

УДК 371.132:37.03

Муромець Вікторія Григорівна

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії та історії педагогіки
Київський університет імені Бориса Грінченка, м. Київ
v.muromets@kubg.edu.ua

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ ЗАСОБАМИ ІНТЕРАКТИВНИХ ТЕХНОЛОГІЙ: ПРАКТИЧНИЙ АСПЕКТ

Анотація. Статтю присвячено висвітленню понять «здоров'язбережувальна компетентність», «здоровий спосіб життя», «ціннісне ставлення до здоров'я», «інтерактивні технології», «тренінг», «метод проектів». Презентовано тренінгову програму для майбутніх педагогів гуманітарного профілю «Формуємо здоров'язбережувальну компетентність учнів засобами естетотерапії»; подано структуру тренінгової програми, план, очікувані результати.

Ключові слова: здоров'язбережувальна компетентність; майбутні педагоги; інтерактивні технології; тренінгова програма.

Актуальність теми дослідження. Інтеграційні процеси, які відбуваються в університетській освіті, потребують визначення пріоритетів формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців. Проблемі здоров'я молоді на педагогічному рівні у вищій школі приділяється сьогодні значна увага: реалізуються різноманітні програми і проекти, розробляються підручники, методичні рекомендації, навчально-методичні й методичні посібники. Все це вимагає розробку і використання нових освітніх технологій, спрямованих на ціннісне ставлення особистості до власного здоров'я, позитивне самосприйняття та самоствавлення.

Зауважимо, що на пріоритетності проблеми здоров'язбереження наголошується у Національній стратегії розвитку освіти України на 2012-2021 роки, Постанові Кабінету Міністрів України «Про затвердження Міжгалузевої комплексної програми «Здоров'я нації». На актуальності такої діяльності в країнах Європейського Союзу наголошуються у низці нормативно-правових документах щодо сприяння здорового способу життя: «Оттавська хартія за здоровий спосіб

життя» (1986), Джакартська декларація з питань пропаганди здорового способу життя (1997) та ін.

Метою статті є теоретичний та практичний розгляд проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх педагогів засобами інтерактивних технологій.

Виклад основного матеріалу. У сучасній науці теоретико-методологічні засади, психолого-педагогічні аспекти питань здоров'я й здоров'язбереження молоді та умови їх оптимізації сформульовано в працях В. Бобрицької, Д. Вороніна, В. Глухова, Д. Давиденка, О. Єжової, Ю. Дем'яненка, С. Омельченко, В. Оржеховської, Т. Федорченко та ін.

Психолого-педагогічні дослідження щодо формування культури здоров'я особистості, її здоров'язбережувальної компетентності здійснили М. Безруких, В. Безрукова, Н. Бібик, Т. Бойченко, Є. Вайнер, В. Горашук, О. Дубогай, Г. Зайцев, О. Іонова, С. Кириленко, С. Кондратюк, О. Омельченко, С. Омельченко, О. Савченко, Г. Серіков, В. Оржеховська, Т. Федорченко.

Феномен здоров'я був предметом дослідження багатьох науковців і розглядався в кількох аспектах: філософському, медико-біологічному та соціально-педагогічному; його сутність вивчали М. Амосов, Е. Вайнер, В. Войтенко, І. Мурахов, Г. Нікіфоров, Ю. Лісичин, В. Петленко та ін. Здійснені дослідження засвідчують, що категорія «здоров'я» визначається дослідниками як інтегративна якість повноцінного гармонійного людського буття в усіх його вимірах та аспектах.

Дисертаційні дослідження В. Бабича, В. Бобрицької, В. Горашука, О. Єжової, Г. Капранової, Г. Кривошеєвої, С. Лебедченко, С. Кириленко, М. Мариніної, Л. Овчинникової, В. Оржеховської, Т. Федорченко стосуються формування культури здоров'я підростаючого покоління, в т. ч. у школярів, створення умов для розкриття творчого потенціалу соціально і біологічно здорової особистості як у сім'ї, так і в системі безперервного виховання і навчання.

