

Борисенко Л.Л. Підготовка студентів педагогічного коледжу до використання здоров'язберігаючих технологій у професійній діяльності / Борисенко Л.Л. // Взаємодія духовного й фізичного виховання в становленні гармонійно розвиненої особистості : збірник за матеріалами III міжн. науково-практичної онлайн-конференції. – Слов'янськ : ДВНЗ “Донбаський державний педагогічний університет”, 2016. – Т. 2. – с. 322-329.

### **Анотація**

У статті визначені актуальні проблеми підготовки майбутнього фахівця до використання здоров'язберігаючих технологій у професійній діяльності. Розроблено методи роботи для досягнення результатів у організації навчального процесу за сучасними інноваційними підходами. Визначено інтерактивні методики і їх переваги.

*Ключові слова:* здоров'язберігаючі технології, інновація, фізичне виховання, урок фізичної культури.

## **ПІДГОТОВКА СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНОГО КОЛЕДЖУ ДО ВИКОРИСТАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ**

*Борисенко Л.Л.*

*ВП «Лисичанський педагогічний коледж  
Луганського національного університету  
імені Тараса Шевченка»  
Україна, м.Лисичанськ*

### **Anotatsiya**

In statii zaznacheni aktualni problemi pidgotovki maybutnogo fahivtsya to vikoristannya zdorov'yazberigayuchih tehnologiy in profesiyniy diyalnosti. Rozrobleno methodical robot for dosyagnennya rezultativ in organizatsii Teaching Process for Suchasnyj innovatsiynimi pidhodami. Vznacheno interaktivni techniques i ih perevagi.

*Klyuchovi words:* zdorov'yazberigayuchi tehnologii, innovatsiya, fizichne vihovannya lesson fizichnoi culture.

Актуальність. Сучасну освіту визначає як одне з провідних місць у системі професійних цінностей усвідомлення кожною людиною потреби у підтримці та зміцненні здоров'я та формування здоров'єзбереження.

Відзначимо, що в роботах багатьох педагогів-класиків (В.Бехтерева, Я.Коменського, Г.Сковороди, В.Сухомлинського, К.Ушинського, Г.Песталотці та ін.), як і в роботах сучасних вчених, формування культури здоров'я учнівської молоді, студентів і взагалі громадян різних груп населення досліджували: В. Горащук, С.Кириленко, В.Клімова, Г.Кривошеєва, А.Нагорна, В.Скумін, Л.Сущенко, Л.Татарнікова, Л.Хижняк та ін. [3; с.14].

Вивчення проблем здоров'я дітей у наш час набуває особливої актуальності. Про це свідчить статистика стану здоров'я школярів, яка сьогодні

є досить невтішною. З різних причин кількість хворих дітей у нашій державі зростає. Велике значення в цьому відіграє соціально-економічна перебудова суспільства, незадовільні умови життя частини населення, а також несприятлива екологічна ситуація. Це призводить до того, що 10% дітей закінчують школу умовно здоровими, інші, вже в підлітковому віці мають хронічні захворювання (42%), погіршені показники фізичного та розумового розвитку.

Окрім зазначених вище причин незадовільного стану здоров'я дітей, у медико-психолого-педагогічних дослідженнях звертається увага на «шкільні» фактори ризику, які негативно впливають на здоров'я дітей. Сьогодні школа пред'являє значні вимоги до дитини, які нерідко не відповідають її фізіологічним можливостям. У результаті цього збільшується емоційне нервово-психічне навантаження на центральну нервову систему, спостерігається зниження фізичної активності дітей, порушення режиму їхньої праці та відпочинку.

Усе це переконує у важливості здоров'яспрямованої діяльності навчальних закладів, необхідності запровадження спеціальних заходів для збереження і зміцнення здоров'я школярів. Провідна роль у реалізації цього важливого завдання належить педагогам.

На жаль на сучасному етапі ще в недостатній мірі реалізується проблема спрямованості освіти на збереження здоров'я дітей, формування їх здорового способу життя. В якійсь мірі до цієї роботи готуються вчителі біології, фізичної культури, психології, соціології. Цього явно недостатньо. У зв'язку із зростанням впливу телебачення та засобів масової інформації на підростаюче покоління впливають далеко не кращі зразки соціальної поведінки.

В країні не існує послідовної та безперервної системи «навчання здоров'ю» і його збереженню. На різних етапах вікового розвитку людина отримує інформацію про це в сім'ї, в школі і, нарешті, в лікарні. Інформація уривчаста, випадкова, не носить системного характеру, найчастіше досить суперечлива. Звідси проблема розробки таких здоров'єзберігаючих технологій, які в процесі викладання могли озброїти зростаючу людину методологією здоров'я та засобами його формування.

