



**ОСВІТА І ЗДОРОВ'Я**

**ПІДРОСТАЮЧОГО  
ПОКОЛІННЯ**

**ВИПУСК 2. ЧАСТИНА 1**

**КИЇВ – 2018**

НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ М.П. ДРАГОМАНОВА  
НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОЛОГО-НАТУРАЛІСТИЧНИЙ ЦЕНТР  
УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ МОН УКРАЇНИ

**МАТЕРІАЛИ**

**ДРУГОГО МІЖНАРОДНОГО СИМПОЗИУМУ**

**ОСВІТА І ЗДОРОВ'Я  
ПІДРОСТАЮЧОГО ПОКОЛІННЯ**

24-26 квітня 2018 р.

**ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ**

**ВИПУСК 2. ЧАСТИНА 1**

Київ – 2018

**УДК** 378.22.091.214:[61:304.3](072)  
**ББК** 51.204.0РЗ-21

Матеріали другого міжнародного симпозиуму «Освіта і здоров'я підростаючого покоління»: Зб. наук. праць в 2-х частинах / За ред. Страшка С.В. – Вип. 2. – Ч. 1. – К.: Алатон, 2018. – 87 с.

#### **РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:**

**Андрущенко Віктор Петрович** – ректор Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, академік НАПН України, доктор філософських наук, професор.

**Бондар Володимир Іванович** – декан факультету педагогіки і психології Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, академік НАПН України, доктор педагогічних наук, професор.

**Вербицький Володимир Валентинович** – директор Національного еколого-натуралістичного центру учнівської молоді МОН України, доктор педагогічних наук, професор.

**Страшко Станіслав Васильович** – завідувач кафедри медико-біологічних і валеологічних основ охорони життя та здоров'я факультету педагогіки і психології Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, кандидат біологічних наук, професор.

**ISBN** 978-966-2663-60-0

© Редакційна колегія, 2018  
© Автори статей, 2018  
© Видавництво «Алатон», 2018

## ЗМІСТ

<b>Бех І.Д.</b> НЕБЕЗПЕКИ НА ШЛЯХУ ДУШЕВНО-ДУХОВНОГО ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ	5
<b>Страшко І.В., Страшко С.В.</b> СОЦІАЛЬНА ЗНАЧИМІСТЬ СПЕЦІАЛЬНОСТІ «ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ» В СЬОГОДЕННИХ РЕАЛІЯХ	7
<b>Воронцова Т. В., Пономаренко В. С.</b> КЛЮЧОВІ КОМПЕТЕНТНОСТІ ТА КЛЮЧОВІ ЖИТТЄВІ НАВИЧКИ В КОНТЕКСТІ ВИКЛИКІВ СУЧАСНОГО СВІТУ	13
<b>Дяченко-Богун М.М., Гриньова М.В.</b> ПСИХОДИДАКТИЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ БІОЛОГІЇ ДО РЕАЛІЗАЦІЇ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ	18
<b>Вербицький В.В.</b> ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ У ПЕДАГОГІЧНІЙ СПАДЩИНІ В.О. СУХОМЛИНСЬКОГО	24
<b>Апанасенко Г.Л.</b> УСЯ ПРАВДА ПРО ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ	28
<b>Гончаренко М.С., Богомаз Т.О., Строїлова Д.В., Синиця О.В.</b> ФУНДАМЕНТАЛЬНІ ЗМІНИ В ОСВІТІ НА ОСНОВІ ВПРОВАДЖЕННЯ ТЕХНОЛОГІЇ ЦІЛІСНОГО МИСЛЕННЯ	30
<b>Ліпський П.Ю., Євсєєва О.В.</b> НОВА ВАЛЕОЛОГІЯ ТА ПЕРСПЕКТИВИ 4-ї ЕРИ В СИСТЕМІ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я»	34
<b>Muchacki M.</b> KONSEKWENCJE ZDROWOTNE KORZYSTANIA Z GIER KOMPUTEROWYCH	39
<b>Білик В.Г.</b> ПРИРОДНИЧО-НАУКОВА ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ В РУСЛІ ЗДОРОВ'ЯФОРМУВАЛЬНОЇ ОСВІТИ	43
<b>ГОРЧАКОВ В. Ю.</b> МОЖЛИВІСТЬ ДОДАТКОВОГО РОЗВИТКУ МОЗКУ ЛЮДИНИ В УМОВАХ СУЧАСНОЇ ШКОЛИ УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ	46
<b>Горяна Л. Г.</b> НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСНОВИ МОДЕРНІЗАЦІЇ ВПРОВАДЖЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ШКІЛЬНІ ДИСЦИПЛІНИ	49
<b>Єресько О.В.</b> ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ШКІЛЬНОЇ ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ ОСВІТИ	54
<b>Жиденко А.О., Міщенко Т.В.</b> РОЛЬ ОКРЕМИХ ДИСЦИПЛІН ПРИРОДНИЧОГО ЦИКЛУ У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ СТУДЕНТІВ І ШКОЛЯРІВ У НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ УКРАЇНИ	57
<b>Кривич І.П., Палієнко К.В., Гусєва Г.М., Олайя-Верано В.В.</b> ДЕМОГРАФІЧНА СИТУАЦІЯ В УКРАЇНІ ЗА РОКИ ЇЇ НЕЗАЛЕЖНОСТІ	61

<b>Митник О.Я.</b> ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ УРОКУ ЯК ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОГО	66
<b>Шаповалова Т.Г.</b> ВПРОВАДЖЕННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ОСВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ НА ОСНОВІ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У ВІДПОВІДНОСТІ ДО НОВОГО СТАНДАРТУ	69
<b>Кудрик Л.Г., Шиян О.І.</b> УЧНІВСЬКЕ САМОВРЯДУВАННЯ ЯК ІНСТРУМЕНТ РОЗБУДОВИ ЗДОРОВОЇ ШКОЛИ	73
<b>Страшко С.В., Пономаренко В. С., Думчева А.Ю.</b> ЕТАЛОННА МОДЕЛЬ ШКОЛИ, ДРУЖНЬОЇ ТА БЕЗПЕЧНОЇ ДЛЯ ДИТИНИ	77
<b>Лапченко І.О.</b> ПСИХОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ	81

## ОСВІТА В ГАЛУЗІ ЗДОРОВ'Я: СТАН І ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ (пленарні доповіді)

УДК 378: 37.013.

Бех І.Д.

Інститут проблем виховання НАПН України

### НЕБЕЗПЕКИ НА ШЛЯХУ ДУШЕВНО-ДУХОВНОГО ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ

**Анотація.** Розкриті основні ситуації створення духовної небезпеки. Описані форми несправедливості міжособистісного ставлення в системах «вихователь – вихованець» та «дитина – дитина»

**Ключові слова:** духовна небезпека, спокутування, механізми маніпуляції, несправедливість

Нині проблема душевно-духовного здоров'я особистості набуває особливої актуальності. Річ у тім, що кожна особистість відчуває різноманітні зовнішні впливи, які можуть негативно діяти на її внутрішній стан. Ознакою нашого часу є те, що такі впливи проявляються надзвичайно часто і є досить інтенсивними. Причина такого явища полягає у тому, що більшість людської популяції – це особи егоцентровані. Вони діють не завжди гуманно і ошадливо стосовно тих, з ким вони вступають у комунікацію.

Під душевно-духовним здоров'ям розумітимемо стан душевної рівноваги, коли відсутня дія негативних емоційних переживань. Це стан спокою і внутрішньої гармонії, на основі якої може здійснюватися успішне привласнення духовних цінностей.

У цьому зв'язку розкриємо два основні негативні впливи, які може відчувати і переживати особистість.

Не всім суб'єктам, які взаємодіють з особистістю властиві щирість, чесність, доброзичливість, повага й піклування про іншого. Саме вони часто-густо створюють ситуації духовної небезпеки. До таких належить спокушування, яке негативно діє на особистість. Спокушування – це організований вплив на людину, який внаслідок своєї зовнішньої виразності, апеляції до образу “Я” чи обіцяння вагомих благ глибоко емоційно захоплює її. Спокушування, як правило, достатньо не осмислюється, воно апелює до егоїстичних потреб. Ситуації спокушування розгортаються на основі механізму маніпуляції людини людиною і не сумісні з загальноприйнятими моральними нормами.

Особливу небезпеку становить спокушування у підлітковому віці, коли реально непідтвержене почуття дорослості відкриває «внутрішні ворота» для втягування підлітка в таку ситуацію, що може призвести до скоєння ним не тільки асоціальних, а й злочинних дій.

Несправедливість у міжособистісних стосунках як фактор духовної небезпеки. Це відсутність здатності правильно судити про людину. У особи, яка зазнала несправедливості, виникає сильне переживання гіркоти образу, спостерігається порушення душевної рівноваги.

Розкриємо форми несправедливості педагога, його психологічні характеристики та самокорекцію.

#### **Несправедливість як міжособистісне ставлення в системі «вихователь – вихованець»**

Форма несправедливості	Характеристика суб'єкта несправедливості (педагога)	Корекція
Імпульсивна	Емоційно нестриманий, нерозважливий, гарячкуватий	Подолання емоційних виявів, вироблення здатності опанувати себе
Свідома (свідомо мстива, свідомо злопам'ятна, свідомо корислива)	Низьке почуття совісті (швидше за все суб'єкт недобросовісний, мстивий, керується своєкорисним розрахунком)	Блокування власних его-пристрастей
Несправедливість унаслідок некомпетентності	Нетерпеливий щодо особливостей розвитку й функціонування об'єкта несправедливості, не знає його внутрішнього світу, не помічає і	Вправлення у розумінні іншої людини

	не цінує успіхів	
Стереотипно-утверджувальна	Підозріливий, орієнтується на свою проникливість (далеко не об'єктивну), самовпевнений	Подолання стереотипів щодо інших, аналіз своїх висновків, вивчення людей
Гіперпохвальна	“Обожнювання” певної особи внаслідок виконання нею дрібних (дій) доручень	Вироблення звички до об'єктивного оцінювання іншої людини
Емоційно-ситуативна	Орієнтується на свої негативні емоційні почуття щодо школяра, які активізувалися під дією своєї образи або через неповагу, зневажливість стосовно нечупари, роздратування внаслідок образи, позитивні почуття (надсимпатія), що призводять до несправедливості	Вироблення здатності керуватися розумом, а не почуттями

Педагог має бути також обізнаним з несправедливістю як міжособистісним ставленням в системі «дитина – дитина».

Форма несправедливості	Характеристика поведінки суб'єкта та ситуації несправедливості
Елементарно свідомо: а) мстива б) корислива в) глузлива г) незаслужено підозрілива д) незаслужено докірлива е) придушування почуттів	а) мстить за завдану в минулому образу, грубість, нечесність б) незаслужено позитивне оцінювання для збереження приятельських стосунків, отримання допомоги, співчуття, підтримки тощо в) виявляє прихильність чи якісь інші позитивні почуття стосовно іншої дитини, яка насміхається, глузує, ображає г) безпідставно підозрює іншу дитину в тому, чого вона не скоїла д) незаслужено докоряє іншій дитині е) виявляє добрі, дружні почуття до іншої дитини, яка придушує в собі подібні почуття
Самоутверджувальна	Провокування до образи однією дитиною іншої (наприклад у формі жарту)
Комформістська	В оцінюванні товариша керується судженням про нього педагога
Несправедливість некомпетентності	Оцінює іншу дитину, не маючи достатньої обізнаності з її можливостями, інтересами, психічним станом: виправляє, насміхається, коли вона щось робить
Гіперпохвальна	Позитивно оцінюючи іншу дитину, виявляє емоційну нестриманість, надмірне захоплення
Емоційно-ситуативна	Орієнтуючись на актуалізовані почуття щодо іншої дитини, втрачає об'єктивність в її оцінюванні

Особистість, що йде шляхом духовного зростання, неодмінно володіє внутрішніми, прихованими глибоко в душі й непомітними на перший погляд чеснотами. Вони є справжньою її сутністю. Про них пам'ятають, оскільки повсякчас втілюються у відповідних духовних взаєминах та вчинках. Тому так важливо, щоб на заваді означених чеснот не повстала людська зневага, несправедливість, черствість. Останні не сприяють душевно-духовному здоров'ю особистості – цій сакральній основі істинного її життя.