Визначення шляхів формування культури здоров'я школярів та студентів, виходячи з інтеграції навчальних дисциплін: філософії, педагогіки, біології, медицини, фізичної культури, валеології здійснювалось В. Бабичем, В. Горашуком,

Г. Кривошеєвою, В. Скумінім, Л. Татарніковою. На їхню думку, розвиваюче і виховуюче навчання орієнтоване на саморозвиток, самооздоровлення молоді на базі глибокого самопізнання й адекватної самооцінки власного здоров'я.

На переконання В. Оржеховської, педагог, який працює на засадах педагогіки здорового способу життя (за індивідуальними здібностями та якостями, що визначають його можливості та вміння самостійно шукати, збирати, аналізувати, представляти, передавати інформацію про здоров'я, здоровий спосіб життя; моделювати та проектувати об'єкти та процеси, в тому числі – власну індивідуальну діяльність; здійснювати превентивну роботу; приймати правильні рішення, творчо та ефективно розв'язувати завдання, які виникають перед ним у процесі діяльності; запроваджувати у своїй повсякденній і професійній діяльності сучасні здоров'язбережувальні технології [3].

Як свідчать дослідження Т.Федорченко [7] здоров'язбережувальна компетентність передбачає збереження власного фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я і здоров'я свого оточення. Вона включає: життєві навички, що сприяють фізичному здоров'ю (раціональне харчування, рухова активність, санітарно-гігієнічний режим праці та відпочинку); навички, що сприяють соціальному здоров'ю (ефективне спілкування, співчуття, розв'язання конфліктів, поведінка в умовах тиску, погроз, дискримінації, спільна діяльність та співробітництво); навички, що сприяють духовному та психічному здоров'ю (самоусвідомлення та самооцінка, аналіз проблем і прийняття рішень, визначення життєвих цілей та програм, самоконтроль, мотивація успіху та тренування волі).

Дещо суголосними є твердження І. Єрмакова, що здоров'язбережувальна компетентність учителя, або валеологічна, забезпечує організацію здорового способу власного життя у фізичній, соціальній, психічній та духовній сферах, організацію власної праці й впровадження, реалізацію здоров'язбережувальної функції розвитку учнів, тобто належних умов для нормальної життєдіяльності школярів, оптимального функціонування фізіологічних процесів оволодіння вміннями та навичками турботи про своє здоров'я, а саме: належний повітряний і тепловий режим, достатнє освітлення, зміну різних видів навчальної діяльності,

відповідність меблів індивідуальним особливостям учнів, відповідність обсягу змісту відведеному часу на вивчення предмету, часове співвідношення виконання класних і домашніх робіт) [2, 166].

Відтак, стає пріоритетним соціальне замовлення на педагога, який володіє здоров'язбережувальними технологіями навчання і виховання, здатний організувати здоров'язбережувальний освітній процес та розвивати здоров'язбережувальну компетентність учнів.

На основі сучасних міждисциплінарних досліджень, що трактують здоровий спосіб життя як форми повсякденного життя, які відповідають гігієнічним правилам, розвивають адаптивні можливості організму, сприяють успішному відновленню, підтримці і розвитку його резервних можливостей, повноцінному використанню соціально психологічних функцій, В. Оржеховська робить висновок, що здоровий спосіб життя – життєдіяльність, спрямована на збереження та покращення здоров'я людей [3].

До складових здорового способу життя, на переконання Н. Башавець, включаємо всі види діяльності, що сприяють збереженню та зміцненню здоров'я: фізичний розвиток та загартування організму (високий рівень фізичного розвитку зменшує ризик виникнення хвороб). Рухова активність, заняття фізичними вправами та загартування молодого організму водою, сонцем, повітрям позитивно впливає на підвищення імунітету. Валеологічно обґрунтований режим дня сприяє формуванню навичок здорового способу життя підлітків, а раціональне поєднання праці й відпочинку, передбачене режимом дня, запобігає фізичному перевантаженню [1].

На основі проведеного аналізу ми визначаємо зміст поняття «здоровий спосіб життя» як раціональну організацію життєдіяльності, метою якої є формування, збереження і зміцнення здоров'я. До його основних складових ми відносимо: рівень культури суспільства і особи, місце здоров'я серед потреб людини, мотивацію збереження і зміцнення здоров'я, навчання засобів збереження і зміцнення здоров'я.

