

Bodrova T.O.

Ph.D., Associate Professor,

Dragomanov National Pedagogical University (Ukraine, Kyiv)

VALEOLOGICAL FACTOR AS ELEMENT OF PRODUCTIVE METHODOLOGICAL PREPARATION OF MUSIC TEACHERS

Бодрова Т.О.

к.пед.н., доцент

НПУ імені М.П. Драгоманова (Україна, м. Київ)

ВАЛЕОЛОГІЧНИЙ ЧИННИК ЯК ЕЛЕМЕНТ ПРОДУКТИВНОЇ МЕТОДИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПЕДАГОГІВ-МУЗИКАНТІВ

In the article the problem of self-perfection and self-expression of specialists of music art is considered through co-operation of factors of expedience and productivity of educational actions on the basis of valeological principles of organization educational-educate to the process. By an author certainly spiritual, moral, social and physiological aspects of valeological influence on personality of future teacher .

Key words: *methodical preparation of future teachers-musicians, valeological approach, principles of valeological influence, program of independent studies.*

У статті розглянуто проблему самовдосконалення та самовираження фахівців музичного мистецтва через взаємодію чинників доцільності та продуктивності навчальних дій на основі валеологічних принципів організації навчально-виховного процесу. Автором схарактеризовано духовний, моральний, соціальний та фізичний аспекти валеологічного впливу на особистість майбутнього вчителя.

Ключові слова: *методична підготовка майбутніх педагогів-музикантів, валеологічний підхід, принципи валеологічного впливу, програма самостійного навчання.*

Становлення незалежної демократичної України супроводжується комплексною перебудовою всіх ланок освіти, однією з яких є модернізація процесу підготовки кадрів для загальноосвітніх навчальних закладів. Державницька позиція у справі підготовки учителів підтримується їх високою культуротворчою місією у суспільстві. Науковці вважають, що освітня діяльність педагога та його громадянська позиція мають високу соціальну значущість і займають одне з провідних місць у державотворенні, формуванні національної свідомості, духовної та естетичної культури народу (А.Алексюк, С.Вітвицька, В.Галузинський, С.Гончаренко, Н.Гузій, Н.Дем'яненко, І.Зязюн, М.Євтух, Н.Кузьміна, Н.Ничкало, О.Олексюк, З.Слепкань).

На жаль й досі основні проблеми музично-педагогічної освіти пов'язані з орієнтацією на регламентовані професійні дії та застарілі уявлення про всебічний гармонічний розвиток студента, а не на його цілеспрямовану підготовку до майбутнього динамічного професійного життя. В цьому контексті актуальною виступає наука валеологія як система знань про людину, розуміння й використання яких визначає стан здоров'я людської душі й тіла (Е.Г.Булич, Е.Н.Вайнер, В.П.Войтенко, В.Г.Грибан, М.Ю.Міаніє, І.О.Петрик).

В той же час, розглядаючи мистецько-педагогічну діяльність в річищі педагогічної творчості й самовираження майбутнього фахівця, ми акцентуємо увагу на оптимізації навчальних впливів через взаємодію чинників доцільності педагогічних дій та продуктивно орієнтованих принципів міжособистісного спілкування, до яких можна віднести конвергентність (теорію здорового глузду) та валеологічність (вчення про засоби досягнення людиною повної самореалізації, стану щастя й радості).

У зв'язку з вищезазначеним *метою статті* є з'ясування важелів впливу валеологічних чинників на зміст та процесуальні складові методичної підготовки майбутніх учителів музики.

Оновлення методичної системи підготовки фахівців мистецько-педагогічної освіти полягає, перш за все, у створенні педагогічних умов для практичної реалізації організаційно-методичних засад продуктивної навчальної діяльності майбутніх педагогів, методами та засобами ефективно педагогічної взаємодії, особистісними якостями студентів, витратами навчального аудиторного, позааудиторного та вільного часу для реалізації освітніх цілей з

урахуванням показників духовного, морального, психічного та фізичного здоров'я, емоційно-фізіологічних ризиків тощо [1].