**Bech I.D.**

Institute of problems on education NAES of Ukraine

**ABSTRACT.** The main situations of creating spiritual danger were revealed. The forms of injustice in interpersonal relations in the systems of «educator – child» and «child – child» were described.

**Keywords:** spiritual danger, redemption, mechanisms of manipulation, injustice

УДК 1:304.3:316

Страшко І.В., Страшко С.В.

Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова

## СОЦІАЛЬНА ЗНАЧИМІСТЬ СПЕЦІАЛЬНОСТІ «ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ» В СЬОГОДЕННИХ РЕАЛІЯХ

**Анотація.** Розглядається специфіка спеціальності «Здоров'я людини», її суспільна значимість, місце в системі вищої педагогічної освіти, виділяються ціннісно-сміслові особливості професійної підготовки студентів. Пріоритет системного бачення досліджуваного предмета пов'язаний з необхідністю встановити компоненти, що складають структуру даної спеціальності, і, за допомогою їх вивчення в контексті сукупності зв'язків і відносин, виявити її значення у забезпеченні збереження здоров'я української нації. Аксиологічний підхід дав змогу визначити ціннісно-сміслові характеристики професійної підготовки студентів.

**Ключові слова:** здоров'я людини, особисте і громадське здоров'я, суспільна значимість, педагогічна освіта, професійна підготовка

Незважаючи на те, що спеціальність «Здоров'я людини» має величезне значення для українського суспільства, на всіх етапах її існування актуальними залишаються суперечки про її цілі, сутність, цінність, завдання. З одного боку, вона є важливою ланкою у формуванні в підростаючого покоління знань про індивідуальне здоров'я, основи здоров'язбереження, мотивації на здоровий спосіб життя і покликана безпосередньо протидіяти негативним факторам, що руйнують благополучне існування людини. Адже саме завдяки впровадженню в школі обов'язкового предмету «Основи здоров'я», а згодом – підготовці фахівців відповідного профілю у педагогічних вишах, освітянам вдалося реалізувати ідею «Здоров'я через освіту», прийняту на першому з'їзді вчителів незалежної України. З іншого боку цю спеціальність оцінюють як напрям, що не займає пріоритетних позицій в системі вищої педагогічної освіти. Постійно з'являються функціонери, які недооцінюючи соціальну значимість формування в молоді стійкої мотивації на здоровий спосіб життя через шкільний предмет, руйнують підготовку відповідного вчителя, аргументуючи це відсутністю необхідності в самому існуванні спеціальності «Здоров'я людини».

Непевність онтологічного та соціального статусу цієї спеціальності, втрата нею своїх субстанціальних характеристик робить дану тематику актуальним предметом соціально-філософського дослідження. До того ж, розгляд існування спеціальності «Здоров'я людини» крізь призму соціальної філософії дозволить визначити її ціннісно-сміслові основи і соціальну значимість, що є необхідним елементом наукового опрацювання питань її популяризації та пропаганди.

В основі даної розвідки лежить певне судження про цілі і завдання соціально-філософського дискурсу, суть якого полягає в рефлексії відносно сукупності уявлень, що склалися в наявних дослідженнях, сприйнятті дисциплін оздоровчого спрямування та обізнаності щодо практик їх реалізації.

Мета статті – соціально-філософське осмислення теоретико-методологічних, онтологічних, аксіологічних основ існування педагогічної спеціальності «Здоров'я людини» як одного із засадничих чинників формування, збереження, розвитку особистого і громадського здоров'я в сьогоденних українських реаліях.

За більш ніж десятилітню історію свого існування спеціальність «Здоров'я людини» (спочатку – «Валеологія») перебуває в стані безперервного реформування. Сьогодні вона виявляється відокремленою від суто профілактичного спрямування за допомогою конотацій, якими вона наділяється в залежності від стереотипів мислення, та перетворюється на об'єкт маніпуляції, навіть свідомого її знищення. На наше переконання, існуючі розбіжності в розумінні її суті визначаються експліцитними та імпліцитними світоглядними і теоретико-методологічними передумовами, що пов'язані з усвідомленням її положення, ролі і перспектив розвитку взагалі. При цьому не враховується, що формулювання її сутності є питанням, що безпосередньо стосується онтологічних перспектив людини, оскільки вона пов'язана з визначенням місця особистого і громадського здоров'я в житті людини, з



альтернативами багатовимірності соціального буття, а значить з вибором шляхів реалізації її здоров'я- та життязбережних стратегій.

Відсутність відрефлексованого трактування цього питання і, перш за все, соціально-філософського обґрунтування існування спеціальності «Здоров'я людини» в системі вищої освіти, породжує суперечливі погляди на її завдання і специфіку. Як наслідок, має місце безперервна ідейна і практична боротьба за встановлення її місця в системі вищої освіти, за розподіл державного замовлення, можливість ліцензування і акредитації вишів щодо підготовки фахівців. Яскравою ілюстрацією такого стану справ є історія підготовки і введення в дію наказу «Про внесення змін до наказу Міністерства освіти і науки від 12 травня 2017 року № 506». Безпрецедентно широке його обговорення на стадії підготовки так і не привело до узгодження різних позицій. Запропоноване цим наказом приєднання спеціальності «Здоров'я людини» з предметною спеціальністю «Біологія» означає, що підготовка фахівців оздоровчого спрямування не тільки повністю поглинається біологією, а й автоматично виключає можливість поєднання першої з психологією, фізичною культурою, початковою, дошкільною та спеціальною освітою.

Між тим, значимість цієї спеціальності на рівні соціуму навпаки зростає: прискорюється переважання смертності над народжуваністю, відмічається зростання хронічних захворювань, посилюється роль стресового фактора у взаєминах людей, загострюються проблеми зі здоров'ям, викликані гіподинамією, нездоровим харчуванням, табакокурінням тощо [1; 2]. До того ж, занепад вітчизняної системи охорони здоров'я, ресурси якої знизилися одночасно з погіршенням загальної економічної ситуації, є ще одним фактором, що обґрунтовує необхідність впровадження в практику повсякденного життя установки на пріоритет здоров'язбережної поведінки. Кризові явища екологічного, культурного і духовно-морального характеру, що торкнулися сучасного українського суспільства, теж вимагають переорієнтації людини на створення нової шкали цінностей, нових моральних установок та імперативів, в яких не останнє місце має займати і турбота про власне здоров'я. Тому, щоб зламати існуючу негативну тенденцію виродження української нації, необхідне усвідомлення здоров'я як універсальної цінності людини, формування в українському суспільстві фактичної, а не декларованої його цінності, розуміння протиріч і закономірностей взаємозв'язку різних проявів особистого і громадського здоров'я. Цього, на наше переконання, можна досягти шляхом наполегливої навчально-виховної роботи з дітьми та молоддю, що проводиться підготовленими фахівцями.

На жаль, соціально затребувана роль вчителя основ здоров'я не знайшла ще адекватного відображення в свідомості українців. Про що, зокрема, свідчить скорочення кількості бюджетних місць у ВНЗ на цю спеціальність, постійні намагання зменшити обсяг годин на предмет «Основи здоров'я» в школі, недооцінка її важливості для української спільноти зі сторони представників МОН, і навіть ставлення до неї як до другорядного предмета, що не вимагає ґрунтовної професійної підготовки, з боку педагогічного колективу та директорів шкіл, які, через брак підготовлених спеціалістів, розподіляють години серед вчителів інших предметів. В найкращому випадку – це вчителі біології та фізичної культури, а в найгіршому – вчителі трудового навчання, мови та літератури, географії. Останні, з огляду на нестачу годин на свій предмет, погоджуються викладати «Основи здоров'я». Розподілення годин по залишковому принципу на такий суспільно важливий предмет, як «Основи здоров'я» означає не тільки недооцінювання здоров'я як найважливішої соціальної і екзистенціальної цінності людського буття, а й є, без перебільшення, загрозою знищення української нації.

Важливо зазначити, що вчитель основ здоров'я – фахівець соціально-гуманітарного профілю, професійна діяльність якого полягає у викладанні предметів оздоровчого спрямування з метою формування, збереження і зміцнення індивідуального і суспільного здоров'я, проведенні комплексних заходів по ціннісному і праксиологічному конституюванню певних моделей здоров'язбережної поведінки. У цьому контексті необхідно вказати, що, за даними наявних досліджень, в результаті впровадження шкільного предмета «Основи здоров'я» і, пов'язаних з ним профілактичних програм, суттєво скоротилось вживання підлітками міцних напоїв, зменшилось поширення куріння серед 15-16-літніх; знизилась поширеність абортів серед дівчат віком 15-17 років [3]. Це дозволяє зробити висновок про те, що професійна підготовка вчителя основ здоров'я виявляється надзвичайно важливим

суспільним фактором, а спеціальність «Здоров'я людини» є відповіддю на виклики, пов'язані з реальним емпіричним досвідом педагогів, психологів, соціологів, медичних і соціальних працівників, який свідчить про неухильне погіршення здоров'я населення в цілому і підрастаючого покоління зокрема.

В Національному педагогічному університеті імені М.П. Драгоманова підготовка фахівців даної спеціальності будується з опорою на медико-біологічний та психолого-педагогічний блоки дисциплін [4; 5]. Її основу становлять «Загальна біологія з основами генетики», «Нормальна та патологічна анатомія людини», «Нормальна та патологічна фізіологія людини», «Фізіологія вищої нервової діяльності». Вони є обов'язковим елементом опанування фундаментальними знаннями про будову організму людини від молекулярного до популяційного рівнів організації, закономірності його функціонування в нормі і патології, механізми успадкування ознак, вплив факторів середовища і шляхи адаптації організму людини до змін у довкіллі, біологічні основи поведінки.

Глибоке розуміння біологічних процесів не можливе без розуміння процесів, що відбуваються на молекулярному і субклітинному рівнях організації живого. Набуттю студентами відповідних уявлень слугують дисципліни «Хімія за професійним спрямуванням», «Основи біохімії», «Біомеханіка та фізика за професійним спрямуванням». Вони сприяють поглибленню і доповненню їх базових природничих знань, набутих у школі, розумінню перспектив теоретичного і практичного їх застосування під кутом зору майбутньої професійної діяльності.

Характеристики і оцінки суспільного здоров'я, що нерозривно корелюють з такими питаннями, як народжуваність і смертність, хвороба, спосіб життя, раціональне харчування, створення здорового середовища проживання, організація охорони здоров'я вивчаються в дисциплінах «Діагностика і моніторинг рівня здоров'я», «Валеологія (фізіологія) рухової активності», «Основи здорового харчування», «Основи наркології», «Валеологічні основи планування сім'ї та генетичні хвороби людини» тощо. Вони забезпечують донесення до свідомості студентів знань і правил здоров'язбережної поведінки, аналізу здоров'я як критеріальної основи буття людини, вносять корекцію у ставленні до здоров'я як до цінності.

Питання, що зачіпають основи способу буття людини в світі і пов'язані з проблемами його цілісності, багатогранності та майбутності, оптимального поєднання природних сил і штучних процесів, аналізуються в межах таких навчальних дисциплін, як «Мікробіологія, вірусологія, імунологія та токсикологія», «Основи фітології» та польової практики з біології. З ними перекликається дисципліна «Екологія з основами екології людини», яка ґрунтується на людиновимірному критерії в розумінні глобальних проблем людства і дозволяє сформуванню у студентів систему екологічних знань та екологічну картину дійсності.

Оскільки проблеми здоров'я не можуть розглядатися поза зв'язком з негативними тенденціями сьогодення, що пов'язані зі злочинами проти життя і здоров'я людини, виняткового звучання набуває дисципліна «Безпека життєдіяльності». Вона акцентує увагу на онтологічних та аксіологічних аспектах організації безпечного для життя людини середовища як діяльності, що властива їй іманентно.

Важко переоцінити значення дисципліни «Гігієна (загальна і шкільна)» для фахової підготовки випускника: вона виступає субстанціональною і критеріальною підставою виявлення факторів ризику, оцінки умов навчання, режиму харчування і режиму дня школярів, організації навчально-виховного процесу, фізичного і трудового виховання дітей та підлітків, проведення роботи з профілактики харчових отруєнь у школі.

