**Методичні рекомендації**

педагогічним працівникам закладів загальної середньої освіти на тему:

«Реалізація технології «Навчання у русі» як інновації у формуванні здоров’язбережувальної компетентності здобувачів освіти».

*Щасливе дитинство – це здоров’я у дружбі з руховою активністю, фізичною культурою і спортом, це пізнання навколишнього світу, це утвердження особистого «Я».*

Олександра Дубогай

Здоров’я – це гармонійна єдність фізичного, психічного та соціального благополуччя людини. Його відтворення можливе лише за умови цілеспрямованих об’єднаних зусиль медицини, освіти, кожного учня та його сім’ї. Для сучасної освіти однією з найактуальніших і гострих проблем постає збереження й зміцнення здоров’я учнів та формування в них позитивної мотивації до здорового способу життя. З огляду на це, реформування сучасної системи освіти в Україні зорієнтоване на розвиток фізично, соціально, психічно та духовно здорової особистості. Відповідно, щоб досягнути цієї мети необхідно сформувати умови, які сприятимуть оздоровчій руховій активності та здоровому способу життя дітей і молоді як найвищої соціальної цінності нашого суспільства.

Нормативно-правове забезпечення організації інноваційного мотивуючого здоров’язбережувального освітнього середовища складають:

• Закони України «Про освіту», «Про загальну середню освіту», «Про інноваційну діяльність»;

• Укази Президента України № 347/2002 від 17.04.2002 р. «Про національну доктрину розвитку освіти»; № 42/2016 від 09.02.2016 р. «Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація»;

• Наказ Міністерства освіти і науки України від 02.11.2016 р. № 1312 «Про проведення дослідно-експериментальної роботи на базі загальноосвітніх навчальних закладів Вінницької, Волинської, Сумської, Тернопільської, Харківської, Хмельницької областей та міста Києва»;

• Положення про експериментальний загальноосвітній навчальний заклад, затверджене наказом Міністерства освіти і науки України від 20.02.2002 р. № 114, зареєстроване у Міністерстві юстиції України 13.05.2002 р. за № 428/6716 (у редакції наказу Міністерства освіти і науки України від 23.11.2009 р. № 1054);

• Положення про порядок здійснення інноваційної освітньої діяльності, затверджене наказом Міністерства освіти і науки України від 07.11.2000 р. № 522, зареєстроване в Міністерстві юстиції України 26 грудня 2000 р. за № 946/5167 із внесеними змінами наказом Міністерства освіти і науки України від 11.07.2017 р. № 994;

• Лист Міністерства освіти і науки України від 02.08.2017 р. № 1/9-424 «Про організацію інноваційної діяльності та дослідно-експериментальної роботи у навчальних закладах України»;

• Програма дослідно-експериментальної роботи за темою «Здоров’язбережувальна технологія «Навчання у русі» в системі оздоровчо-виховної роботи загальноосвітніх навчальних закладів» на базі загальноосвітніх навчальних закладів Вінницької, Волинської, Сумської, Тернопільської, Харківської, Хмельницької областей та м. Києва на 2016-2020 роки (витяг із протоколу № 40 засідання комісії з питань інноваційної діяльності та дослідно-експериментальної роботи з проблем виховання, розвитку дітей та учнівської молоді у загальноосвітніх навчальних закладах Науково-методичної ради з питань освіти Міністерства освіти і науки України від 07.11.2017 р.).

Саме тому в освітній процес з 2016 року впроваджується дослідно-експериментальна робота за темою «Здоров’язбережувальна технологія «Навчання у русі» в системі оздоровчо-виховної роботи загальноосвітніх навчальних закладів».

 Її автор, Олександра Дмитрівна Дубогай, доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри фізичного виховання та здоров’я факультету фізичного виховання і спорту Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова, розробила інноваційну здоров’язбережувальну систему навчання і виховання школярів, що ґрунтується на гармонійній взаємодії «сім’я – школа» для інтелектуального, особистісного і фізичного розвитку, а також формування позитивного психоемоційного стану учнів 6 – 12 років. Зміст та особливості покрокової реалізації дослідно-експериментальної роботи у закладах освіти авторка детально розкрила у своїх науково-методичних працях, однією з яких є «Щоденник розвитку та здоров’я школярів 6 – 12 років». Він створений на основі міждисциплінарного аналізу психолого-педагогічних розробок щодо проблеми підвищення ефективності освітнього процесу відповідно до сучасних вимог збереження здоров’я дітей та молоді засобами фізичної культури, сприяючи розширенню обсягів рухової активності як ефективної основи здоров’язбережувального середовища в закладах освіти.

