

взаємосхвалення, а також співпереживання за однокласників.

Аналіз наукової літератури засвідчує, що проблема самостійних занять фізичними вправами школярів постійно перебуває в центрі уваги науковців. Водночас систематизовані дослідження із питань формування готовності старшокласників до самостійного виконання фізичних вправ майже не проводилися. Це – перспектива подальших досліджень.

Література

1. Віндюк А.В. Основи технології самостійних занять фізичними вправами учнів молодших класів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.02. Львів, 2002. 18 с.
2. Власюк О.О. Науково-педагогічні основи організації самостійних занять фізичними вправами дітей молодшого шкільного віку: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.02. Львів, 2006. 21 с.
3. Кібальник О.Я. Застосування фітнес-технології для підвищення рухової активності та фізичної підготовленості підлітків: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.02. Львів, 2008. 20 с.
4. Котова Є.О. Підготовка студентів вищих закладів освіти до самостійних занять фізичними вправами: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.02. Харків, 2003. 20 с.
5. Овчаренко Т.Г. Самостійна робота як складова частина професійно-педагогічної підготовки вчителя. Концепція підготовки спеціалістів фізичної культури в Україні: матеріали II Всеукр. наук.-практ. конф., 2006 р. Луцьк: РВВ "Вежа" Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2006. С. 82 – 86.

References

1. Vindiuk A.V. (2002), *Osnovy tekhnologii samostiinykh zaniat fizychnymy vpravamy uchniv molodshykh klasiv*: avtoref. dys. na zdobuttia nauk. stupenia kand. nauk z fiz. vykh. i sportu: 24.00.02. Lviv. 18 s.
2. Vlasjuk O.O. (2006), *Naukovo-pedahohichni osnovy orhanizatsii samostiinykh zaniat fizychnymy vpravamy ditei molodshoho shkilnoho viku*: avtoref. dys. na zdobuttia nauk. stupenia kand. nauk z fiz. vykh. i sportu: 24.00.02. Lviv. 21 s.
3. Kibalnyk O.Ia. (2008), *Zastosuvannia fitnes-tekhnologii dlia pidvyshchennia rukhovoї aktyvnosti ta fizychnoi pidhotovlenosti pidlitkiv*: avtoref. dys. na zdobuttia nauk. stupenia kand. nauk z fiz. vykh. i sportu: 24.00.02. Lviv. 20 s.
4. Kotova Ye.O. (2003), *Pidhotovka studentiv vyshchykh zakladiv osvity do samostiinykh zaniat fizychnymy vpravamy*: avtoref. dys. na zdobuttia nauk. stupenia kand. nauk z fiz. vykh. i sportu: 24.00.02. Kharkiv. 20 s.
5. Ovcharenko T.H. (2006), *Samostiina robota yak skladova chastyna profesiino-pedahohichnoi pidhotovky vchytelia. Kontsepsiia pidhotovky spetsialistiv fizychnoi kultury v Ukraini: materialy II Vseukr. nauk.-prakt. konf., 2006 r. Lutsk: RVV "Vezha" Volyn. nats. un-tu im. Lesi Ukrainky. S. 82 – 86.*

УДК: 613.9:378

Поліщук В.В.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний
університет імені Григорія Сковороди», м. Переяслав
Поліщук М.В.
студентка І курсу
факультет української і іноземної філології
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний
університет імені Григорія Сковороди», м. Переяслав

ОСНОВНІ КОМПОНЕНТИ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ ВИЩОГО ПЕДАГОГІЧНОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ

У статті розкриваються підходи до визначення поняття "здоров'язбережувальні технології", проаналізовано структурні характеристики і основні компоненти методичної системи навчання здоров'язбережувальним технологіям в освітньому середовищі вищого педагогічного навчального закладу. Конкретизовано напрями підготовки майбутніх вчителів фізичної культури не тільки як професіоналів-предметників, але і як фахівців, здатних формувати високий рівень культури здоров'я в школярів у подальшій педагогічній діяльності.

Найважливішими складниками здоров'язбережувальних освітніх технологій є технології, спрямовані на врахування коливальності працездатності людини протягом навчальних циклів (уроку, дня, тижня, року), залучення рухової активності, оздоровчого впливу мистецтва й праці, на забезпечення суб'єкт-суб'єктної взаємодії вчителя з учнями.