Навчальна й виховна система з формування у студентів здоров'язбережувальної компетентності за Н. Поліщук включає наступні взаємопов'язані структурно-функціональні елементи: цілі освітньої системи,

професорсько-викладацький склад, інформаційна забезпеченість навчання, засоби педагогічної комунікації, контингент студентів, оцінювальний компонент [4, 32].

На наше переконання, надання цим структурним елементам здоров'язбережувальних функцій у результаті окреслює основні шляхи реалізації здоров'язбережувального виховання майбутніх педагогів як складової професійної підготовки.

Початковим етапом упровадження здоров'язбережувального виховання є розробка програми виховання здорового способу життя. Ефективне функціонування всіх елементів педагогічної системи можливе за наявності здоров'язбережувального освітнього простору, який формується у здоров'язбережувальному середовищі вищого навчального закладу (ВНЗ).

Як свідчать дослідження Н. Башавець, здоров'язбережувальне середовище ВНЗ охоплює комплекс взаємопов'язаних санітарно-гігієнічних, медико-соціальних, психолого-педагогічних умов, що сприяють формуванню здорового способу життя, збереженню здоров'я студентів і викладачів під час навчально-виховного процесу [8].

Зокрема, забезпечення здоров'язбережувального середовища для студентів з метою подальшого формування у них здоров'язбережувальної компетентності передбачає вирішення таких основних завдань: упровадження здоров'язбережувальних технологій в освітній процес; раціональна організація освітнього процесу; гігієнічний контроль інноваційних методів і засобів навчання та виховання.

Здоров'язбережувальне виховання в умовах університетської освіти повинне здійснюватися на всіх рівнях від ректора до студента. Суб'єктами управління цього процесу будуть виступати: ректор (ціннісно-методологічний рівень); проректор, декан (організаційно-педагогічний); завідувач кафедри, професор (технологічний); доцент (методичний); викладач, куратор (психолого-педагогічний); студент (рефлексивний).

Для ефективного формування у студентів здоров'язбережувальних знань, умінь та навичок необхідно скласти комплекс зовнішніх і внутрішніх умов, що

сприяють стимулюванню даної роботи й виводять її з рангу другорядної в освітніх установах. Особливістю формування здоров'язберезувальних компетенцій є пріоритет виховної складової і наявність здоров'язберезувального освітнього середовища [4]. Ефективність роботи щодо виховання здорового способу життя студентів залежить як від пріоритетів вишівської освіти, загальної ідеології навчального закладу, так і від індивідуальних зусиль кожного з учасників освітнього процесу.

Зазначимо, що перехід від індустріального до насиченого інформаційно-технологічного простору відкриває нові орієнтири у соціокультурному житті суспільства, що якісно змінює освітні потреби щодо підготовки та подальшої професійної діяльності сучасного педагога.

Наразі стає актуальним питання щодо формування здоров'язберезувальної компетентності майбутніх педагогів шляхом залучення до освітнього процесу різних видів художньо-творчої діяльності у формі естетотерапевтичних засобів, які є складовими компонентами сучасних інтерактивних технологій.

У цьому контексті заслуговує на увагу *тренінгова програма для майбутніх педагогів гуманітарного профілю «Формуємо здоров'язберезувальну компетентність учнів засобами естетотерапії»*. Розкриємо її більш детально. Зазначена програма складається зі вступу, плану навчального процесу, тематичного плану тренінгової програми.

На наше переконання, важливою складовою суспільного розвитку, умовою та основою стабільності соціуму є фізичне та психологічне здоров'я населення. У цьому контексті важливу роль відіграє вплив різних видів мистецтва на емоційно-чуттєву сферу особистості з метою створення для неї психологічного комфорту та розкриття творчого потенціалу. Саме такий вплив мають такі інтерактивні технології, як тренінгові програми з елементами естетотерапії.