На тлі різкого ослаблення профілактичної роботи, погіршення санітарно-епідеміологічної обстановки, зниження доступності медичної допомоги для більшості населення, необхідною є медична обізнаність студентів, ключовим компонентом якої є «Долікарська медична допомога у невідкладних станах», що успішно доповнюється дисциплінами «Основи хірургії і травматології з доглядом за хворими» та «Основи педіатрії». Остання за своїм призначенням орієнтована на ознайомлення студентів з ознаками патологічних станів у дітей і підлітків, основами долікарської диференційної діагностики дитячих хвороб і станів, порядком дій при наданні невідкладної допомоги при раптових захворюваннях і травмах. Володіння такими соціально значущими навичками, а також своєчасне проведення профілактичних заходів має допомогти знизити рівень дитячої захворюваності в школі.

Питання сутності індивідуального здоров'я, причин дисгармонійного психічного розвитку, психології здоров'я і духовності людини, ролі сім'ї у психічному здоров'ї особистості, психогієни і психотерапії найбільш рельєфно висвітлюються при опануванні психовалеології.

Значною мірою засвоєнню студентами технологій навчання учнів предметам оздоровчого спрямування сприяють дисципліни педагогічної спрямованості: «Педагогіка», «Історія педагогіки», «Основи інклюзивної освіти», «Методика викладання основ здоров'я та валеології», «Методика навчання основ медичних знань та проведення санпросвітницької роботи», «Методика навчання БЖД. Організація ОП та БЖД в НЗ», «Методика проведення виховної роботи з формування мотивації до здорового способу життя» та педагогічні практики в школі (навчальна пропедевтична та виробнича). Цей педагогічний блок дисциплін має на меті ознайомлення майбутніх вчителів основ здоров'я з сучасною концепцією превентивної освіти, з принципами освіти на основі формування життєвих навичок, з методами моніторингу та оцінки профілактичних курсів і програм. Знання загальних питань методики як науки, концепцій, підходів і принципів сприяє більш глибокому розумінню їх сутності та покликане допомогти студентам у визначенні та уточненні власних ціннісних позицій щодо майбутньої професійної діяльності.

Вибір додаткових навчальних дисциплін в межах фахової підготовки, в кожному конкретному випадку, не тільки займає чільне місце в предметній області інтересів студентів, а й є «віссю», навколо якої вибудовується їхня майбутня повсякденна практика. Так, соціальний зміст спецкурсів «Профілактика порушень зору» та «Профілактика порушень постави» орієнтований на ознайомлення майбутніх вчителів з причинами і наслідками порушень зорового аналізатора та опорно-рухового апарату та набуття ними потенціалу для своєчасного виявлення і корекції відхилення в їх роботі у школярів. Зниження відсотку розвитку короткозорості та викривлень хребта у дітей за період навчання в школі без залучення лікарів є шляхом до зниження гостроти проблеми дидактогенних захворювань.

Не викликає сумнівів і соціальна направленість вибіркової дисципліни «Організація шкільної служби здоров'я». Вона знайомить студентів зі структурою і функціями підрозділів шкільної служби здоров'я, комплексом просвітницько-профілактичних заходів з формування культури здоров'я, профілактики негативної поведінки та звичок, корекційно-розвивальної роботи для дітей з особливими потребами, оздоровчими технологіями і створенням необхідних здоров'язбережливих умов для успішного навчання та розвитку школярів.

З метою формування стійких установок на здоровий спосіб життя в блок професійної підготовки вчителя основ здоров'я входять соціально-просвітницькі тренінги з актуальних проблем фізичного і психічного здоров'я, з профілактики шкідливих звичок, ВІЛ/СНІДу, неінфекційних захворювань, травматизму, насильства тощо.

Наявність в навчальному плані варіативної складової є необхідною умовою для вибору студентами факультету педагогіки і психології НПУ імені М.П. Драгоманова додаткової спеціальності. Цей вибір є способом реалізації їхніх професійних устремлень, їхнього самовизначення, формування «образу» свого майбутнього, а отже стає вибором шляху втілення власних життєвих і професійних планів в соціальній реальності.

З огляду на те, що істотною проблемою існування спеціальності «Здоров'я людини» є недостатня кількість годин, виділених базовим навчальним планом на предмет «Основи здоров'я» в школі, для забезпечення конкурентоспроможності випускників на ринку праці необхідністю стає їх підготовка за подвійними (а, за можливості, й потрійними) спеціальностями. Вона повинна ґрунтуватися на спорідненості дисциплін циклу фундаментальної, природничо-наукової підготовки та співпадінні мети майбутньої професійної діяльності. Оптимальними є комбінування з підготовкою практичного психолога (адже для шкільного практичного психолога пріоритетом є формування, збереження і корекція психічного здоров'я учнів), фізичного терапевта (оскільки метою фахівця з фізичної терапії в загальноосвітньому навчальному закладі є підтримка належного рівня фізичного здоров'я учнів і корекція відхилень), вчителя біології (одним з основних завдань якого, крім формування природничо-наукового мислення, є теоретичне обґрунтування основ здорового способу життя та раціонального природокористування).

Тридцять кредитів, відведених на вибір дисциплін за блоком професійної підготовки з другої спеціальності, на основі природничо-наукової та професійної підготовки за першою,

дозволяють не тільки забезпечити високу якість професійних компетенцій випускників, а й присвоїти їм подвійну кваліфікацію: «2340 – вчитель основ здоров'я та 2445 – практичний психолог» або «2340 – вчитель основ здоров'я та 2282 – фахівець з фізичної терапії та ерготерапії».

Вільний вибір дисциплін з переліку (60 кредитів) дає можливість студентам поглибити свою фахову підготовку у відповідності до власних уподобань або набути додаткову спеціалізацію. Так, опанування практично-орієнтованої варіативної дисципліни «Спортивний та реабілітаційний масаж», яка доповнює обов'язкову дисципліну поглибленої фахової підготовки «Масаж загальний і самомасаж», забезпечує готовність випускника виконувати функції масажиста і отримати відповідну кваліфікацію (3226 – масажист).

Отже, змістовна сторона кожної дисципліни спеціальності «Здоров'я людини» враховує не тільки її загальне соціальне призначення, а й порядок його реалізації в структурі предметних знань. Тренінговий центр, лабораторія надання долікарської допомоги у невідкладних станах, лабораторія експериментальної фізіології та діагностики рівня здоров'я, лабораторія мікробіології та фітології, лабораторія функціонального впливу на організм людини, що успішно функціонують при факультеті педагогіки і психології НПУ імені М.П. Драгоманова, відображають всі сторони одержуваної освіти та створюють умови для практичного опрацювання набутих студентами теоретичних знань.

Органічне поєднання дисциплін природничо-наукової і фахової (інваріативної та варіативної) підготовки визначає багатоваріантність працевлаштування випускників. Опанування другої спеціальності та додаткових спеціалізацій робить випускника конкурентоспроможним на ринку праці, а його професійна орієнтація на формування, розвиток і збереження індивідуального та громадського здоров'я – соціально затребуваним.

Таким чином, з огляду на інтегрований, соціально орієнтований характер спеціальності «Здоров'я людини», можемо стверджувати, що вона виступає системоутворюючим елементом реалізації стратегій гуманістичного розвитку українського суспільства і повинна зайняти чільне місце в системі вищої педагогічної освіти України. Зміст підготовки фахівців за цією спеціальністю, цілі та завдання до яких готується студент в процесі навчання, зміна ціннісних установок, що відбувається в процесі формування професійних компетенцій майбутніх фахівців, очікувані результати його впливу на підростаюче покоління виходять за межі суто освітньої діяльності й мають безпосередній стосунок до широкої суспільно-корисної практики – як на рівні окремої людини, так і всього українського суспільства. Актуалізація цієї сторони досліджуваного питання дозволяє говорити про онтологічну та екзистенціальну складову буття людини, пов'язану вже не тільки з визначенням ролі спеціальності в здійсненні превентивної освіти, але і з організацією сучасних ефективних здоров'язбережних установок, спрямованих на формування, підтримку, збереження і розвиток здоров'я населення України в цілому.

Звичайно, дана стаття є лише спробою пояснити поточну ситуацію, намаганням обґрунтувати необхідність збереження спеціальності «Здоров'я людини» та показати аксіологічні характеристики професійної підготовки студентів. Це не стільки прагнення знайти «остаточні» відповіді на ключові питання, пов'язані з існуванням самої спеціальності, скільки підтримка такого напрямку їх обговорення, який видається адекватним реаліям сучасного українського суспільства.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ціборовський О. М. Здоров'я населення і фактори ризику, що впливають на його стан, як об'єкт управління (огляд літератури) / О. М. Ціборовський // Україна. Здоров'я нації. – 2015. – № 2. – С. 13-19. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Uzn\\_2015\\_2\\_4](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Uzn_2015_2_4)
2. Щорічна доповідь про стан здоров'я населення, санітарно-епідемічну ситуацію та результати діяльності системи охорони здоров'я України. 2016 рік / МОЗ України, ДУ «УІСД МОЗ України». – Київ, 2017. – 516 с. – Режим доступу: <http://www.uiph.kiev.ua/download/Vidavnictvo/Shchorichna%20dopovid/%D0%A9%D0%BE%D1%80%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%B0%20%D0%B4%D0%BE%D0%BF%D0%BE%D0%B2%D1%96%D0%B4%D1%8C.2017.pdf>



3. Показники та соціальний контекст формування здоров'я підлітків : моногр. / О.М. Балакірєва, Т.В. Бондар, Д.М. Павлова та ін. ; наук. ред. О.М. Балакірєва. – К. : ЮНІСЕФ, Укр. ін-т соц. дослідж. ім. О. Яременка. – К., 2014. – 156. с. – Режим доступу: [https://www.unicef.org/ukraine/ukr/Analytical\\_report\\_HBSC\\_2015\\_Internet.pdf](https://www.unicef.org/ukraine/ukr/Analytical_report_HBSC_2015_Internet.pdf)
4. Навчально-методичний комплекс дисциплін фахової підготовки бакалавра за напрямом «Здоров'я людини\*»: наук.-метод. зб. / І. П. Кривич [та ін.] / заг. ред. С. В. Страшко. – Київ : Освіта, 2013. – 208 с. – Режим доступу: <http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/17755>
5. Галузевий стандарт вищої освіти України: освітньо-кваліфікаційна характеристика, освітньо-професійна програма, засоби діагностики підготовки бакалавра галузі знань 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини», напряму підготовки 6.010203 «Здоров'я людини\*», кваліфікація 2320 вчитель загальноосвітнього навчального закладу I-II ступеня (основи здоров'я) / С.В. Страшко, М. С. Гончаренко, Ю.Д. Бойчук, А. І. Босенко, В.П. Горащук, М.В. Гриньова, М.В. Дутчак, В.М. Єфімова, І.П. Кривич, Ю.М. Мечетний, П.Д. Плахтій, В.Г. Білик. – Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова. 2014. – 58 с. – Режим доступу: <http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/16973>

**Strashko I.V., Strashko S.V.**

National Pedagogical Dragomanov University

### **SOCIAL SIGNIFICANCE OF THE SPECIALTY «HUMAN HEALTH» IN CONTEMPORARY REALITIES**

**ABSTRACT.** *Despite the fact that the specialty «Human health» is of considerable importance for the Ukrainian society, at all stages of its existence, there are disputes about its goals, essence, value, and tasks. Therefore, the specificity of this specialty, its social significance, and its place in the system of higher pedagogical education, as well as the valuable features of professional students training present a significant interest. The authors attempted to present a socio-philosophical analysis of theoretical, methodological, ontological, axiological aspects of the specialty «Human health». The priority of the system vision in analyzing the theme is connected with the need to establish the components that make up the frame of this specialty. Their study in the context of the totality of connections and correlations made possible to reveal the importance of the specialty «Human health» as one of the main factors of protection and development of personal and public health in today's Ukrainian realities. The axiological approach allowed us to determine the value and content characteristics of the professional students training.*

**Keywords:** *human health, personal and public health, social significance, pedagogical education, vocational training*

УДК 37.013

Воронцова Т. В., \*Пономаренко В. С.  
 Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова  
 \*Всеукраїнська спілка вчителів і тренерів

## КЛЮЧОВІ КОМПЕТЕНТНОСТІ ТА КЛЮЧОВІ ЖИТТЄВІ НАВИЧКИ В КОНТЕКСТІ ВИКЛИКІВ СУЧАСНОГО СВІТУ

**Анотація.** В статті проаналізовано виклики, з якими стикається національна система освіти у зв'язку із загальносвітовими тенденціями та політичною ситуацією у державі. Аргументовано, що впровадження компетентнісного підходу пов'язано з необхідністю адаптації до майбутніх потреб ринку праці в умовах швидкого розвитку технологій. Розкрито роль міжнародних інституцій у розробленні системи ключових компетентностей та ключових життєвих навичок, а також суть ключових життєвих навичок та їх зв'язок з ключовими компетентностями.