Визначено необхідність виділення основних компонентів здоров'язбережувальних технологій у освітньому середовищі вищого педагогічного навчального закладу, необхідність конкретизації напрямів підготовки майбутніх учителів фізичної культури.

Ключові слова: здоров'язбережувальні технології, здоров'язбережувальне освітнє середовище, компоненти здоров'язбережувальних технологій.

Полищук В.В., Полищук М.В. Основные компоненты здоровьесберегательных технологий в образовательной среде высшего педагогического учебного заведения. В статье раскрываются подходы к определению понятия "здоровьесберегательные технологии", проанализированы структурные характеристики и основные компоненты методической системы обучения здоровьесберегательным технологиям в образовательной среде высшего педагогического учебного заведения. Конкретизированы направления подготовки будущих учителей физической культуры не только как профессионалов-предметников, но и как специалистов, способных формировать высокий уровень культуры здоровья у школьников в дальнейшей педагогической деятельности.

Важнейшими составляющими здоровьесберегательных образовательных технологий являются технологии, направленные на учет колебаний работоспособности человека в течение учебных циклов (урока, дня, недели, года), привлечения двигательной активности, оздоровительного воздействия искусства и труда, на обеспечение субъект-субъектного взаимодействия учителя с учениками.

Определена необходимость выделения основных компонентов здоровьесберегательных технологий в образовательной среде высшего педагогического учебного заведения, необходимость конкретизации направлений подготовки будущих учителей физической культуры.

Ключевые слова: здоровьесберегательные технологии, здоровьесберегательная образовательная среда, компоненты здоровьесберегательных технологий.

Polishchuk V.V., Polishchuk M.V. The main components of health-saving technologies in the educational environment of higher pedagogical educational institution. The article reveals approaches to the definition of the concept of "health-saving technologies", analyzes the structural characteristics and the main components of the methodological system of teaching health-saving technologies in the educational environment of a higher pedagogical educational institution. The directions of training future physical culture teachers are concretized not only as subject-matter professionals, but also as specialists capable of forming a high level of health culture among schoolchildren in further pedagogical activity.

The most important components of health-preserving educational technologies are technologies aimed at taking into account fluctuations in human performance during educational cycles (lesson, day, week, year), involvement of physical activity, health effects of art and work, to ensure subject-subject interaction of teachers with students. The necessity of identifying the main components of health-saving technologies in the educational environment of a higher pedagogical educational institution, the need to concretize the directions of training future physical education teachers.

The essence of training future teachers to use health technologies in professional activities is related to changing the priorities of society, with increasing requirements for the personality of the future teacher; interdisciplinary nature of the problem of health and health in the context of secondary schools, with the interest of society in highly qualified teachers capable of using health technologies as a guarantee of their successful professional career and competitiveness in the labor market. The main structural components of health technologies in the educational environment of a higher pedagogical educational institution are determined.

Key words: health-saving technologies, health-saving educational environment, components of health-saving technologies.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень та публікацій. На сучасному етапі розвитку цивілізації життя і здоров'я людини визначаються як найвищі цінності, бо саме вони є показником цивілізованості суспільства, головним критерієм ефективності діяльності всіх його інституцій. Підтвердженням цього є найважливіші стратегічні завдання визначені національними програмами "Освіта (Україна ХХІ століття)", "Діти України", Національною доктриною розвитку освіти й програмою "Здоров'я нації", що полягають у створенні умов для всебічного розвитку людини, становленню її духовного, психічного та фізичного здоров'я.

Новітні умови входження України у європейський освітній простір вимагають кардинальних змін до вирішення проблеми підвищення рівня здоров'я учнівської і студентської молоді у закладах освіти. Провідну роль у формуванні здоров'язбережувального середовища повинні відіграти майбутні вчителі фізичної культури (Г.Л. Апанасенко, М.С. Гончаренко, В.П. Горащук, М.В. Гриньова, В.В. Колбанов, Л.П. Сущенко, Л.Г. Татарнікова). Саме тому проблема впровадження у навчальний процес вищого педагогічного навчального закладу методичної системи навчання здоров'язбережувальних технологій майбутніх учителів фізичної культури є актуальною і має незаперечне теоретичне і практичне значення.