Науковці слушно зауважують: аби валеологія давала позитивні результати, має бути розроблено ефективні алгоритми, методики й техніки практичного впровадження усіх теоретичних валеологічних знань в життя людини (Е.Г.Булич, І.І.Брехман, Е.Н.Вайнер). Тому головне завдання цієї теорії полягає у тому, “щоб кожна людина, знаючи будову свого організму, його функції, знала правила здорового способу життя, дотримувалася б їх заради свого здоров'я і благополуччя своїх нащадків; щоб навчити людину формувати і берегти власне здоров'я, відповідально й творчо ставитися до процесу самовдосконалення як обов'язкової умови повноцінного життя” [3, с. 72].

Валеологія має переважно прикладний характер і дає практичні рекомендації людині для підтримання здоров'я на всіх рівнях: духовному, психічному, фізичному та соціальному. Основною метою цієї науки є виховання здорового, повноцінного члена суспільства. Вченими доведено, що культура здоров'я – це не тільки сума знань, обсяг відповідних умінь і навичок, але й здоровий спосіб життя, відчуття внутрішньої гармонії, що передбачає стан психічної врівноваженості та духовної цілісності особистості. Внутрішня гармонія включає комфортне самопочуття людини у світі: сприятливе поєднання умов життя як природних (температура повітря, атмосферний тиск та інші фізичні параметри), так і соціальних (культура, побут, суспільні виробничі відносини) [2].

Серед вагомих ознак валеологічного підходу в організації діяльності людей, в тому числі навчальній, І.І.Брехман, Е.Н.Вайнер, В.Г.Грибан, М.Ю.Міаніє, І.О.Петрик виокремлюють: *духовний аспект*, що знаходить прояв у здатності людини до співпереживання та співчуття, добросовісності, доброзичливості, порядності, толерантності, а також у розумінні цілісності й гармонійності особистості, умінні спілкуватися з оточуючими; *психологічний аспект* забезпечується збалансованістю психічних процесів та їхніх проявів, здатністю особи керувати собою за умов високих життєвих навантажень на основі балансу внутрішніх сил, емоційного комфорту;

- *соціальний аспект* утілюється в розумінні особистого здоров'я в контексті життя людини як члена суспільства;

- *фізичний аспект* передбачає оптимальне, без істотних відхилень, функціонування усіх систем організму людини (серцево-судинної, дихальної, м'язової та ін.) та пов'язується з умінням володіти своїм тілом, фізичною витривалістю, високим рівнем працездатності.

Серед принципів валеологічного підходу особливо актуальними є послідовність, комплексність, вмотивованість дій, раціональність.

Звернемося до принципу раціональності як такого, що є засадничим для процесів рефлексії, самоорганізації, саморегуляції та самовдосконалення. Метою раціональної організації життєдіяльності є “найбільш ефективне використання методів та засобів збереження та зміцнення здоров'я в режимі конкретних умов життя з метою максимальної повної реалізації можливостей людини в особистій та суспільній сферах діяльності” [2, с. 177]. Дослідники стверджують, що задачами раціональної життєдіяльності у відношенні до професійного статусу людини повинно бути, по-перше, забезпечення високого рівня працездатності, а по-друге – мінімізація несприятливих факторів професійної діяльності, що мають безпосередній вплив на здоров'я фахівця [2; 4]. Так, у підготовці вчителя можна спостерігати за розвитком таких небезпечних для здоров'я явищ як відчуття втоми (фізичної, психічної), виникнення різного типу бар'єрів, що в деяких випадках можуть переходити у стан емоційного виснаження й психологічного вигорання.

За несприятливих умов відчуття втоми як результат зниження працездатності у майбутніх педагогів-музикантів може розвиватися внаслідок змістової або емоційної перенасиченості навчальної роботи (переобтяження творчими завданнями музичне заняття, проведення відповідальної генеральної репетиції, публічне виконання музичного твору крупної форми тощо). Суттєвою причиною виникнення ускладнень у навчанні може бути

недостатньо чітка організація процесу або низький рівень методичного забезпечення занять. Під час виробничої практики у загальноосвітніх навчальних закладах у студентів можуть виникнути психологічні бар'єри як результат утруднення в спілкуванні з учнями або в процесі підготовки відповідальних відкритих уроків, масових позакласних заходів, методичних та наукових конференцій тощо.