**Ключові слова:** компетентнісний підхід, предметні та ключові компетентності, життєві навички.

На початку ХХІ століття освіта в Україні постала перед двома серйозними викликами. Перший виклик пов'язаний з новим етапом розвитку людської цивілізації – становленням постіндустріального (Д. Белл) суспільства, яке вимагає змін у всіх сферах життя, насамперед, в освіті. Постіндустріальне суспільство ще часто називають суспільством освіти, оскільки воно вимагає докорінної зміни освітньої парадигми – від навчання на початку життя, до навчання упродовж всього життя, а також від навчання, що базується на трансляції знань, до так званого компетентнісного навчання.

В Україні теоретичні засади компетентнісного підходу розробляли такі науковці, як В. Луговий, О. Савченко, Н. Бібік, О. Локшина, О. Овчарук, О. Пометун. До прикладу, В. Луговий наголошує, що компетентнісна освіта є *результатною*, тобто спрямованою переважно не на процес, а на результат. «Саме результати, виражені в термінах компетентностей, стають основним системоутворювальним фактором, відповідно до якого (як цілі) організуються, добираються, узгоджуються, оптимізуються, гармонізуються всі інші компоненти освіти, включаючи оцінювання» [1, с. 7]. О. Савченко підкреслює, що компетентнісна освіта зміщує акцент на здатність особи до практичних дій і змінює самі результати навчання від традиційних «знаю що...» у напрямку до «знаю як...» [1, с. 43]. Однак, попри зростаючу роль результатів навчання, компетентнісний підхід вимагає докорінних змін і в процесі навчання, насамперед, відмови від директивних підходів, за яких вчитель є головною дійовою особою та головним джерелом знань для учнів, до конструктивістських, за яких учні самі здобувають інформацію з різних джерел і формують свої компетентності в процесі безпосередньої чи мережевої взаємодії з педагогами, однокласниками та іншими особами та інституціями.

У сучасному мінливому і глобалізованому світі кожна людина потребує широкого спектра ключових і предметних компетентностей. Компетентності визначаються як комбінація знань, навичок та ставлень, де:

- *знання* складаються з фактів і цифр, концепцій, ідей та теорій, які вже встановлені та підтримують розуміння певної сфери або предмета;
- *навички* визначаються як здатність та спроможність виконувати процеси та використовувати наявні знання для досягнення результатів;
- *ставлення* описують диспозиції сприйняття і налаштованості щодо ідей, людини або ситуації й спонукають до відповідних реакцій або дій.

Ключовими компетентностями вважаються ті, що сприяють підвищенню особистісного потенціалу і розвитку, розширенню можливостей працевлаштування, соціальної інтеграції, активного громадянства. Такі компетентності розвиваються в процесі навчання протягом усього життя, починаючи з раннього дитинства шляхом формального, неформального та інформального навчання.

17 січня 2018 року Європейський парламент і Рада Європейського Союзу схвалили Рамкову програму оновлених ключових компетентностей для навчання протягом життя [2]. У

Таблиці 1 наведено оновлений перелік ключових компетентностей у порівнянні з тими, що були прийняті у 2006 році.

Таблиці 1

Ключові компетентності (2006 рік)	Ключові компетентності (2018 рік)
1. Спілкування рідною мовою (Communication in the mother tongue)	1. Грамотність (Literacy competence)
2. Спілкування іноземними мовами (Communication in foreign languages)	2. Мовна компетентність (Languages competence)
3. Математична компетентність та основні компетентності у природничих і точних науках (Mathematical competence and basic competences in science and technology)	3. Математична компетентність та компетентність у науках, технологіях та інженерії (Mathematical competence and competence in science, technology and engineering)
4. Цифрова компетентність (Digital competence)	4. Цифрова компетентність (Digital competence)
5. Уміння вчитись (Learning to learn)	5. Особиста, соціальна та навчальна компетентність (Personal, social and learning competence)
6. Соціальна і громадянська компетентність (Social and civic competences)	6. Громадянська компетентність (Civic competence)
7. Почуття ініціативності та взаємодії (Sense of initiative and entrepreneurship)	7. Підприємницька компетентність (Entrepreneurship competence)
8. Культурна впевненість і самовираження (Cultural awareness and expression)	8. Компетентність культурної обізнаності та самовираження (Cultural awareness and expression competence)

*Другий виклик* української освіти пов'язаний з військовим конфліктом, який триває на Сході України. У наш час багато країн стикаються з такими явищами, як політична нестабільність, насилля і збройні конфлікти. Політичні та соціальні негаразди завжди ускладнюють реалізацію прав людини, особливо негативно вони позначаються на молодому поколінні, обмежуючи базові права дітей та молоді, в тому числі й на навчання. Водночас, саме освіта є могутнім потенційним інструментом для розбудови миру.

У доповіді «Освіта: прихований скарб», відомої як доповідь Жака Делора, ЮНЕСКО сформулювала ключові завдання – чотири «стовпи» освіти на XXI століття: учитися знати, учитися діяти, учитися бути й учитися жити разом [3, с.8-9].

«Учитися знати» – це когнітивний вимір. Він передбачає розвиток здатності до концентрації, вирішення проблем, критичного мислення, допитливості, креативності, щоб люди краще розуміли процеси, які відбуваються у світі та інших людей. Когнітивний вимір навчання сприяє набуттю базових навичок: вмінню читати, писати, рахувати, цифровій грамотності (знання інформаційно-комунікаційних ідей і технологій). Когнітивний вимір навчання потрібен для того, щоб розвивати нові навички та набувати нових знань, зокрема уміння вчитися протягом життя.

«Учитися діяти» – це інструментальний вимір. Навчає застосовувати набуті теоретичні знання на практиці в повсякденних контекстах, а також бути гнучкими до постійно зростаючих вимог ринку праці і технологій, які постійно розвиваються.

«Учитися бути» – це індивідуальний вимір. Розглядає навчання як самореалізацію, розвиток особистісного потенціалу, самоповаги та самоефективності. Навички, набуті в рамках цього виміру, також важливі для життєвої стійкості, самозахисту та запобігання насильству.

«Учитися жити разом» – соціальний вимір, який є підґрунтям для громадянської освіти, заснованої на цінностях демократії, справедливості, поваги до відмінностей, прав людини і соціальних норм.

Дитячий Фонд ООН (ЮНІСЕФ) доповнив чотиривимірну модель ЮНЕСКО ключовими життєвими навичками. ЮНІСЕФ визначає життєві навички як психосоціальні компетентності, необхідні кожній людині для застосування в усіх сферах життя, незалежно від її професійної спеціалізації [4]. Відповідно до чотиривимірної моделі ЮНІСЕФ визначено 12 основних життєвих навичок (табл. 2), короткий опис яких наведено у табл. 3.

Таблиця 2

Виміри навчання	Ключові життєві навички
Когнітивний вимір («Учитися знати»)	Навички для навчання: <ul style="list-style-type: none"> <li>• творчість</li> <li>• критичне мислення</li> <li>• вирішення проблем</li> </ul>
Інструментальний вимір («Учитися діяти»)	Навички для працевлаштування: <ul style="list-style-type: none"> <li>• співпраця</li> <li>• переговори</li> <li>• ухвалення рішень</li> </ul>
Індивідуальний вимір («Учитися бути»)	Навички для підвищення особистісного потенціалу: <ul style="list-style-type: none"> <li>• саморегуляція</li> <li>• стійкість</li> <li>• комунікація</li> </ul>
Соціальний вимір («Учитися жити разом»)	Навички для активного громадянства: <ul style="list-style-type: none"> <li>• повага до різноманітності</li> <li>• емпатія</li> <li>• участь</li> </ul>

Таблиця 3

<b>Когнітивний вимір: творчість, критичне мислення, вирішення проблем</b>
<p><b>Творчість (креативність)</b> — це здатність висловлювати оригінальні ідеї, виходити за межі звичного, створювати нові продукти, застосовувати інноваційні методи і технології, часто у співпраці з іншими.</p> <p>У поєднанні з навичками критичного мислення та вирішення проблем, креативність є основним компонентом цілеспрямованого та організованого мислення.</p> <p><b>Пов'язані здатності:</b> інноваційне мислення, нестандартне мислення, формулювання ідей, аналіз та синтез, співпраця та командна робота, сприйняття ризику, наполегливість.</p>
<p><b>Критичне мислення</b> — це здатність збирати, аналізувати, синтезувати інформацію, відрізняти достовірні факти від недостовірних, факти від суджень, шукати надійні джерела для перевірки достовірності інформації.</p> <p>Навички критичного мислення допомагають визначати та оцінювати чинники, що впливають на ухвалення рішень і поведінку, захищатись від маніпуляцій та насильства, негативних соціальних впливів та радикалізації.</p> <p><b>Пов'язані здатності:</b> думати про те, як думаєш, ставити запитання, інтерпретувати і синтезувати інформацію.</p>
<p><b>Вирішення проблем</b> — це здатність продумати кроки, які ведуть до бажаної мети, та розробляючи варіанти її вирішення.</p> <p>Всесвітнє опитування школярів PISA визначила та об'єднала когнітивні процеси вирішення проблем у чотири сфери.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Вивчення та розуміння:</b> вивчення проблемної ситуації шляхом її спостереження, взаємодії з нею, пошуку інформації та аналізу обмежень або перешкод.</li> <li>2. <b>Представлення та формулювання:</b> використання таблиць, графіків, символів або слів для представлення аспектів проблемної ситуації, а також формулювання гіпотез про відповідні чинники проблеми для побудови узгодженого представлення проблемної ситуації.</li> <li>3. <b>Планування та виконання:</b> розроблення плану чи стратегії для вирішення проблеми та її виконання. Це може привести до уточнення загальної мети, встановлення підцілей тощо.</li> <li>4. <b>Моніторинг та відображення:</b> моніторинг прогресу, реагування на зворотній зв'язок та відображення рішення, наданої інформації щодо проблеми чи прийнятої стратегії.</li> </ol> <p><b>Пов'язані здатності:</b> критичне мислення, прийняття рішень, творчість, цікавість, уважність, аналітичне мислення.</p>
<b>Інструментальний вимір: співпраця, переговори, ухвалення рішень</b>



*Співпраця* — дія або процес спільної діяльності, спрямований на досягнення спільної мети чи взаємної вигоди. Це навички командної роботи, ефективне лідерство, повага до думок і внесків інших людей, вміння підтримувати та координувати партнерські стосунки.

*Пов'язані навички:* самоконтроль, емпатія, активне слухання.

*Переговори* — це процес спілкування між щонайменше двома сторонами, спрямований на досягнення домовленостей, які базуються на сприйнятті відмінних інтересів сторін.

Люди вчаться навичок ведення переговорів з раннього дитинства. Переговори становлять значну частину дитячої гри і мають чітке призначення: узгодити, як можна бути разом у грі, та узгодити зміст самої гри.

*Пов'язані здатності:* активне слухання, асертивність, вміння ставити запитання для з'ясування точок зору, рефлексія.

*Ухвалення рішень* — це здатність обрати зважене рішення, враховуючи сукупність чинників впливу та обмежень.

Процес ухвалення рішень часто розглядається як поетапний процес. Наприклад, одна із відомих моделей ухвалення рішень складається з п'яти етапів: визначення цілей; збір інформації для обґрунтованого ухвалення рішень; розробка варіантів рішень; оцінка і ухвалення рішень; впровадження і рефлексія.

*Пов'язані здатності:* планування дій, постановка цілей, навички лідерства, оцінка ризиків і небезпек.

### **Індивідуальний вимір: саморегуляція, стійкість, комунікація**

*Саморегуляція* — це здатність регулювати та контролювати свою поведінку, емоції та імпульси.