Мета статті – систематизація й аналіз основних компонентів здоров'язбережувальних технологій у освітньому середовищі вищого педагогічного навчального закладу.

Виклад основного матеріалу дослідження. Останнім часом питання методичної підготовки майбутніх учителів до вирішення проблем збереження здоров'я школярів розглядається як важливий аспект професійної діяльності вчителя та показник його професіоналізму.

Більшість учених (В.Р. Кучма, А.М. Мітяєва, М.К. Смирнов, М.І. Степанова, Л.Ф. Тихомирова та ін.) вказують на використання здоров'язбережувальних технологій як на головний напрям вирішення проблем збереження та зміцнення здоров'я дітей та підлітків в умовах сучасної освіти. Науково-педагогічна література з питань здоров'язбережувальних технологій із цього питання представлена роботами багатьох дослідників (В.І. Бобрицька, А.Р. Вірабова, М.С. Гончаренко, В.П. Горащук, Ю.С. Лук'янова та ін.). Але відсутність єдиної методичної системи навчання здоров'язбережувальних технологій, невизначеність змісту, принципів, структурних компонентів здоров'язбережувальної

діяльності вчителів не дозволяють вирішити окремі теоретичні та практичні питання підготовки майбутніх учителів до використання здоров'язбережувальних технологій. Як наслідок, вважає В.І. Бобрицька, "випускники педагогічних університетів часто не підготовлені до реалізації суспільно важливого завдання виховання здорового покоління, не здатні організувати навчально-виховний процес на основі здоров'язбережувальних освітніх технологій, недостатньо дбають про своє здоров'я і не дотримуються здорового способу життя" [1, с. 17]. Актуальним є зауваження Л.Ф. Тихомирової, що "найважливішим у характеристиці будь-якої педагогічної технології, яка реалізується в освітній установі, є те, наскільки вона зберігає здоров'я учнів, тобто чи є вона здоров'язбережувальною" [3, с. 44].

Найбільш доцільним із погляду актуальності й мети статті, на нашу думку, є підхід О.М. Іонової та Ю.С. Лук'янової, які розглядають поняття "здоров'язбережувальні освітні технології" як "сукупність засобів, методів, форм, прийомів організації, проведення, управління навчально-виховного процесу, спрямовані на забезпечення ефективності здоров'язбереження учнів" [2, с. 70]. Базуючись на цьому визначенні, автори наголошують, що "найважливішими складниками здоров'язбережувальних освітніх технологій є технології, спрямовані на врахування коливань працездатності людини протягом навчальних циклів (уроку, дня, тижня, року), залучення рухової активності, оздоровчого впливу мистецтва й праці, на забезпечення суб'єкт-суб'єктної взаємодії вчителя з учнями" [2, с. 71].

Грунтовними в цьому напрямі є дослідження Н.К. Смірнова. Серед здоров'язберігаючих технологій, яким потрібно навчати у вищих освітніх установах, автор виділяє кілька груп, у яких використовується різний підхід до охорони здоров'я, а, відповідно, і різні форми роботи [6, с. 127]. Першим компонентом здоров'язбережувальних технологій у освітньому середовищі вищого педагогічного навчального закладу автор виділяє *медико-гігієнічні технології*. Спільна діяльність педагогів і медичних працівників, до якої належать: проведення заходів щодо санітарно-гігієнічної освіти студентів і педагогічного складу; організація профілактичних заходів напередодні епідемій (грипу); надання консультативної та невідкладної медичної допомоги; контроль і допомога в забезпеченні належних гігієнічних умов життя студентів; вирішення ряду інших завдань. До другої групи належать *фізкультурно-оздоровчі технології* (ФОТ), які спрямовані на фізичний розвиток студентів. Реалізуються вони на заняттях із фізичного виховання та секціях, на позаурочних спортивно-оздоровчих заходах. До третьої групи належать *екологічні здоров'язбережувальні технології* (ЕЗТ), які спрямовані на створення екологічно оптимальних умов життя і діяльності людей, гармонійних взаємин із природою. До четвертої групи належать *технології забезпечення безпеки життєдіяльності* (ТЗБЖ). Їх реалізація відбувається в тісній співпраці з фахівцями з охорони праці, захисту в надзвичайних ситуаціях, пожежної інспекції тощо.