На думку О. Федій, саме естетотерапія, що визначається як системою інтегративної терапії, яка передбачає лікування кольором, рухом, драмою, малюнком, звуком тощо й несе в собі інструменти збереження цілісності людської особистості, її духовного ядра. Не маючи протипоказань, естетотерапія може бути

використана не лише у психотерапії, а й у педагогічній діяльності та соціальній роботі [6].

У науково-педагогічному розумінні естетотерапія розглядається як метод розвитку та зміни особистості, групи чи колективу за допомогою різних видів і форм мистецтва та творчості. Види естетотерапії, представлені у психології та медицині, відповідають існуючим видам мистецтв. Виділяють ізотерапію, музикотерапію, танцювальну терапію, драмотерапію, казкотерапію, бібліотерапію, маскотерапію, етнотерапію, ігротерапію, кольоротерапію, фототерапію, куклотерапію, ароматерапію, глінотерапію, робота з піском та глиною, гримотерапія, кольоротерапія, кінотерапія, робота з метафоричними асоціативними зображеннями, ландшафтна терапія, пластікодрама, мандалотерапія тощо. Крім того, кожен із цих видів має безліч естетотерапевтичних технік, які застосовуються для вирішення внутрішніх і міжособистісних конфліктів, кризових ситуацій, вікових криз, травм, невротичних і психосоматичних розладів тощо.

*План тренінгової програми
для майбутніх педагогів гуманітарного профілю
«Формуємо здоров'язбережувальну компетентність учнів засобами
естетотерапії»*

№ з/п	Назва тренінгового блоку	Види навчальної роботи		Загальний обсяг годин	Загальна кількість годин на тиждень
		лекції	практичні		
1.	Ізотерапія	4	16	20	
2.	Пісочна терапія	4	16	20	
3.	Фототерапія	4	16	20	
4.	Лялькотерапія	4	16	20	
5.	Метафоричні асоціативні зображення та проєктивні карти	4	16	20	
6.	Казкотерапія	4	16	20	
7.	Кінотерапія, бібліотерапія	4	16	20	
8.	Підсумкове залікове заняття	-	-	4	
Загальна кількість годин		32	112	144	4

Висновок. Таким чином, у результаті вирішення проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх педагогів гуманітарного профілю особливе місце та відповідальність в оздоровчій діяльності належить освітній

системі університетської освіти, яка має усі можливості для того, щоб зробити цей процес здоров'язбережувальним. Відтак, з позицій сьогодення інтерактивні освітні технології, зокрема, оволодіння майбутніми педагогами гуманітарного профілю естетотерапевтичними тренінговими технологіями сприяють підвищенню якості педагогічного процесу з урахуванням потреб превентивного виховного середовища в умовах університетської освіти.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Башавец Н. А. Концептуальные позиции здоровьесберегающего образовательного пространства [Электронный ресурс] / Н. А. Башавец. – Режим доступа : <http://www.ukrdeti.com/firstforum/r6.html>
2. Життєва компетентність особистості: від теорії до практики: Науково-методичний посібник / За ред. І. Г. Єрмакова. – Запоріжжя: ЦентрІон, 2005. – С. 166.
3. Лях Т. Л. Використання інтерактивних методів у програмах з формування здорового способу життя / Т. Л. Лях // Основи громадського здоров'я: теорія і практика : навч.-метод. посіб. / [Т. П. Авельцева, Т. П. Басюк, О. В. Безпалько та ін.] ; за заг. ред. О. В. Безпалько. – Ужгород : ВАТ «Патент», 2008. – С. 152–216.
4. Оржеховська В. Педагогіка здорового способу життя / В. Оржеховська // Шлях освіти. – 2004. – № 7. – С. 11–12.
5. Поліщук Н. М. Здоров'язберігаюча компетентність особистості: сутність, структура / Н. М. Поліщук // Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми : зб. наук. праць. – Київ–Вінниця, 2012. – Вип. 33. – С. 32–36.
6. Федій О. А. Підготовка педагогів до використання засобів естетотерапії: теорія і практика : [монографія] / Ольга Андріївна Федій. – Полтава: ПНПУ, 2009. – 404 с. – (авт. – 27, 3 др. арк.).
7. Федорченко Т. Є. Соціально-педагогічні засади профілактики девіантної поведінки школярів в умовах соціокультурного середовища [Текст] : монографія / Т. Є. Федорченко ; Ін-т пробл. виховання Акад. пед. наук України,. - Черкаси : Чабаненко, 2009. - 357 с.