Саморегуляція передбачає віру у свої можливості, здатність до навчання, досягнення цілей та успіху. Люди із здатністю до саморегуляції і відчуттям самоефективності сприймають складні завдання як виклики, а не як загрози, яких слід уникати. Такі люди ставлять перед собою високі цілі та рішуче налаштовані їх досягти. Високий рівень самоконтролю допомагає уникати конфліктів, а недостатній може спричинити імпульсивність, невиправданий ризик, недооцінювання інтелектуальних можливостей, егоцентричність, нестійкість характеру.

*Пов'язані здатності:* самостійність, наполегливість, сміливість, стійкість, керування часом, організаційні здібності, надійність, планування життя, автономія, самодопомога, саморефлексія, самооцінка.

*Стійкість (еластичність, пружність)* — це адаптивна здатність людини успішно долати несприятливі життєві обставини.

Формуванню стійкості сприяють навички саморегуляції, вирішення проблем, здатність підтримувати позитивні стосунки з однолітками, почуття гумору тощо. Навчання у безпечних шкільних умовах дітей і молоді стратегій адаптації допомагає їм долати стреси щоденного життя і розвинути життєву стійкість, у край необхідну в умовах криз і соціальних конфліктів.

*Пов'язані здатності:* подолання стресів, аналітичне та творче мислення, позитивне ставлення до себе і стосунків з іншими, адаптивність, саморегуляція, саморозвиток.

*Комунікація* — це двосторонній обмін інформацією з метою порозуміння, включно з вербальним, невербальним, письмовим та мережевим спілкуванням.

Комунікативні навички передбачають вміння говорити, активно слухати і ставити запитання.

*Пов'язані здатності:* чітка презентація і пояснення ідей, понять і концепцій, усвідомлення мети спілкування, врахування особливостей аудиторії або співрозмовників, навички переконання, формальної усної презентації та письмового спілкування, вміння вести діалог, уникання дискримінаційної мови, впевненість.

### **Соціальний вимір: повага до різноманітності, емпатія, участь**

*Повага до різноманітності* — це визнання й активне прийняття того, що люди є рівними з огляду на свій людський статус.

Кожна людина є унікальною і має індивідуальні особливості, що визначені расою, етносом, статтю, сексуальною орієнтацією, соціально-економічним статусом, віком, фізичними

здібностями, релігійними віруваннями, політичними переконаннями тощо. Повага до різноманітності – це більше, ніж толерантність, тобто пасивне прийняття відмінностей. Вона означає визнання та активне просування безумовної рівноцінності людей і народів.

*Пов'язані здатності:* активна толерантність, соціальна взаємодія, самооцінка, саморегуляція.

*Емпатія — це здатність зрозуміти чужі почуття і співпереживати без оціночних суджень.*

Уміння співпереживати стражданням інших людей важливе для соціальної взаємодії, позитивних стосунків, є важливим попередником і мотиватором для просоціальної поведінки. Діти з високим рівнем емпатії більш соціально компетентні та схильні до співпраці.

*Пов'язані здатності:* розуміння інших, турбота про інших, виявлення зловживань і неприпустимих форм поведінки, альтруїстична поведінка, вирішення конфліктів, розуміння та управління емоціями, активне слухання, повага до інших.

*Участь — це активність у діях і вплив на процеси, рішення та діяльність. Це дії, спрямовані на посилення власного потенціалу і потенціалу спільноти.*

Наприклад, участь у діяльності класу — це співпраця, обмін думками, спілкування, взаємна підтримка і взаємодопомога, словесне заохочення, співпереживання, загальна доброзичливість.

*Пов'язані здатності:* активне слухання, планування та організація взаємодії, презентації, концентрація, аналітичне мислення, творчість, упевненість.

У підсумку слід зазначити, що розвиток психосоціальних компетентностей, які ще називаються ключовими життєвими навичками, сприяє формуванню ключових компетентностей, є запорукою фізичного, ментального та соціального благополуччя людини, її здатності відповідати на виклики сучасного світу.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Компетентнісний підхід в освіті: теоретичні засади і практика реалізації: матеріали методол. семінару 3 квіт. 2014 р., м.Київ: [у 2 ч.]. Ч.1 / Нац. акад. пед. наук України; [редкол.: В.Г. Кремень (голова), В.І. Луговий (заст. голови), О.І. Ляшенко (заст. голови) та ін.] – К.: Ін-т обдарованої дитини НАПН України, 2014 –370 с
2. ANNEX to the Proposal for a Council Recommendation on Key Competences for Lifelong Learning [Electronic resource]. — Available at: <https://ec.europa.eu/education/sites/education/files/annex-recommendation-key-competences-lifelong-learning.pdf>.
3. Delors, Jacques et al. 1996. Learning: The Treasure Within. Paris: UNESCO
4. Reimagining Life Skills and Citizenship Education in the Middle East and North Africa. A Four-Dimensional and Systems Approach to 21st Century Skills. Conceptual and Programmatic Framework. Executive summary. United Nations Children's Fund. [Electronic resource] – Available at: <http://www.lsce-mena.org/>

Vorontsova T.V., \*Ponomarenko V.S.

National Pedagogical Dragomanov University

\*All-Ukrainian Association of Teachers and Trainers

### KEY COMPETENCIES AND KEY LIFE SKILLS IN THE CONTEXT OF THE MODERN WORLD CHALLENGES

**ABSTRACT.** *The authors analyzed the challenges faced by the national education system in connection with global trends and the political situation in the state. It is argued that the introduction of a competence approach is associated with the need to adapt to the future needs of the labor market and the rapid technology progress.*

*In the paper was disclosed the role of international institutions in the development of a key competences system and key life skills that are necessary for every person to apply in all spheres of life.*

**Keywords:** *competence approach, initial paradigm, subject competences, key competences, key life skills.*

УДК 371.3

Дяченко-Богун М.М., Гриньова М.В.

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г.Короленка

### ПСИХОДИДАКТИЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ БІОЛОГІЇ ДО РЕАЛІЗАЦІЇ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

**Анотація.** В статті розкриваються окремі результати педагогічного експерименту, який проводився з майбутніми учителями біології в рамках учбового процесу природничих факультетів педагогічних вищих навчальних закладів. Експеримент спрямовувався на формування готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності і базувався на впровадженні у навчально-виховний процес технологій використання активних та інтерактивних форм і методів у формуванні здоров'язбережувальних знань, організації здоров'язбережувальних проєктів і використання інформаційно-оздоровчих технологій.

**Ключові слова:** готовність майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності, здоров'язбереження, здоров'язбережувальні технології.

Початок XXI століття ознаменувався цілим комплексом глобальних змін у соціальній, економічній та духовній сферах суспільства, формуванням нової філософії життя з характерною втратою значущості цінностей, які існували раніше, і виникненням нових. Погіршення якості життя, розлади психічного, фізичного, соціального здоров'я людини проявляються у зниженні рівня її адаптації до повсякденних психічних і фізичних навантажень, ранньому розвитку неврозів, психосоматичних і психічних захворювань не тільки у дорослих, але й у дітей.

З огляду на це, однією з основних стратегій розвитку закладів освіти стає організація здоров'язбережувальної діяльності. У цьому контексті важливого значення набуває завдання щодо формування готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності. Потреба сучасної освіти у розробці та обґрунтуванні теоретичних і методичних засад здоров'язбережувальної діяльності зумовлює актуальність досліджуваної проблеми і вимагає глибокого переосмислення сутності та змістового наповнення виховних і навчальних можливостей реалізації здоров'язбережувальних технологій.

Аналіз наукових підходів до проблеми формування готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності, дозволяє сформулювати розуміння багатогранності її природи. Теорію та технологію здоров'язбереження в освіті досліджували М. Безруких, Л. Богомолова, Д. Воронін, Г. Мещерякова; технології вдосконалення здоров'язбережувальної діяльності в навчальних закладах вивчали Г. Богданова, В. Звєкова, Н. Зимівець, Ю. Науменко та ін. Технології формування духовного здоров'я школярів досліджували Л. Бойко, Л. Загрійчук, О. Мельник, С. Свириденко; психологічного здоров'я – Т. Антипенко, М. Гончаренко, О. Євсєєва, О. Завгородня, І. Ковальчук, Л. Назаренко, Д. Романовська; фізичного – О. Аксьонова, О. Василькова, О. Гладошук, Р. Карпюк, Л. Сущенко, Р. Ткаченко, Б. Шиян та ін.

Водночас аналіз науково-педагогічної літератури дозволив дійти висновку, що проблема формування теоретичних і методичних основ готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності у педагогічній науці не стала предметом окремого комплексного дослідження, зокрема, потребує розробки і впровадження відповідне науково-методичне забезпечення, метою якого є формування у студентів особистісного сенсу здоров'язбережувальної діяльності.

Життєдіяльність людини, її здоров'я і тривалість життя безпосередньо залежать від широкого спектру чинників навколишнього середовища, під дією яких людина протягом всього життя перебуває постійно. Цей факт зумовлює необхідність проведення у системі професійної освіти дій, спрямованих на підготовку висококваліфікованих майбутніх учителів біології на базі здоров'язбережувальних технологій, які не тільки володіють знаннями,

принципами, методами здоров'язбереження, але можуть впроваджувати в життя ці знання й уміння протягом всієї подальшої професійної діяльності.

З метою дослідження практичних аспектів формування готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності з 2011 по 2015 роки серед студентів-бакалаврів галузі знань 0401 Природничі науки напряму підготовки 6.040102 Біологія. Загалом у експерименті брали участь 548 студентів експериментальних і контрольних груп.

У ході педагогічного експерименту розроблено і впроваджено в навчально-виховний процес вищих педагогічних навчальних закладів методичну систему реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності й експериментально перевірено її ефективність.

Формування високого рівня готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності стане можливим за умови такої організації навчально-виховного процесу у вищому педагогічному навчальному закладі, при якій основний акцент буде зроблений на впровадженні спеціальних здоров'язбережувальних технологій, які забезпечать творчий підхід майбутніх учителів біології до процесу формування, зміцнення і збереження не тільки власного здоров'я, але і всіх учасників освітнього процесу.

Реалізація методики формування готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності забезпечувалася обраними стратегіями у процесі впровадження у навчально-виховний процес. Здоров'язбережувальний контекст навчально-виховного процесу був реалізований шляхом впровадження технологій використання активних та інтерактивних форм і методів у формуванні здоров'язбережувальних знань, які базуються на практичній діяльності та ефективній комунікації між суб'єктами цього процесу, відкритому діалозі та кооперації викладачів і студентів.

Найважливішими умовами ефективно організації занять на засадах використання інтерактивних форм навчання були: формування сприятливого для навчання емоційного середовища; керівництво діалоговою взаємодією всіх учасників освітнього процесу; організація ефективної внутрішньогрупової та міжгрупової навчальної діяльності; встановлення зворотного зв'язку, аналіз причин успіхів і невдач у спільній навчальній діяльності. Принципи проблемно-діяльнісного навчання при викладанні дисциплін, спрямованих на формування готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності, реалізовувалися через використання інтерактивних форм навчання, а саме: проблемні лекції, лекції-дискусії, лекції-конференції, бінарні лекції, лекції з використанням комп'ютерної техніки та мультимедійних засобів, заняття за моделлю «круглого столу».

Технології організації здоров'язбережувальних проектів у формуванні готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності дозволили підняти рівень позитивної мотивації до активізації здоров'язбережувальної діяльності та самоосвіти; усвідомити перспективи особистісного професійного зростання; розвинути основу для формування професійного самовизначення та прискореної професійної соціалізації. Використання проектно-технології поглибило особистісну складову професійної підготовки студентів, забезпечило формування і розвиток позитивної мотивації, самоповаги, навичок самоаналізу, рефлексії.

Використання інформаційно-оздоровчих технологій дозволило організувати навчальний процес на основі сучасних інформаційних і медіа-освітніх технологій. Мережеві технології дали можливість забезпечити доступ до інформаційних банків даних із наукової та навчально-методичної проблематики, здійснювати обмін інформацією, організацію колективної дослідної роботи. Сучасні інформаційні технології надають величезну перевагу перед іншими навчальними ресурсами завдяки наочності, доступності, оперативності та інтерактивності.

Аналіз науково-методичної літератури, нормативних документів щодо сучасних вимог до професійної освіти, діяльності вчителів загальноосвітніх навчальних закладів у галузі здоров'язбереження, методологічні дослідження проблем вищої професійної освіти, власний викладацький досвід дозволив виокремити критерії готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності, серед них: мотиваційно-ціннісний, когнітивно-інформаційний, процесуально-діяльнісний, особистісно-сугестивний.