До п'ятої групи належать *здоров'язбережувальні освітні технології* (ЗОТ), які поділяються на три підгрупи:

- а) *організаційно-педагогічні* (ОПТ), що визначають структуру навчального процесу, сприяють запобіганню стану перевтоми і гіподинамії та інших дезадапційних станів;
- б) *психолого-педагогічні технології* (ППТ), пов'язані з безпосередньою роботою на заняттях. Сюди ж входить і психолого-педагогічний супровід усіх елементів освітнього процесу;
- в) *навчально-виховні технології* (НВТ), що включають програми з навчання турботі про своє здоров'я та формування культури здоров'я студентів, мотивації їх до ведення здорового способу життя, попередження шкідливих звичок.

Окреме місце займають ще дві групи технологій, традиційно реалізовані поза вищого навчального закладу, але які останнім часом усе частіше включаються у його позаурочну роботу:

- *соціально-адаптуючі і особистісно-розвиваючі технології* (САОПТ) – формування та зміцнення психологічного здоров'я студентів; підвищення ресурсів психологічної адаптації особистості (соціально-психологічні тренінги, програми соціальної та сімейної педагогіки);
- *лікувально-оздоровчі технології* (ЛОТ) – складають самостійні медико-педагогічні області знань: лікувальну педагогіку і лікувальну фізкультуру, вплив яких забезпечує відновлення фізичного здоров'я студентів.

Глибокому аналізу базової моделі системної комплексної роботи зі збереження й зміцнення здоров'я у вищому навчальному закладі, присвячені роботи М.А. Крикунової [3, с. 95]. Серед основних компонентів здоров'язбережувальних технологій у освітньому середовищі вищого педагогічного навчального закладу автор виділяє наступні:

1. Технології організації здоров'язбережувальної інфраструктури освітніх установ. Блок включає формування у студентів знань стосовно:
 - гігієнічних норм і вміння аналізувати відповідність стану навчальних корпусів і приміщень закладу освіти;
 - оснащеності спортивних залів необхідним обладнанням та інвентарем;
 - наявності й належному оснащенні медичного кабінету;
 - наявності й належному оснащенні їдальні навчального закладу.
2. Технології організації раціонального навчального процесу. Блок включає формування у студентів знань стосовно:
 - дотримання гігієнічних норм і вимог до організації і обсягу навчального та позанавчального навантаження (домашнього завдання) на всіх етапах навчання;
 - використання методів і методик навчання, адекватних віковим можливостям і особливостям учнів і студентів;
 - введення будь-яких інновацій тільки під контролем фахівців;
 - суворе дотримання всіх вимог до використання технічних засобів у навчанні (комп'ютер, аудіовізуальні засоби);
 - раціональну та відповідну вимогам організацію занять активно-рухового характеру;
 - індивідуалізацію навчання (облік індивідуальних особливостей організму), робота за індивідуальними

програмами.

Реалізація цього блоку створює умови для зняття перевантаження, нормального чергування праці та відпочинку, підвищення ефективності навчального процесу.

3. Технології організації фізкультурно-оздоровчої роботи. Блок включає формування у студентів знань стосовно:

- повноцінної та ефективної роботи у всіх групах здоров'я (на заняттях із фізичного виховання, секціях),
- організацію ЛФК;
- організацію динамічних змін;
- створення умов для роботи спортивних секцій;
- регулярного проведення спортивно-оздоровчих заходів.

Правильно організована фізкультурно-оздоровча робота може стати основою раціональної організації рухового режиму учнів та студентів, сприяти нормальному фізкультурному розвитку та руховій підготовленості.