З огляду на вищезазначені ситуації в роботі студента необхідно підтримувати фазу стійкої працездатності, що характеризується найбільш ефективними і якісними діями. Серед факторів, що впливають на термін протікання цієї продуктивної фази під час виробничих дій виокремлюються такі як: інтенсивність роботи зі змінами характеру активності, індивідуальні особливості студента, його вмотивованість та інтерес до музично-педагогічної справи, самопочуття, наявність позитивних зовнішніх фізичних характеристик середовища (дотримання тиші учнями, доступ до свіжого повітря, гра на якісному музичному інструменті тощо), а також забезпеченість методичними атрибутами та сучасними інформаційними засобами навчання.

Важливим елементом індивідуального графіку є планування самостійної щоденної роботи з фахових дисциплін (опрацювання музичних творів з спеціального інструменту та хорового диригування, вивчення хорових партій, підготовка творів для сольного співу, виконання завдань з теорії та історії музики). В такому випадку конче важливим стає здатність студента до оптимальної організації й виконання самостійної роботи, ергономічного чергування праці і відпочинку для підтримки високого рівня працездатності.

Е.Н.Вайнер як дослідник валеологічного чинника життєдіяльності, вважає, що для людини, яка хоче досягти спіху в професії та набути досвіду продуктивної праці, необхідно створити власну програму самоорганізації навчальних дій [2, с. 188-189]. Вчений впевнений у тому, що будь-який вибраний індивідом варіант програми обов'язково засвідчить свою результативність у зміні ставлення до власної діяльності, у бажанні зробити її більш ефективною.

На основі системи принципів, розроблених Е.Н.Вайнером з метою поліпшення позитивної валеологічної динаміки, нами запропоновано варіанти організації навчальної праці в залежності від психотипу студента, кінцевої мети діяльності та термінів виконання завдання, а саме:

– жорстка послідовність дій із зазначенням щоденної мети і завдань (графік кожного дня навчального тижня для активних студентів, які прагнуть успіху та планують зробити кар'єру у педагогічній сфері);

– чіткий розподіл часу і навчальних операцій у відповідності до етапів самостійної роботи у певному виді навчальної діяльності з дотриманням проміжних та кінцевих цілей та задач (для студентів помірної активності, де визначено послідовність здійснення художньої інтерпретації музичних творів, вивчення теоретичного матеріалу, складання та реалізації творчого проекту);

– довільне й непримусове окреслення дій у наближенні до бажаного результату (для тих, хто не може відмовити собі у комфорті та змінювати усталений спосіб життєдіяльності);

– максимальне «вживлення» програми самоорганізації у звичайний розпорядок дня (для самих інертних студентів).

Керуючись рекомендаціями науковця, важливо пам'ятати, що метою розробки та впровадження представлених типів програм самоорганізації стає формування таких якостей як впевненість у собі, наполегливість, систематичність й послідовність навчальних дій, здатність до аналізу внутрішнього стану та уміння вносити корективи у власний спосіб життя [2].

Висновки. Провідна ідея підготовки студентів до роботи за фахом ґрунтується на положеннях про продуктивно-особистісний характер діяльності майбутніх педагогів-музикантів. Таким чином, валеологія робить вагомий внесок в досягнення ефективності музично-педагогічних дій майбутніх учителів, що відповідає їх особистим мистецьким інтересам, позитивній оцінці й розвитку власних здібностей, потягів та творчих можливостей.

Література:

1. Бодрова Т.О. Методична підготовка майбутніх учителів музики в контексті нової освітньої парадигми / Т.О.Бодрова // Теорія та методика мистецької освіти. Наукова школа О.П.Щолокової: Колективна монографія / [наук. ред. О.Полатайко]. – К. : НПУ імені М.П.Драгоманова, 2014. – С. 25 – 35.
2. Вайнер Э.Н.. Валеология: учебник для студентов вузов / Э.Н.Вайнер. – М.: Наука, 2001. - 201 с.
3. Енциклопедія освіти / Акад. пед. наук України ; гол. ред. В.Г.Кремень. – К. : Юрінком Інтер, 2008. – 1040 с.
4. Петрик О.І. Медико-біологічні та психолого-педагогічні основи здорового способу життя: курс лекцій / О.І.Петрик. – Львів : Світ, 1993. – 120 с.