Мотиваційно-ціннісний критерій визначає бажання студентів самостійно впроваджувати здоров'язбережувальні технології у практичну діяльність загальноосвітнього навчального закладу; когнітивно-інформаційний – відображає сукупність знань майбутніх учителів біології, володіння якими забезпечує ефективне розв'язання професійних завдань щодо зміцнення та збереження здоров'я учнів загальноосвітніх навчальних закладів; процесуально-діяльнісний – характеризує гностичні, прогностичні, оцінні, проектувальні, конструктивні, комунікативні та організаторські уміння та навички студентів щодо реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності; особистісно-сугестивний – дозволяє визначити особливості сформованості комунікативних здібностей та позитивну емоційну налаштованість майбутніх учителів біології на здоров'язбережувальну діяльність із учнями загальноосвітніх навчальних закладів.

Рівень та показники готовності до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності контрольної та експериментальної груп визначалися за розробленими методиками оцінки визначення критеріїв досліджуваного феномену після кожного етапу дослідження.

Оцінка сформованості готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності за мотиваційно-ціннісним критерієм здійснювалася на основі методики «Мотивація професійної діяльності» (на основі розробки К. Замфір у модифікації А. Реана).

Оцінка рівня сформованості готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій за когнітивно-інформаційним критерієм будувалася на використанні показника, який інтегровано характеризує ступінь оволодіння студентами знаннями, необхідними для забезпечення здоров'язбережувальної діяльності у загальноосвітньому навчальному закладі. Розрахунок показника здійснювався на базі аналізу відповіді студентів на запитання «Картки оцінювання рівня сформованості у майбутніх учителів біології знань щодо реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності» (авторська розробка), яка містила 30 тестових завдань.

А також, дослідження, яке будувалося на основі «Картки оцінювання рівня визначення готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності за процесуально-діяльнісним критерієм». Діагностична карта містила сім груп умінь щодо реалізації майбутніми учителями біології здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності: гностичні, прогностичні, оціночні, проектувальні, конструктивні, комунікативні й організаторські вміння. Власний рівень володіння зазначеними уміннями щодо реалізації здоров'язбережувальних технологій студенти оцінювали самостійно, для чого ставили відмітки у відповідних графах діагностичної карти.

Оцінка рівня сформованості готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності базувалася на аналізі інтегрованого показника за особистісно-сугестивним критерієм, який характеризує рівень оволодіння студентами комунікативними навичками, необхідними для здійснення здоров'язбережувальної діяльності з формування здорового способу життя в учнів загальноосвітніх навчальних закладів. Показник оцінювався за аналізом відповідей респондентів на запитання модифікованого варіанта анкети О. Леонтьєва «Діагностика ефективності педагогічних комунікацій» і тесту на оцінку здатності до емпатії за методикою «Діагностика рівня емпатії» І. Юсупова.

Формувальний етап педагогічного експерименту полягав у пошуку і впровадженні в навчально-виховний процес природничих факультетів вищих навчальних педагогічних закладів ефективних шляхів формування готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності та виявленні залежності між реалізацією розробленої методики і рівнем сформованості окремих критеріїв досліджуваного феномену (мотиваційно-ціннісного, когнітивно-інформаційного, процесуально-діяльнісного, особистісно-сугестивного).

З метою доведення ефективності запропонованого експерименту в напрямі вдосконалення процесу формування готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності визначено мету, гіпотезу, провідну ідею формувального експерименту та етапи впровадження в експериментальній групі студентів теоретичної та практичної складової за розробленою нами

експериментальною методикою. Студенти контрольної групи навчалися за традиційною методикою на основі реалізації організаційно-педагогічної системи, яка передбачена чинною програмою підготовки студентів природничих факультетів.

За результатами формувального експерименту, одержаними у процесі дослідження рівня готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності, було визначено, що у студентів експериментальної групи спостерігається високий рівень мотиваційно-ціннісного критерію (80,9 %) та особистісно-сугестивного критерію (81,5 %), середній рівень спостерігається у сформованості процесуально-діяльнісного критерію (79,52 %) та когнітивно-діяльнісного (79,38 %); у контрольній групі показники готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності мають значно менші значення: середній рівень спостерігається у формуванні мотиваційно-ціннісного критерію (60,69 %), когнітивно-інформаційного (61,05 %), процесуально-діяльнісного (62,15 %), особистісно-сугестивного (60,78 %).

На основі узагальнення результатів готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності було визначено високий, середній і низький рівні. Результати відображено у таблиці 1.

Таблиця 1.

**Рівні готовності майбутніх учителів біології до реалізації  
здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності на етапі  
формувального експерименту**

Рівні сформованості	Контрольна група (%)	Експериментальна група (%)
Високий	3,41±0,35	17,47±0,05
Середній	28,15±0,44	29,31±0,08
Низький	68,44±0,28	53,22±0,12

Аналіз даних таблиці 1. показав, що в результаті формувального експерименту у студентів експериментальної групи виявилися більш високі показники рівня готовності до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності, аніж у студентів контрольної групи. Зокрема, в експериментальних групах високий рівень готовності зріс до 17,47 %; середній до 29,31 %; низький зменшився до 53,22 % після проведення формувального експерименту. У контрольних групах високий рівень сформованості зріс до 3,41 %; середній до 28,15 %, низький зменшився до 68,44 %.

Динаміка рівнів сформованості професійної компетентності у майбутніх учителів показана в таблиці 2.

Таблиця 2.

**Динаміка рівнів готовності майбутніх учителів біології до реалізації  
здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності**

Рівні	Констат. експеримент	Формувал. експеримент	Приріст	Констат. експеримент	Формувал. експеримент	Приріст
	Контрольна група			Експериментальна група		
Високий		3,41%	3,41%		17,47%	17,47 %
Середній	26,03%	28,15%	2,12%	23,69%	29,31%	5,62%
Низький	73,97%	68,44%	-5,53%	76,31%	53,22%	23,09 %

Аналіз даних таблиці 2. показав, що в результаті дослідно-експериментальної роботи у студентів експериментальної групи виявилися більш високі показники рівня готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності.

Аналіз результатів формувального етапу педагогічного експерименту засвідчив, що в результаті дослідно-експериментальної роботи у студентів експериментальної групи виявилися більш високі показники рівня готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності. Так, в експериментальних

групах високий рівень готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності у студентів зріс, порівняно із констатувальним етапом на 17,47 %; середній – на 5,62 %; низький зменшився на 23,09 % після проведення формувального експерименту. У контрольних групах високий рівень готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності у студентів зріс на 3,41 %; середній – на 2,12 %; низький зменшився на 5,53 %.

Використовуючи дані дослідження, побудуємо графічне зображення динаміки рівнів сформованості критеріїв готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності (рис.1.1).

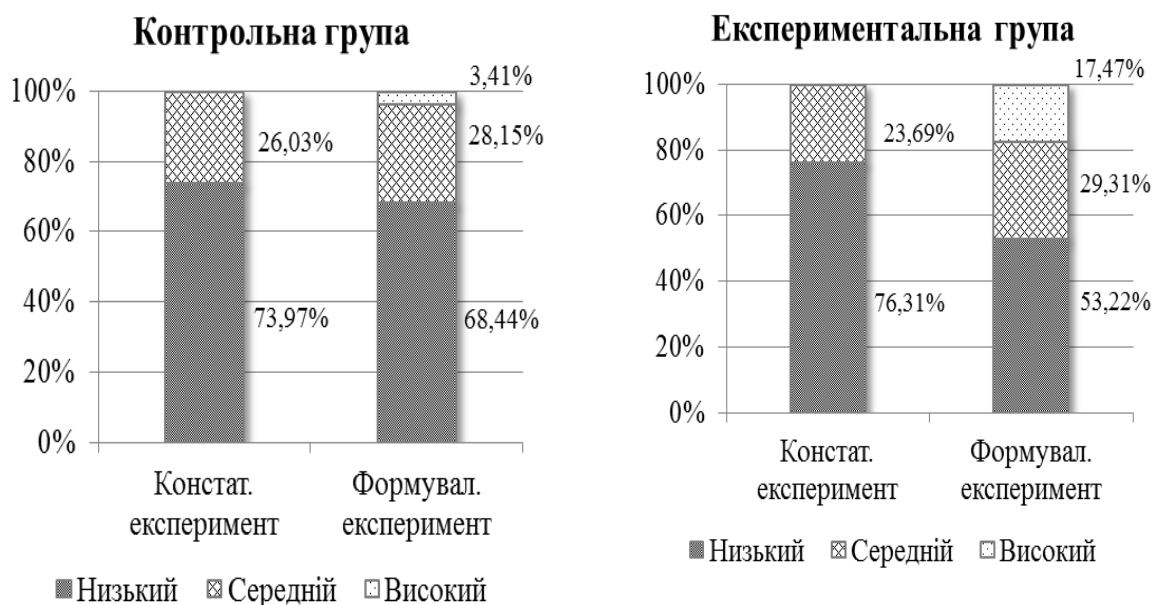


Рис.1 Динаміка рівнів сформованості критеріїв готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності.

Аналіз графіка (рис.1) показав, що до початку формувального експерименту рівні сформованості мотиваційно-ціннісного, когнітивно-інформаційного, процесуально-діяльнісного, особистісно-сугестивного критеріїв готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності експериментальної і контрольної груп були майже однаковими, але на етапі формувального експерименту стає очевидною різниця у рівнях готовності студентів обох груп. Якщо готовність до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності у студентів контрольної групи змінилася із незначним відхиленням, то в експериментальній групі її рівень значно випереджає.

Отже, результати проведеного педагогічного експерименту показали позитивну динаміку у формуванні готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності, яка забезпечувалася вдосконаленням навчально-виховного процесу університетів за рахунок упровадження навчально-методичного комплексу «Здоров'язбережувальні технології у професійній діяльності майбутніх учителів біології» та забезпечення неперервності процесу формування готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності на основі впровадження спеціальних здоров'язбережувальних технологій.

У ході педагогічного експерименту встановлено, що формування високого рівня готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності набуває ефективності за такої організації навчально-виховного процесу у вищому педагогічному навчальному закладі, при якій упроваджено систему реалізації здоров'язбережувальних технологій, які забезпечують творчий підхід майбутніх учителів біології до процесу формування, зміцнення і збереження не тільки власного здоров'я, але і всіх учасників освітнього процесу.

Заняття, які розроблялись і реалізовувались у ході формувального етапу педагогічного експерименту, проектувалися таким чином, щоб забезпечити комплексний розвиток усіх критеріїв досліджуваного феномену: підвищення особистісної мотивації майбутніх учителів біології до впровадження в навчальний процес теоретичних і методичних засад здоров'язбережувальної діяльності; розвиток когнітивно-інформаційного критерію через поглиблення сукупності знань, що забезпечать ефективність цього педагогічного процесу; формування спеціальних здоров'язбережувальних навичок та умінь у межах процесуально-діяльнісного критерію; підвищення рівня комунікативних навичок та рівня емпатійного сприйняття у рамках формування особистісно-сугестивного критерію готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності.

Ефективність упровадження в навчально-виховний процес методичної системи реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності проявляється у тому, що за результатами формувального експерименту у студентів експериментальної групи виявилися більш високі показники рівня готовності, аніж у студентів контрольної групи. Результати дослідження вказують на позитивну динаміку показників готовності майбутніх учителів біології до реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності у студентів експериментальних груп, що підтверджує ефективність запропонованих експериментальних нововведень.