4. Технології організації просвітницько-виховної роботи, спрямованої на формування цінності здоров'я та здорового способу життя. Блок включає формування у студентів знань стосовно методики організації та проведення:

- освітніх програми, спрямованих на збереження та заощадження здоров'я;
- лекцій, бесід, консультацій з проблем збереження здоров'я та профілактики шкідливих звичок;
- проведення "Днів здоров'я", свят;

5. Технології організації системи просвітницької та методичної роботи з викладачами і фахівцями для підвищення кваліфікації працівників навчального закладу небіологічних напрямів підготовки та батьківськими колективами. Блок включає формування у студентів знань стосовно методики організації та проведення:

- лекцій, семінарів, консультацій, курсів з питань здоров'язбереження;
- використання науково-методичної літератури;
- залучення викладачів-предметників іншого профілю до спільного проведення спортивних змагань.

6. Технології організації системи профілактики та динамічного спостереження за станом здоров'я. Блок включає формування у студентів знань стосовно методик:

- використання рекомендованих і затверджених методів профілактики захворювань, що не вимагають постійного спостереження лікаря (вітамінізація, профілактика порушень постави та зору);
- регулярного аналізу стану здоров'я студентів;
- залучення медичних працівників до реалізації всіх компонентів роботи зі збереження і зміцнення здоров'я студентів.

Висновок. Таким чином, сутність підготовки майбутніх учителів до використання здоров'язберезувальних технологій у професійній діяльності пов'язана з урахуванням зміни пріоритетів розвитку суспільства, з підвищенням вимог до особистості майбутнього вчителя; міждисциплінарним характером проблеми здоров'я та здоров'язбереження в умовах загальноосвітніх навчальних закладів, із зацікавленістю суспільства у висококваліфікованих учителях, здатних до використання здоров'язберезувальних технологій, як гарантії їхньої успішної професійної кар'єри та конкурентоспроможності на ринку праці. Визначено основні структурні компоненти здоров'язберезувальних технологій у освітньому середовищі вищого педагогічного навчального закладу.

Література

1. Бобрицька В.І. Теоретичні і методичні основи формування здорового способу життя у майбутніх учителів у процесі вивчення природничих наук: дис. д-ра пед. наук: 13.00.04 / Київ, 2006. 462 с.
2. Іонова О.М. Здоров'язбереження особистості як психолого-педагогічна проблема. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наукова монографія. Харків: ХДАДМ, 2009. ХХПІ №1. С. 69 – 72.
3. Крикунова М.А. Здоровьесберегающая система образовательного учреждения. Саратов: СГУ, 2010. 194 с.
4. Кучма В.Р. Современные гигиенические подходы к оценке влияния образовательных технологий на здоровье детей и подростков. Здоровье населения и среда обитания. 2002. № 2. С. 1 – 4.
5. Науменко Ю.В. Здоровьесберегающая деятельность школы. Педагогика. 2005. № 6. С. 37 – 44.
6. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе: науч. пособ. Изд. 2-е, перераб. и допол. Москва, 2006. 320 с.

References

1. Bobrytska V.I. (2006), Teoretychni i metodychni osnovy formuvannia zdorovoho sposobu zhyttia u maibutnykh uchyteliv u protsesi vyvchennia pryrodnychkh nauk: dys. d-ra ped. nauk: 13.00.04 / Kyiv. 462 s.
2. Ionova O.M. (2009), Zdoroviazberezhennia osobystosti yak psykhologo-pedahohichna problema. Pedahohika, psykhohohiia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu: naukova monohrafiia. Kharkiv: KhDADM. №1. S. 69 – 72.
3. Krykunova M.A. (2010), Zdorovesberehaiushchaia systema obrazovatelnoho uchrezhdeniia. Saratov: SHU. 194 s.
4. Kuchma V.R. (2002), Sovremennnye hygienicheskye podkhody k otsenke vliyaniia obrazovatelnykh tekhnolohy na zdorove detei y podrostkov. Zdorove naseleniia y sreda obytaniia. № 2. S. 1 – 4.
5. Naumenko Yu.V. (2005), Zdorovesberehaiushchaia deiatelnost shkoly. Pedahohyka. № 6. s. 37 – 44.
6. Smyrnov N.K. (2006), Zdorovesberehaiushchye obrazovatelnye tekhnolohy y psykhohohiia zdorovia v shkole: nauch. posob. Yzd. 2-e, pererab. y dopol. Moskva. 320 s.