дітей, і їхніх батьків, і педагогів. Вони роблять навчання цікавішим. Це комфортне, розвивальне, оздоровче навчання є універсальним для дітей різного віку та рівнем розвитку. З одного боку, воно активізує центри уваги, пам'яті, мислення, мовлення, а з іншого – гармонізує особистість у цілому. У молодшому шкільному віці – це запорука успішності навчання, міцного здоров'я, орієнтування на здоровий спосіб життя.

**Висновки і пропозиції.** Таким чином, здоров'язбережувальні технології є організованою системою оздоровчих заходів, що спрямовані на створення безпечних та сприятливих умов для повноцінної участі учнів початкових класів у освітньому процесі. Здоров'язбережувальні технології є єдиною системою організаційних форм навчання, головною метою яких є збереження та зміцнення здоров'я особистості дитини. Вони мають на меті цілеспрямовану взаємодію вчителя та учнів, послідовну систему активних дій усіх учасників освітнього процесу, спрямованого на створення здоров'язбережувального середовища, що сприяє формуванню таких життєвих навичок, які спрямовані на збереження, зміцнення та відтворення здоров'я, утвердження здорового способу життя, розвиток духовно, психічно, фізично та соціально здорової особистості дитини.

## Список літератури:

1. Аксьонова О.П. Визначення здоров'язберігаючих і здоров'яформуючих педагогічних технологій у моделі школи сприяння здоров'ю. *Сучасні проблеми науки та освіти* : Матеріали Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції. Харків : ХНУ ім. В.Н. Карабіна, 2007. С. 251–254.
2. Безруких М.М. Здоров'єберегаюча школа. Москва : МПСИ, 2004. 240 с.
3. Ващенко О., Свириденко С. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі. *Здоров'я та фізична культура*. 2006. № 8. С. 1–6.
4. Дубогай О.Д. Навчання в русі : здоров'язберігаючі педагогічні технології в початковій школі. Київ : Шкільний світ, 2005. 112 с.
5. Казаковцева Т.С., Косолапова Т.Л. К вопросу здоровотворческой деятельности в образовательных учреждениях. *Начальная школа*. 2016. № 4. С. 68–74.
6. Кириленко С.В. Развитие педагогических технологий формирования культуры здоровья. *Рідна школа*. 2013. № 11. С. 50–55.
7. Ковалько В.И. Здоров'єберегающие технологии в начальной школе. 1–4 классы. Москва : ВАКО, 2004. 296 с.
8. Лозинський В. Техніки збереження здоров'я. Київ : Главник, 2008. 160 с.
9. Малашенко М.П. Педагогика здоровья в начальной школе. Харків : Ранок, 2008. 192 с.
10. Мешко Г.М. Підготовка майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я : монографія. Тернопіль : ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2012. 468 с.
11. Митина Е.П. Здоров'єберегающие технологии сегодня и завтра. *Начальная школа*. 2011. № 6. С. 56–59.
12. Навчаємо здоров'ю – працюємо на майбутнє : методичний посібник для педагогів-практиків / О.П. Аксьонова, Т.М. Бабко, Л.С. Забудько, Ю.В. Півненко. Запоріжжя : Диво, 2012. 234 с.
13. Науменко Ю. В. Здоров'єберегающая деятельность школы. *Педагогика*. 2015. № 6. С. 37–44.
14. Омельченко Л.П., Омельченко О.В. Здоров'ятворча педагогіка. Харків : Вид. група «Основа», 2008. 205 с.
15. Оржеховська В.М., Єжова О.О. Методологічні засади діяльності освітнього закладу, спрямованої на здоров'я. *Педагогіка і психологія*. 2018. № 4. С. 5–17.
16. Півненко Ю.В. Психолого-педагогічні умови впровадження здоров'язберігаючих технологій в освітній процес початкової школи. *Теорія та методика фізичного виховання*. 2017. № 5. С. 31–34.
17. Селевко Г.К. Традиционная педагогическая технология и ее гуманистическая модернизация. Москва : НИИ школьных технологий, 2005. 144 с.

18. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. Москва : АРКТИ, 2015. 320 с.
19. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей : учеб. пособ. / под ред. Н.В. Сократова. Москва : Сфера, 2018. 224 с.
20. Соловьева Н.И. Концепция здоровьесберегающей технологии в образовании и основные организационно-методические подходы ее реализации. *ЭКО*. 2012. № 17. С. 23–28.