Побудова здоров'язбережувального навчально-виховного процесу вимагає від учителя певної теоретичної готовності, тобто достатнього рівня засвоєння професійних знань, наявності у нього цілого ряду компетенцій, що водночас є складовими його загальної культури та культури здоров'я зокрема. Це обумовлює фахову мобільність педагога, яка виявляється в його здатності орієнтуватися у швидкоплинних соціально-педагогічних ситуаціях, адекватно розв'язувати педагогічні завдання. Цим самим вчитель формує в учнів і відповідне ставлення до їх власного здоров'я.

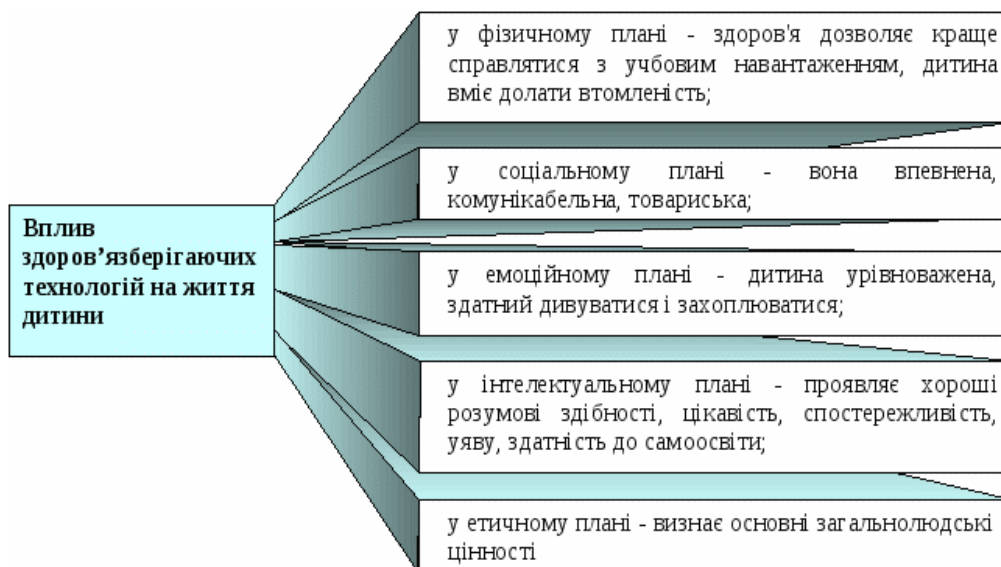
Очевидно, що здійснення здоров'язбережувальної педагогічної діяльності передбачає сформованість певних умінь – гностичних, прогностичних, комунікативних, організаторських, які виступають критерієм професійної компетентності вчителя в цілому й необхідні для реалізації його

здоров'ятворчого впливу на учнів [1, 122, 123].

Усе це має важливе значення для здійснення здоров'язбережувальної діяльності, дозволяючи вчителю виділяти головні спонукальні мотиви, цілі, інтереси, потреби учнів, правильно проводити аналіз того, що відбувається у сфері життєдіяльності дитини, сприймати й узагальнювати фактичну інформацію про характер взаємин учня з оточуючими людьми, про форми поведінки школярів у різних ситуаціях – як у процесі навчання, так і поза ним.

Слід зазначити, що впровадження вчителем в практику роботи навчального закладу здоров'язбережувальних освітніх технологій пов'язано з використанням медичних (медико-гігієнічних, фізкультурно-оздоровчих, лікувально-оздоровчих), соціально-адаптованих, екологічних здоров'язберігаючих технологій та технологій забезпечення безпеки життєдіяльності. Знання, володіння і застосування здоров'язбережувальних технологій є важливою складовою професійної компетентності сучасного педагога [2; с.4].

Усі педагогічні технології, якими користується вчитель, впливають на перетворення інтелектуальної та емоційної сфер особистості учня, підвищення ціннісного ставлення до власного здоров'я на основі усвідомлення учнем особистої відповідальності, на впровадження системи заходів, що забезпечують гармонійний духовний і фізичний розвиток, а також діяльність, спрямовану на збереження та підвищення рівня здоров'я.



Таким чином, говорячи про готовність майбутнього педагога до використання у власній педагогічній діяльності здоров'язбережувальних технологій, вважаємо за доцільне наголосити на тому, що тут замало тільки набути певні знання, вміння і навички використання методів та прийомів роботи у цьому напрямі. Необхідно створити цілу систему заходів, спрямованих на забезпечення відповідних умов збереження здоров'я дітей у навчально-виховному процесі та створення у дітей позитивної установки на подальше ведення здорового способу життя, і яка б, водночас, була ефективною

у роботі з учнями різного шкільного віку [5; с.156].