Цей практико-орієнтований посібник можна назвати своєрідною «міні енциклопедією» в таблицях та ілюстраціях, що розкриває систематизований комплекс здоров’язбережувальних технологій щодо профілактики та корекції функціональних розладів та порушень постави, вад гармонійності тілобудови, підвищення стійкості до застудних захворювань, розвитку дихальної, серцево-судинної, опорно-рухової систем та загартування організму. Він дає змогу здобувачам освіти, їх батькам, медичним та педагогічним працівникам шляхом оцінювальної, порівняльної та моніторингової методик систематично визначати рівень гармонійності фізичного розвитку й тілобудови, стан постави та прояви її порушень, можливості кардіо-респіраторної системи та окремих рухових здібностей, інтенсивність навантажень та рівень рухової активності, психоемоційний та функціональний ступені адаптованості до статичного компоненту навчального процесу, такого як довготривале сидіння за партою, столом тощо, рівень рухової підготовленості до провідної для кожного школяра навчальної діяльності. Також результати моніторингових вимірювань психофізичного стану учнів можуть сприяти активізації та гармонізації резервних можливостей їх організму шляхом посилення впливу оздоровчо-рухового й, при необхідності, медичного забезпечення на оптимізацію та покращення особистісного розвитку і здоров’я здобувачів освіти.

Методика використання «Щоденника розвитку та здоров’я школярів 6 – 12 років» базується на трьох етапах упровадження в систему «сім’я – школа», а саме:

• діагностично-констатуючому,

• діяльнісно-функціональному,

• рухово-корекційному.

Кожен з етапів об’єднує у собі відповідні завдання, напрямки та методи, щодо розширення обсягів рухової активності учнів; ефективної інтеграції її в освітній процес; розвитку розумових здібностей не окремо, а лише у тісному зв’язку з руховою діяльністю; оволодіння знаннями, вміннями та навичками здорового способу життя; використання занять фізичними вправами та спортом як цілісної оздоровчо-комплексної системи відповідно до змін показників росту і розвитку організму впродовж кожного навчального семестру.

Моніторинговий контроль, що лежить в основі здоров’язбережувальної технології «Навчання у русі», – це технологізована система заходів, які проводять батьки в домашніх умовах та медичні працівники в освітніх закладах з метою  забезпечення неперервності науково обґрунтованого спостереження за розвитком кожного дитячого організму шляхом збирання результатів вимірювань антропометричних показників фізичного розвитку; формування постави, серцево-судинної та дихальної систем; тестів-вправ фізичної підготовленості тощо в динаміці впродовж навчального року. Результати обстежень необхідно письмово нотувати у «Щоденнику розвитку та здоров’я школярів 6 – 12 років» для подальшої обробки, систематизації, аналізу та збереження за допомогою комп’ютерних програм, які забезпечують цілісну систему оцінювання стану здоров’я, що дозволяє педагогічному колективу впроваджувати нові стратегії навчання з урахуванням особливостей індивідуального фізичного та психоемоційного розвитку кожного учня.

Для успішної реалізації дослідно-експериментальної роботи «Навчання у русі» в освітніх закладах необхідно:

• провести діагностику, аналіз та самоаналіз рівня психофізичної та рухової готовності учнів до навчання у відповідних класах;

• розробити здоров’язбережувальну систему навчання і виховання в освітньому закладі;

• організувати особливий режим рухової життєдіяльності школярів як впродовж навчальних занять, так і в позаурочний час;

• упровадити індивідуальні рухові та психофізичні корекційні оздоровчо-виховні програми;

• інтегрувати принцип «батьки – вчителі – партнери» відповідно до тестових критеріїв «Щоденника розвитку та здоров’я учнів 6 – 12 років»;

• систематично здійснювати моделювання виховних ситуацій, запропонованих у «Щоденнику розвитку та здоров’я учнів 6 – 12 років» з метою мотивації відповідального ставлення до власного здоров’я і розвитку механізмів самореалізації, самозахисту, самовдосконалення.