Таким чином, стаття не охоплює всю сукупність питань та не вичерпує всіх аспектів підвищення ефективності реалізації здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності майбутніх учителів біології. Перспективи подальших наукових пошуків убачаємо у розширенні практичної спрямованості здоров'язбережувальної діяльності учителів біології у загальноосвітніх навчальних закладах й удосконаленні підготовки вчителів до реалізації здоров'язбережувальних технологій у системі післядипломної освіти.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Загрійчук Л. Формування культури здоров'я молодших школярів шляхом впровадження здоров'язберігаючих освітніх технологій / Л. Загрійчук // Початкова школа. – 2006. – № 11. – С. 1– 4.
2. Здоров'язберігаючі технології у навчальному закладі / [упоряд.: О. Колонькова, О. Литовченко]. – К. : Шк. світ, 2009. – 128 с.
3. Кобяков Ю. П. Проектирование и реализация здоровье-развивающей технологии физического воспитания студентов вузов : автореф. дис. на соискание учен. степ. доктора пед. наук : 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / Ю. П. Кобяков. – М., 2006. – 38 с.
4. Козак Л. В. Особистісно орієнтоване навчання як здоров'язберігаюча технологія / Л. В. Козак // Педагогічна освіта: теорія і практика. Педагогіка. Психологія : [зб. наук. пр.] – К. : Університет, 2008. – № 10 (част. 2). – С. 37– 41.
5. Соловьев Г. М. Здоровый образ жизни : научно–теоретические и методические основы : [учебное пособие] / Г. М. Соловьев. – Часть 1. –Ставрополь : СГУ, 2001. – 180 с.

**Diachenko-Bogun M.M., Grinyova M.V.**

Poltava V.G.Korolenko National Pedagogical University

### PSYCHODIDACTIC ASPECTS OF FORMATION OF FUTURE TEACHERS OF BIOLOGY FOR REALIZATION OF HEALTH-SAFETY TECHNOLOGIES IN PROFESSIONAL ACTIVITY

**ABSTRACT.** *The article reveals separate results of a pedagogical experiment conducted with future biology teachers within the educational process of the natural sciences faculties of pedagogical higher educational institutions. The experiment was aimed at forming the readiness of future biology teachers for the implementation of health-saving technologies in their professional activities and was based on the introduction of educational and educational process technologies using active and interactive forms and methods in the formation of health-saving knowledge, organization of health and conservation projects and the use of information- health technologies.*

**Keywords:** *readiness of future teachers of biology to implement healthcare saving technologies in professional activity, healthcare, health saving technologies.*



УДК 613.955

Вербицький В.В.

Національний еколого-натуралістичний центр учнівської молоді МОН України, м. Київ

**ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ У ПЕДАГОГІЧНІЙ СПАДЩИНІ В.О. СУХОМЛИНСЬКОГО**

**Анотація.** В статті автор підняв проблему формування здоров'я учнів через освіту. Проаналізовано шляхи впровадження в українську школу здоров'язберігаючих освітніх технологій. Окреслені основні напрямки реалізації оздоровчої функції школи в педагогічній спадщині В.О.Сухомлинського. Автор розкрив ефективні шляхи зміцнення здоров'я дітей, удосконалення фізичного виховання учнів (апробовані в Павлівській школі).

**Ключові слова:** здоров'я дітей, оздоровчі парадигми освіти, здоров'язберігаючі технології, оздоровчі функції школи.

Здоров'я дітей — одне з основних джерел щастя, радості і повноцінного життя батьків, учителів, суспільства в цілому. Для України головною проблемою, яка пов'язана з майбутнім держави, є правильно організована система управління, та використання новітніх технологій, збереження і зміцнення здоров'я дітей та підростаючого покоління. Турботу викликає різке погіршення стану фізичного та розумового розвитку підростаючого покоління, зниження рівня народжуваності і тривалості життя, зростання смертності, особливо дитячої. Стан здоров'я дітей дошкільного та шкільного віку погіршується з кожним роком. З одного боку через екологічні проблеми здоров'я молодих батьків (внесок екології на здоров'я молоді), сьогодні великий відсоток новонароджених дітей вже мають проблеми із здоров'ям. З кожним роком збільшується кількість дітей, що виховуються у неповних, неблагополучних сім'ях, що також впливає на виховання та формування особистості.

Освіта та здоров'я є взаємодоповнюючими компонентами успішного повсякденного буття дітей та молоді. Зміни в суспільній свідомості зумовили появу нової оздоровчої парадигми освіти. Саме тому в полі нашої уваги повинні перебувати як базові, так і нові підходи до визначення пріоритетних завдань сприяння гармонійному розвитку фізичного, інтелектуального, психічного, духовно-морального, соціального здоров'я підростаючого покоління. У зв'язку з цим гостро постає завдання формування здорового способу життя як умови збереження української нації, перспективи справжнього духовного оновлення наступних поколінь, запоруки якісних перетворень у масштабах держави.

Дослідження філософів, педагогів, соціологів, психологів, медиків та передовий педагогічний досвід шкіл і позашкільних навчальних закладів України присвячено проблемам фізичного, синологічного, гігієнічного, валеологічного, екологічного виховання та формування культури здоров'я.

Проблема здоров'я активно розроблялася такими відомими філософами, культурологами, психологами — Казначеевим В., Климовою В., Скумінім В., Спірним Є., Фроловим І., Леві В., Маслоу А.

Не можна залишити поза увагою роботи М. Амосова, Г. Апанасенка, І. Аршавського, В. Волкова, Т. Данилюк, Л. Звиняковського, М. Саричева, що присвячені медико-біологічним особливостям зміцнення здоров'я підростаючого покоління.

Такі вчені, як: В. Бобрицька, М. Болотова, І. Брехман, Є. Булич, Е. Белік, М. Гончаренко, М. Гриньова, І. Муравов — присвятили свої праці валеології—науці про здоров'я людини.

Важливе значення та неабиякий інтерес мають для нас дисертаційні дослідження сучасних педагогів: Горашука В., Дубогай А., Кириленко С., Лапаєнко С., Свириденко С., Тищенко С., Хамської Н., Шахненко В., Абдюкова Н., Антонечко В., Голова нова Н., Мудрик А., Панченко Л., Ярцев Д., у яких розкриваються різні аспекти формування культури здоров'я та здорового способу життя учнів.

Проблема формування здоров'я учнів через освіту, науково вивірене впровадження в українську школу здоров'язберігаючих освітніх технологій вимагає історико-педагогічного аналізу й творчого осмислення теорії та практики організації навчально-виховного процесу, спрямованого на збереження й зміцнення здоров'я дитини. Одним з найзначніших

представників такого підходу до виховання учнів є український педагог-новатор В.Сухомлинський.

Аналіз педагогічної спадщини В.Сухомлинського дозволяє зробити висновок про те, що видатним педагогом висловлювалися важливі й цікаві ідеї щодо збереження й розвитку здоров'я учнів. А організація навчального процесу Павлиської «Школи радості», директором якої протягом багатьох років був В.Сухомлинський, є найяскравішим прикладом здоров'язберігаючої освіти зростаючого покоління [3; т.1-5].

Видатний педагог, усвідомлюючи, що виховання й навчання, особливо в перші шкільні роки, визначають благополучність або неблагополучність людини в дорослому житті, постійно повторює: «Турбота про здоров'я – це найважливіша праця вихователя... Якщо вимірити всі мої турботи й тривоги про дітей, то добра половина їх – про здоров'я» [3; т.3; с.103].

Саме проблеми у здоров'ї дитини, переконаний В.Сухомлинський, є джерелом її відставання, незнання, незадовільної роботи на уроках і дома: «Приблизно у 85 % усіх невстигаючих учнів головна причина відставання в навчанні – поганий стан здоров'я, якість нездужання або захворювання, найчастіше зовсім непомітне й таке, що можна вилікувати тільки спільними зусиллями матері, батька, лікаря і вчителя» [3; т.3; с.48].

В.О.Сухомлинським чітко окреслені основні напрямки реалізації оздоровчої функції школи:

- санітарно-гігієнічні вимоги до зовнішніх умов життя і до режиму праці та відпочинку учнів;
- особливості організації фізичної праці дітей як важливого засобу зміцнення здоров'я;
- фізичне виховання на уроках фізичної культури і в процесі позакласної спортивно-масової роботи;
- організація активного діяльного відпочинку учнів.

Василь Олександрович запропонував ефективні шляхи зміцнення здоров'я дітей, удосконалення фізичного виховання учнів (апробовані в Павлиській школі):

- система бесід про людину і особливості людського організму;
- оптимальне чергування розумової і фізичної праці («Режим фізичної і розумової праці та відпочинку - дуже важлива умова міцного здоров'я» [3; т.4, С.290]);
- оздоровча спрямованість системи фізкультурних занять: уроків фізичної культури, ранкової зарядки, фізкультхвилинок, динамічних перерв;
- створення широкої мережі спортивних секцій і залучення школярів до активної участі в них («спорт - улюблене заняття кожного учня»);
- спортивні ігри, змагання, спартакіади (легка атлетика, гімнастика, плавання, верхова їзда; катання на ковзанах і лижах, велосипеді; зимові розваги, побудова снігової фортеці тощо);
- утвердження у свідомості учнів необхідності уважного і дбайливого ставлення до свого здоров'я і здоров'я інших. Активна пропаганда і утвердження здорового способу життя;
- створення позитивного психологічного мікроклімату («урок повинен викликати позитивні емоції» [3; т. 5, С.14].

Особливе піклування видатний педагог виявляє до дітей, в яких хворобливий стан позначається на поведінці (істеричні учні, діти з повільним, пригніченим мисленням тощо). На його думку, найбільш точно сутність виховання таких учнів відбиває поняття «медична педагогіка», засадами якої повинні бути певні принципи, а саме: щадити легко вразливу хворобливу психіку дитини; усім стилем, укладом шкільного життя відвертати дітей від тяжких думок і переживань, пробуджувати в них життєрадісні почуття; ні за яких обставин не дати зрозуміти дитині, що до неї ставляться як до хворої [3; т.3; с.52].

Спираючись на спостереження за дітьми, багаторічну педагогічну діяльність, В.Сухомлинський переконливо доводить взаємозалежність, взаємовплив фізичного здоров'я та духовного життя дитини, її духовного світу, розумового розвитку, віри у свої сили: «Добре, міцне здоров'я, відчуття повноти, невичерпності фізичних сил – дуже важлива умова життєрадісного світосприймання, оптимізму, готовності долати труднощі. Духовне життя дитини – її інтелектуальний розвиток, мислення, пам'ять, увага, гра, почуття, воля – великою мірою залежить від «гри» її фізичних сил» [3; т.1; с.192-193].

Багато часу В.Сухомлинський відводить для бесід з батьками щодо такого важливого аспекту здоров'я, як раціональне повноцінне, здорове харчування, від якого в роки дитинства залежить гармонія, пропорційність частин тіла (правильний розвиток кісткової тканини, особливо, грудної клітки). Він радить батькам обов'язково давати дітям такі важливі для здоров'я продукти, як мед («шматочок сонця на тарілці»), багаті на вітаміни та мінерали фрукти й овочі, насичені фітонцидами злакові рослини (пшениця, жито, ячмінь, гречка), лугові трави, горіхи тощо [3; т.3; с.48-49].

Запорукою здорового виховання, за В.Сухомлинським, є, насамперед, навчання учнів відповідно до їх вікових особливостей.

Так, специфікою молодших школярів є «художнє, образне, емоційно насичене мислення», тому «істина, в якій узагальнюються предмети та явища оточуючого світу, стає особистим переконанням дітей за умови, що вона одухотворена яскравими образами, що впливають на почуття». Отже, розумові здібності дитини мають розвиватися через «пізнання серцем», діти повинні пройти «емоційну школу – школу пізнання серцем» [3; т.3; с.18].

Однією з найважливіших проблем, пов'язаних з розвитком дитини і зміцненням її здоров'я, на думку В.Сухомлинського, є запобігання перенавантаженню учнів. Виступаючи на обласній науково-практичній конференції у 1965 році з доповіддю «Яким бути директору середньої школи?», В.О.Сухомлинський значну увагу приділив питанню збереження здоров'я дітей, попередження перевантаження їх у процесі навчання.

Він наполегливо і послідовно відстоював гуманний підхід до дитини, активно виступаючи проти засилля авторитарної педагогіки, яка нерідко є причиною конфліктних ситуацій, педагогічних неврозів.

У статті «Не бійтеся бути ласкавими!» він з тривогою писав: «Покрикування, нервозність, запальність подекуди стали звичними у взаєминах учителя з учнем» [3; т.5, С.352].