Така підготовка педагога-професіонала буде ефективною лише за умов:

- критичного осмислення студентами власного досвіду ставлення до здоров'я як до цінності і складової валеологічної культури особистості;
- набуття досвіду регулювання і управління станом особистого здоров'я засобами фізичної культури в умовах повсякденної та навчальної діяльності;
- моделювання спеціальних навчальних ситуацій, що вимагають від студентів усвідомлення засобів і практичних прийомів у процесі навчальної діяльності.

Процес підготовки майбутніх учителів до формування здорового способу життя школярів, ми розглядаємо як педагогічну систему, яка складається з різних взаємопов'язаних елементів, у тому числі, з мети підготовки фахівців, суб'єктів навчально-виховного процесу, змісту навчання і виховання, дидактичних і технічних засобів навчання, організаційних форм навчання.

Мета процесу підготовки майбутніх учителів полягає у розширенні світогляду і знань про побудову власного організму, сприйнятті ними навколишнього світу, розумінні зв'язку людини з довкіллям та ролі і місця її в збереженні багатств і краси природи. Вона є важливим інструментом у проектуванні навчального процесу, слугує орієнтиром для всіх напрямів навчання, ґрунтується на концепції діалогової взаємодії у процесі освоєння і засвоєння знань і вмінь, гуманістичних ціннісних орієнтаціях.

Ця мета зумовлює певні особливості в підготовці до здоров'язбережувальної діяльності вчителя. Особливості такої роботи полягають в актуалізації гуманістичного потенціалу майбутнього вчителя й трансформації педагогічної свідомості, пов'язаної з такими основними чинниками, як:

- зміна ставлення педагога до дитини (він має приймати її такою, якою вона є, і на цій основі намагатися зрозуміти її потреби, схильності, здібності, її індивідуальний шлях розвитку);
- зміна ставлення вчителя до завдань навчально-виховного процесу, які передбачають не лише досягнення дидактичних цілей, а передусім підтримку й зміцнення здоров'я учнів;
- зміна ставлення до себе й свого здоров'я, усвідомлення свого внутрішнього світу, ступеня впливу на дітей і здійснення професійно-педагогічної діяльності з позиції здоров'язбереження учнів.

Модель професійно-педагогічної діяльності вчителя, спрямованої на підтримання і збереження здоров'я учнів, на нашу думку, повинна включати такі структурні компоненти:

- мотиваційно-ціннісний, який забезпечує професійно-педагогічну спрямованість на здійснення здоров'язберігаючої діяльності та передбачає визнання людини й її здоров'я як найвищих цінностей,

свідоме бажання здійснювати духовне наставництво дитини на шляху її здорового розвитку; сформованість сукупності особистісно значущих якостей (відповідальність, працездатність, педагогічний такт, емпатія, урівноваженість тощо), необхідних для реалізації завдань здоров'язбереження учнів у взаємодії з іншими учасниками педагогічного процесу; свідоме ставлення вчителя до свого здоров'я, мотивація ведення здорового способу життя на шляху самоосвіти й саморозвитку;

- змістовно-процесуальний компонент – це сукупність узагальнених психолого-педагогічних знань, які необхідні для здійснення здоров'язберігаючої професійно-педагогічної діяльності та сукупність вмінь (гностичних, прогностичних, комунікативних, організаторських), якість засвоєння яких необхідна для: організації навчання й виховання учнів, що сприяє збереженню й зміцненню здоров'я дітей, інтерпретації та адаптації навчальної інформації до завдань індивідуалізації навчання, складання карти індивідуального розвитку учня, забезпечення високої працездатності і адекватного відновлення сил учнів, чергування періодів концентрації й розслаблення тощо;
- діяльнісно-творчий компонент, що передбачає аналіз, осмислення, самоаналіз виконаної роботи, вимагає критичності мислення, здатності до оцінних суджень, рефлексії й корекції результатів власної діяльності.

Тому, важливим у підготовці майбутніх учителів є оволодіння інноваційними методами навчання, орієнтованими на імпровізацію, пошук, творчість, стимулювання евристичної діяльності, витіснення авторитарних способів пізнання, заснованих на запам'ятовуванні та репродукції. Освоєння цих методів забезпечує підготовку майбутнього вчителя до здоров'язбережувальної діяльності, навчає студентів як діяти, імпровізувати, стати творчими особистостями, виробити творчу установку

Засобами такої моделі підготовки майбутніх вчителів є комплексні проблемні питання і завдання здоров'язбережувальної спрямованості, евристичні ситуації, вправи для відпрацювання комплексних дій, тести, анкети, тренінги; використання різноманітної наочності, зокрема, аудіо- та відеотехніки, сучасних інформаційних носіїв, картотеки міжпредметних зв'язків, комплектів комплексних завдань, проблемних ситуацій валеологічного змісту, навчальних посібників, хрестоматій, оригінальних текстів і творів мистецтва, які сприяють орієнтації на високі зразки поведінкової та світоглядної культури.