Розроблену О. Д. Дубогай здоров’язбережувальну освітньо-виховну систему кожен освітній заклад може адаптувати до власних особливостей, потреб і пріоритетів, додержуючись таких науково-педагогічних принципів:

• науковості та доступності знань, тобто поєднання науковихвідомостей про здоров’я із практичним досвідом їх застосування, враховуючи особливості різних вікових та психофізіологічних категорій учнів;

• системності та наскрізності, що полягає у забезпеченні цілісного та інтегрованогопедагогічного процесу збереження і зміцнення здоров’я дітей;

• технологізації, який ґрунтується на обізнаності педагогів у сферіздоров’язбережувальних технологій та досвіду їх упровадження;

• природовідповідності, тобто необхідності врахування вікових та психофізіологічних особливостей школярів;

• діалогізації, що полягає у формуванні вмінь та навичок гармонійної взаємодії як з однолітками, так і зізначущими дорослими: батьками, педагогами тощо.

Основу здоров’язбережувальної дидактичної моделі освітнього процесу за технологією «Навчання у русі» становлять комплекси прийомів, методів та форм рухової активності для здобувачів освіти різного віку. У ній передбачено систематичну зміну пізнавальної діяльності школярів шляхом чергування інтелектуального, емоційного й рухового її видів для індивідуальної, парної та групової форм роботи, що стимулює мислення дітей, активізує їх рухову активність, запобігає виникненню розумової втоми, розвиває відповідальність, уміння поважати думку інших за рахунок створення відповідних ігрових ситуацій, нестандартних інтегрованих уроків тощо.

У процесі роботи над створенням інноваційного мотивуючого здоров’язбережувального освітнього середовища в закладах загальної середньої освіти для впровадження дослідно-експериментальної роботи за темою «Здоров’язбережувальна технологія «Навчання у русі» в системі оздоровчо-виховної роботи загальноосвітніх навчальних закладів» рекомендуємо опрацювати такі науково-методичні джерела:

1.Дубогай О. Д. Навчання в русі. Здоров’язбережувальні педагогічні технології для дошкільнят та учнів: навч. посіб. [для студентів вищ. навч. закл., вихователів дошкіл. навч. закл., учителів фіз. культури, методистів, батьків] / О. Д. Дубогай, А. В. Цьось. − Луцьк : Вежа-Друк, 2017. − 324 с.

2. Заявка на проведення дослідно-експериментальної роботи за темою «Здоров’язбережувальна технологія «Навчання у русі» в системі оздоровчо-виховної роботи загальноосвітніх навчальних закладів» на базі загальноосвітніх навчальних закладів Вінницької, Волинської, Сумської, Тернопільської, Харківської, Хмельницької областей та м. Києва» на 2016 – 2020 роки, затверджена Наказом Міністерства освіти і науки України від 02.11.2016 р.  № 1312 «Про проведення дослідно-експериментальної роботи на базі загальноосвітніх навчальних закладів Вінницької, Волинської, Сумської, Тернопільської, Харківської, Хмельницької областей та міста Києва»[Електронний ресурс]. –  2016. – Режим доступу:

<http://mykidexpert.com/lowframework/order_navvrusi.pdf>.

3. Програма дослідно-експериментальної роботи за темою «Здоров’язбережувальна технологія «Навчання у русі» в системі оздоровчо-виховної роботи загальноосвітніх навчальних закладів» на базі загальноосвітніх навчальних закладів Вінницької, Волинської, Сумської, Тернопільської, Харківської, Хмельницької областей та м. Києва на 2016 – 2020 роки,  затверджена Наказом Міністерства освіти і науки України від 02.11.2016 р.  № 1312 «Про проведення дослідно-експериментальної роботи на базі загальноосвітніх навчальних закладів Вінницької, Волинської, Сумської, Тернопільської, Харківської, Хмельницької областей та міста Києва» [Електронний ресурс]. –  2016. – Режим доступу:

<http://mykidexpert.com/lowframework/program.pdf>.

4. Указ Президента України від 09.02.2016 р. № 42/2016 «Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» [Електронний ресурс]. –  2016. – Режим доступу:

<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016>.

5. Указ Президента України від 25.05.2020 р. № 195/2020 «Про Національну стратегію розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі» [Електронний ресурс]. –  2020. – Режим доступу: <https://www.president.gov.ua/documents/1952020-33789>.