## References:

1. Aksonova, O.P. (2007). Vyznachennia zdoroviazberihaiuchykh i zdoroviaformuiuchykh pedahohichnykh tekhnolohii u modeli shkoly spriannia zdoroviu [Identifying health-saving and health-educating pedagogical technologies in the School of Health model]. *Suchasni problemy nauky ta osvity: Materialy Mizhnarodnoi mizhdystsyplinarnoi naukovy-praktychnoi konferentsii*. Kharkiv: KhNU im. V.N. Karabina, pp. 251–254.
2. Bezrukih, M.M. (2004) *Zdorovesbergayushaya shkola* [Health-saving school]. Moskva: MPSI, 240 p.
3. Vashchenko, O., & Svyrydenko, S. (2006). Hotovnist vchytelia do vykorystannia zdoroviazberihaiuchykh tekhnolohii u navchalno-vykhovnomu protsesi [Teacher's readiness to use health-saving technologies in the educational process]. *Zdorovia ta fizychna kultura*, vol. 8, pp. 1–6.
4. Dubohai, O.D. (2005). Navchannia v rusi : zdoroviazberihaiuchi pedahohichni tekhnolohii v pochatkovii shkoli [Learning on the move: health-saving pedagogical technologies in elementary school]. Kyiv: Shkilnyi svit, 112 p.
5. Kazakovceva, T.S., & Kosolapova, T.L. (2016). K voprosu zdavotvorcheskoj deyatelnosti v obrazovatelnyh uchrezhdeniyah [On the issue of health activities in educational institutions]. *Nachalnaya shkola*, vol. 4, pp. 68–74.
6. Kyrylenko, S.V. (2013). Rozvytok pedahohichnykh tekhnolohii formuvannia kultury zdorovia [Development of pedagogical technologies of formation of health culture]. *Ridna shkola*, vol. 11, pp. 50–55.
7. Kovalko, V.I. (2004). *Zdorovesbergayushie tehnologii v nachalnoj shkole. 1-4 klasy* [Health-saving technologies in elementary school. Grades 1–4]. Moskva: VAKO, 296 p.
8. Lozynskiy, V. (2008). *Tekhniki zberezhenia zdorovia* [Health care techniques]. Kyiv: Hlavnyk, 160 p.
9. Malashenko, M.P. (2008). *Pedagogika zdorovya v nachalnoj shkole* [Pedagogy of health in elementary school]. Kharkiv: Ranok, 192 p.
10. Meshko, H.M. (2012). *Pidhotovka maibutnykh uchyteliv do zberezhenia i zmitsnennia profesiinoho zdorovia : monohrafiia* [Preparing future teachers for preservation and promotion of occupational health: a monograph]. Ternopil: TNPU im. V. Hnatiuka, 468 p.
11. Mitina, E.P. (2011). *Zdorovesbergayushie tehnologii segodnya i zavtra* [Health-saving technologies today and tomorrow]. *Nachalnaya shkola*, vol. 6, pp. 56–59.
12. *Navchajemo zdoroviu – pratsuiemo na maibutnie : metodychni posibnyk dlia pedahohiv-praktykiv* (2012). [We teach health – we work for the future: a methodological guide for practitioners] / O.P. Aksonova, T.M. Babko, L.S. Zabudko, Yu.V. Pivnenko. Zaporizhzhia: Dyvo, 234 p.
13. Naumenko, Yu.V. (2015). *Zdorovesbergayushaya deyatelnost shkoly* [Health-saving activities of the school]. *Pedagogika*, vol. 6, pp. 37–44.
14. Omelchenko, L.P., & Omelchenko, O.V. (2008). *Zdoroviatvorcha pedahohika* [Healthy pedagogy]. Kharkiv: Vyd. hrupa «Osnova», 205 p.
15. Orzhekhovska, V.M., & Yezhova, O.O. (2018). *Metodolohichni zasady diialnosti osvitnoho zakladu, spriamovanoi na zdorovia* [Methodological foundations of the activity of an educational institution aimed at health]. *Pedahohika i psykholohiia*, vol. 4, pp. 5–17.
16. Pivnenko, Yu.V. (2017). *Psykholoho-pedahohichni umovy vprovadzhenia zdorovia-zberihaiuchykh tekhnolohii v osvitnii protses pochatkovoi shkoly* [Psychological-pedagogical conditions of introduction of health-saving technologies in the educational process of elementary school]. *Teorii ta metodyka fizychnoho vykhovannia*, vol. 5, pp. 31–34.
17. Selevko, G.K. (2005). *Tradicionnaya pedagogicheskaya tehnologiya i ee gumanisticheskaya modernizaciya* [Traditional pedagogical technology and its humanistic modernization]. Moskva: NII shkolnyh tehnologij, 144 p.
18. Smirnov, N.K. (2015). *Zdorovesbergayushie obrazovatelnye tehnologii i psihologiya zdorovya v shkole* [Health-saving educational technologies and the psychology of health at school]. Moskva: ARKTI, 320 p.
19. *Sovremennye tehnologii sohraneniya i ukrepleniya zdorovya detej : ucheb. posob.* (2018) [Modern technologies for preserving and strengthening children's health : textbook. benefits] / pod red. N.V. Sokratova. Moskva: Sfera, 224 p.
20. Soloveva, N.I. (2012). *Koncepciya zdorovesbergayushej tehnologii v obrazovanii i osnovnye organizacionno-metodicheskie podhody ee realizacii* [The concept of health-saving technology in education and the main organizational and methodological approaches to its implementation]. *EKO*, vol. 17, pp. 23–28.