Рецензент

Тернопільська В.І.- д. пед. н., проф.

Стаття надійшла до редакції 30.04.2015 р.

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЯСБЕРЕГАЮЩЕЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ СРЕДСТВАМИ ИНТЕРАКТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ: ПРАКТИЧЕСКИЙ АСПЕКТ

Муромец Виктория Григорьевна

кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и истории педагогики
Киевского университета имени Бориса Гринченка, г. Киев

v.muromets@kubg.edu.ua

Аннотация. Статья посвящена освещению понятий «здоровьесберегающая компетентность», «здоровый образ жизни», «ценностное отношение к здоровью», «интерактивные технологии», «тренинг», «метод проектов». Представлена тренинговая программа для будущих педагогов гуманитарного профиля «Формируем здоровьесберегающую компетентность учащихся средствами эстетотерапии»; представлена структура тренинговой программы, план, ожидаемые результаты.

Ключевые слова: здоровьесберегающая компетентность; будущие педагоги; интерактивные технологии; тренинговая программа.

FORMATION OF HEALTHSAFETY COMPETENCE OF FUTURE TEACHER MEANS FOR INTERACTIVE TECHNOLOGIES: PRACTICAL ASPECTS

Muromets Viktoriya Hrigorivna

Ph.D., Associate Professor of Theory and History of Education

Borys Grinchenko Kyiv University, Kyiv

v.muromets@kubg.edu.ua

Abstract. The article is devoted to coverage of the concepts of «healthsafety competence», «healthy lifestyle», «value attitude to health», «interactive technology», «training», «project method». Presented training program for future teachers of humanities faculty «Formation of healthsafety competence of future teacher means esthtetotherapy technologies»; given the structure of the training program, plan, expected results.

Keywords: healthsafety competence of future teachers; interactive technology training program.

REFERENCES (TRANSLITED AND TRANSLITIRETED)

1. Bashavets N. A. Conceptual position of health-educational space [electronic resource] / N. A. Bashavets. – access: <http://www.ukrdeti.com/firstforum/r6.html>. (in Russian)
2. Life Competence person: from Theory to Practice: Scientific methodical manual / Za red. I. H. Yermakova. – Zaporizhzhia: Tsentrion, 2005. – P. 166. – (in Ukraine)
3. Liakh T. L. Use interactive methods in programs of healthy lifestyle / T.L. Liakh // Basics of Public Health: Theory and Practice: Teach method. Guidances [T. P. Aveltseva, T. P. Basyuk, O. V. Bezpalko]; for the Society. Ed. O. V. Bezpalko. – Uzhgorod: OJSC «Patent», 2008. – P. 152-216. (in Ukraine).
4. Orzhekhovska V. Pedagogy of healthy lifestyle / V. Orzhekhovska // Shliakh osvity. – 2004. – № 7. – P. 11–12. (in Ukraine).
5. Polishchuk N. M. Health-competence of the individual: the nature, structure / N. Polishchuk // Modern information technologies and innovative teaching methods in training: methodology, theory, experience, problem: Coll. Science. works.– Kyiv–Vinnytsia, 2012. – Vyp. 33. – P. 32–36. (in Ukraine).
6. Fedii O. A. Training teachers to use of estetoterapiyi: theory and practice: [monohrafiia] / Olha Andriivna Fedii. – Poltava: PNPU, 2009. – 404 p. – (avt. – 27, 3 dr. ark.). (in Ukraine).
7. Fedorchenko T. Ye. Socio-pedagogical principles of prevention of deviant behavior of pupils in terms of socio-cultural environment [Tekst] : monohrafiia / T. Ye. Fedorchenko ; In-t probl. vykhovannia Akad. ped. nauk Ukrainy. – Cherkasy : Chabanenko, 2009. – 357 p. (in Ukraine).