Згідно цієї моделі, вчитель повинен надавати перевагу активним методам самоосвіти у рамках здоров'язбереження, а саме: теоретичному аналізу науково-методичної педагогічної літератури; моделюванню структурних компонентів загальної моделі самоосвіти; новітнім технологіям позитивної мотивації до здорового способу життя й культури здоров'я учасників навчально-виховного процесу; емпіричним дослідженням, що передбачають

моніторинг стану здоров'я учнів на різних етапах дослідження, спостереження, анкетування, тестування, бесіди з учнями, учителями, батьками, вивчення досвіду викладання валеології в навчально-виховному процесі; медико-психодіагностичному аналізу; аналізу критеріїв ефективності його діяльності [4; с.94].

Під час планування роботи вчитель повинен враховувати наступні вимоги: практична спрямованість, науковість, конкретність, систематичність та системність, новизна, оптимальне поєднання різних сучасних форм і методів роботи, досконале володіння здоров'язберігаючих технологіями.

Наш коледж також не залишається осторонь даної проблеми сучасності. В коледжі існують заняття з ЛФК, проводяться на дану тематику конференції, семінари, семінари-практикуми. Викладачі різноманітно використовують форми та методи навчання студентів здоров'язберігаючим технологіям, які в майбутньому знадобляться в професійній діяльності.

На заняттях викладачі застосовують здоров'язбережувальні технології, якими мають оволодіти майбутні вчителі:

Ароматерапія. Фізкультпаузи. Стимулювальна гімнастика. Гімнастика для очей. Масаж та самомасаж. Психогімнастика. Медитаційні вправи. Кольоротерапія. Арт-терапія. Ще древні мудреці вважали, що мистецтво і творчість лікують душу і тіло. Музикотерапія.

Крім того викладачі та студенти розробляють самі мпрезентації та проекти з підтримання та збереження здоров'я.

Аналіз літературних джерел показав, що за останні роки проблема збереження здоров'я дітей та молоді, їх оздоровлення та профілактика найбільш розповсюджених хвороб є предметом фундаментальних наукових досліджень. Виявлено наявність різноманітних підходів до визначення поняття «здоров'язбережувальні технології», під яким вчені пропонують розуміти: сприятливі умови навчання дитини в школі (відсутність стресових ситуацій, адекватність вимог, методик навчання та виховання); оптимальну організацію навчального процесу (відповідно до вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм); повноцінний та раціонально організований руховий режим. Збільшений інтерес дослідників до поняття «здоров'язбережувальні технології» свідчить про актуальність проблеми, а суперечність підходів до його визначення і місця в освітньому процесі – про недостатню теоретичну розробку педагогічного феномена поняття «здоров'язбережувальні технології».

Висновок. Мета сучасної школи – збереження і підтримання здоров'я учнів та усвідомлення ними необхідності ведення здорового способу життя. Здійснення означеної мети можливе за умови запровадження технологій здоров'язберігаючої педагогіки, під якими розуміють всі напрями діяльності вищого загальноосвітнього закладу з формування, збереження та зміцнення здоров'я студентів – майбутніх фахівців. Мета всіх здоров'язберігаючих освітніх технологій – сформувані необхідні знання, вміння та навички здорового способу життя, навчитися використовувати отримані знання в повсякденному житті.

Література:

1. Абаскалова Н. П. Здоровью надо учить! : Валеология через школьные предметы : разработки уроков : метод, пособие для учителей / Н. П. Абаскалова. Новосибирск : ООО Изд. компания «Лада», 2000. – 292 с.
2. Бех І. Д. Виховання особистості / І. Д. Бех. – Кн. 1: Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади. / – К. : Либідь, 2003. – 278 с.
3. Закопайло С.А. Мотивація старшокласників до оздоровчих занять // Наука і сучасність. Зб. наук. праць Національного педагогічного університету ім. М.П.Драгоманова. – К.: Логос, 2002. – Т. XXX. – С. 16
4. Науменко, Ю. В. Здоровьесберегающая деятельность школы / Ю. В. Науменко // Педагогика. – 2005. – № 6. – С. 37-44.
5. Селевко Г. К. Современные образовательные технологии : учеб. пособие для пед. вузов и ин-тов повыш. квалификации / Г. К. Селевко. М. : Нар. образование, 1990. – 256 с.