Щоб запобігти перевантаженню школярів у цілому, на думку В.Сухомлинського, слід дотримуватись таких основних вимог: з малечку турбуватися про багатий інтелектуальний фон, на якому відбувається розумовий розвиток дитини в сім'ї, а тому постійно дбати про педагогічну культуру батьків; не допускати диспропорції в уміннях і знаннях; індивідуально підходити до учня, бачити розумову роботу кожної дитини; турбуватися про повсякчасний розвиток знань, щоб вони не залишалися «закостенілим вантажем»; не допускати, щоб «навчання перетворювалося в нескінченне надолужування пропущеного, не підтягувати без кінця «хвосту» [3; т.2; с.489-490].

«У школі, - підкреслював видатний педагог, - має панувати дух поваги до людської гідності, дух взаємного довір'я вихователів і виховуваних, дух віри в людину» [3; т.4, С.550].

Лише увага до кожної індивідуальності, вдумливе ставлення до позитивних і негативних рис, недоліків кожної дитини можуть забезпечити успіх у навчанні й вихованні.

«В основі навчання повинен бути позитивний емоційний фон», - стверджує відомий російський дидакт І.Я. Лернер [4]. За яких умов це можливо? Лише тоді, вважає він, коли учень як головна діюча особа навчально-виховного процесу буде сам вибирати для себе: темп навчання; рівень складності; час усної відповіді; час здачі заліку і ін.

Йдеться про відбір індивідуальної освітньої траєкторії кожного учня, створення «ситуації успіху».

Ігнорування цих вимог неминуче приводить до втрати у значної частини учнів інтересу до навчання, утвердження у їх свідомості ненависті до навчання, школи, вчителя.

Від цього застерігав ще у I столітті н.е. Квінтіліан: «Більш за все остерігайтесь, щоб дитина не зненавиділа учіння, яке полюбити ще не мала можливості».

Щоб уникнути цього, слід особливо увагу приділяти проблемам формування і збереження психічного здоров'я дітей шляхом індивідуалізації навчання і виховання.

Кращі умови для цього створюються в позашкільних навчальних закладах. Позашкільний педагогічний процес — це процес духовного взаємозбагачення педагогів і дітей в умовах сприятливого психологічного клімату взаємин, інтелектуальної співтворчості, високої загальної і діалогічної культури.

Такий педагогічний процес можна назвати саногеним, який оздоровлює дитину в сфері вільного часу і дозвілля.

Форми організації педагогічного процесу в позашкільних закладах також відрізняються

великою розмаїтістю в порівнянні зі школою. Вони засновані на творчих ініціативах вихованців і педагогів, добрій волі всіх і кожного за принципом самоорганізації і максимально повного розширення соціального досвіду дитини, духовній єдності особистості і колективу в спільній цікавій діяльності і відпочинку.

Таким чином, проведений науковий пошук дозволяє зробити висновок про те, що В. Сухомлинський величезного значення надає турботі про дитяче здоров'я – фізичне та духовне, про гармонію тіла й духу дитини.

Особливу увагу педагог звертає на дидактогенну природу виникнення хвороб учнів (інформаційне перенасичення навчального процесу, його прискорений темп тощо).

Найважливішими чинниками, що запобігають виникненню хвороб і сприяють формуванню фізичного та духовного здоров'я учнів, В.Сухомлинський вважає організацію навчально-виховного процесу відповідно до вікових потреб учнів, залучення у процес навчання мистецтва й трудової діяльності, дитячої творчості; опору на культуру розумової праці, належне забезпечення медико-гігієнічних умов (правильне харчування, зміна режиму праці та відпочинку, загартування та ін.).

Освітніми закладами, в яких реалізуються ідеї В.О. Сухомлинського щодо збереження здоров'я учнів, виступають позашкільні навчальні заклади. Адже педагогічний процес в позашкільлі можна назвати саногеним, який оздоровлює дитину в сфері вільного часу і дозвілля.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Горашук В.П. Валеологічні погляди В.О.Сухомлинського на навчально-виховний процес у школі // Проблеми педагогічних технологій: Зб. наук. пр. – Луцьк, 2000. - № 3. – С.4-10.
2. Побірченко Н.С. Здоровотворні ідеї Василя Сухомлинського у валеологічному вихованні школярів // Педагогіка і психологія. – 2003. - № 3-4. – С.17-24.
3. Сухомлинський В.О. Вибрані твори: у 5 т. – К.: Радянська школа, 1976-1977. – Т.1. – 654 с.; Т.2. – 670 с.; Т.3. - 670 с.; Т.4. – 640 с.; Т.5. – 639 с.
4. Лернер И.Я. И научность и мастерство. (Дискуссия: урок сегодня и завтра) // Советская педагогика. - 1986. - №4. - С.82-85.

**Verbitsky V.V.**

National Ecology and Nature Center for Students of the Ministry of Education and Science of Ukraine, Kyiv

### HEALTH SAVING TECHNOLOGIES IN PEDAGOGICAL LEGACY OF V.O. SUKHOMLYNSKY

**ABSTRACT.** *In the article the author raised the question of students' health promotion through education. The ways to introduce health-saving educational technologies into the Ukrainian school were analyzed. The main directions were outlined on how to implement the recreational function of a school based on the pedagogical legacy of V.O. Sukhomlynsky. The author revealed effective ways of strengthening the health of children, improving the physical education of students (tested in the Pavlysky school).*

**Keywords:** *health of children, health paradigms of education, health saving technologies, recreational function of a school.*



## УСЯ ПРАВДА ПРО ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

**Анотація.** *Обговорюються результати діяльності наукової школи проф. Апанасенка Г. Л. «Управління здоров'ям людини».*

**Ключові слова:** *валеологія, управління здоров'ям людини*

15 травня 2016 р. Вченою Радою НМАПО ім. П. Л. Шупика була затверджена наукова школа проф. Г. Л. Апанасенка «Управління здоров'ям людини». У статті представлені основні результати тридцятирічних досліджень наукової школи, яка є природним розвитком науки про здоров'я – валеології. Валеологія – метанаука, що має декілька предметів дослідження і відповідних технологій впливу на здоров'я людини. Мета цих зусиль: людина має бути здоровою, соціально активною, жити довго і реалізувати себе як особистість. І вирішення цієї проблеми здійснюється різними напрямками валеологічної науки – медичним (санологією), педагогічним і психовалеологічними.

Ми поставили на перше місце медичну валеологію не тому, що вона є найважливішим розділом валеології, а у зв'язку з тим, що вона «народжена» лікарями, що переконалися в неповноцінності існуючої парадигми охорони здоров'я. До того ж термін «індивідуальне здоров'я» є суто медико-соціальною категорією. І розвиток багатьох аспектів валеології обумовлений саме цим. Але за своєю значимістю для збереження і зміцнення здоров'я людини необхідно, ймовірно, віддати пріоритет педагогічній валеології, бо «валеологічна вченість» індивіда, його уявлення про те, що для здоров'я добре і що погано, як треба будувати своє життя, щоб прожити довго і в здоров'ї, зрештою, мають набагато більше значення, ніж використання чисто медичних і інших технологій. Та і масштабність охоплення технологіями педагогічної валеології (освіта і виховання) не порівнянна з медичною валеологією - адже це усе населення країни. У цій статті представлені основні позиції медичної валеології, що є основою педагогічних технологій.

Ніщо у світі не відбувається без витрат енергії. Це стосується і життя як процесу. І чим більше енергопотенціал біосистеми, тим вона стійкіше до зовнішніх і внутрішніх дій – крововтрати, гіпоксії, інтоксикації і ін. Енергоутворення в живій системі – процес трансформації сонячної енергії через харчовий субстрат в інші види енергії. Кінцева ланка енергоутворення і її акумулятор – мітохондрії, ефективність діяльності яких на організменому рівні проявляється в максимальних можливостях аеробного енергоутворення (максимальне споживання кисню – МСК, мл\хв\кг). Таким чином, життєздатність біосистеми визначається її енергопотенціалом, який може бути ідентифікований з рівнем фізичного здоров'я і вимірний [1]. А це означає, що життєздатністю можна управляти (зберігати, відновлювати, зміцнювати).

В процесі еволюції відбувається вдосконалення ефективності функції мітохондрій, тобто ця функція для людини має еволюційно обумовлений поріг, який ми назвали «безпечним» рівнем здоров'я (БРЗ) і дали йому кількісну характеристику. Він складає 12 МЕТ для чоловіків і 10 МЕТ для жінок. Вище БРЗ не реєструються ні ендогенні чинники ризику хронічних неінфекційних захворювань (ХНІЗ), ні самі захворювання [2].

При дії негативних чинників зовнішнього середовища, нездорового способу життя, старіння і ін. відбувається вихід ефективності внутрішньоклітинного енергоутворення за межі БРЗ, що є першопричиною епідемії ХНІЗ (зниження енергопотенціалу - збільшення ентропії - хаос функцій - патологія). Asprenes S. а.о. [3] у дослідженнях здорової норвезької популяції через 20 років підтвердили наші дані про наявність і кількісну характеристику БРЗ і показали, що кожне зниження МСК на 5 мл нижче БРЗ збільшує ризик розвитку серцево-судинної патології на 56%. Таким чином, смертність сучасної популяції обумовлена зниженням рівня здоров'я (енергопотенціалу), а ХНІЗ - лише наслідок цього процесу. У зоні БРЗ знаходиться лише 1% населення України, 25 років тому було 8%.

Стає очевидним, що зараз усі ресурси медицини спрямовані на боротьбу з наслідками зниження енергопотенціалу біосистеми: смертність від ХНІЗ складає 87% усієї

смертності в країні. Необхідно на додаток до «індустрії хвороби» (установи МОЗ) формування «індустрії здоров'я», в основі якої – збереження і підвищення енергопотенціалу біосистеми. Провідним засобом «індустрії здоров'я» є фізичне аеробне тренування. Особливе значення усвідомлення цієї тези має для педагогічної (шкільною) валеології.

Ось таки, на наш погляд, основні її положення для впровадження в учбових закладах:

1. Дитина повинна знати, що таке здоров'я, що для здоров'я добре, а що погано. Її необхідно навчити простим прийомам самоконтролю.

2. Формування мотивації до збереження і зміцнення свого здоров'я.

3. Моніторинг рівня здоров'я школярів (найкраще – за методикою Г.Л.Апанасенка).

4. Повноцінне фізичне виховання – головна умова збереження і зміцнення здоров'я

5. Раціональне і достатнє харчування

6. Оптимізація психологічного клімату в школі

7. Санітарно-гігієнічний моніторинг умов, в яких проходить учбовий процес.

Найефективніший, економічніший і гуманніший спосіб досягнення здоров'я полягає в оцінці його рівня («кількості») і проведенні активних заходів на етапі його зниження. Таким чином, в кожному учбовому закладі має бути кабінет «виміру» здоров'я. Рівень здоров'я за Г. Л. Апанасенком – самий інформативний метод, придатний для розподілу учнів для занять фізичними вправами і оцінці ефективності фізичного виховання. Його мета в учбовому закладі – досягнення «безпечного» рівня здоров'я.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Апанасенко Г.Л. Эволюция биоэнергетики и здоровье человека. С-Пб, Петрополис, 1992, 137 с.
2. Апанасенко Г.Л. Эпидемия хронических неинфекционных заболеваний: стратегия выживания. Saarbrücken: Lambert Acad. Publ.; 2014: 260
3. Aspenes S. T., T.I.L.Nilsen, E.A. Skaug , G. F. Bertheussen, K.Ellingsen, L.Vatten and U. Wisloff. Peak Oxygen Uptake and Cardiovascular Risk Factors in 4631 Healthy Women and Men. Med. Sci. Sports Exerc. 2011; Vol. 43, 8: 1465– 1473

**Apanasenko G.L.**

Shupyk National Medical Academy of Postgraduate Education

### ALL THE TRUTH ABOUT THE HEALTH OF MAN

**ABSTRACT.** *The results of the activity of prof. Apanasenko G.L. scientific school come into the question of « Human health management».*

**Keywords:** *valeology, management the health of man*

УДК 130.123

Гончаренко М.С., Богомаз Т. О., Строїлова Д. В., \*Синиця О. В.

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна

\*Національний науковий центр «Інститут експериментальної і клінічної ветеринарної медицини»

### ФУНДАМЕНТАЛЬНІ ЗМІНИ В ОСВІТІ НА ОСНОВІ ВПРОВАДЖЕННЯ ТЕХНОЛОГІЇ ЦІЛІСНОГО МИСЛЕННЯ

**Анотація.** У статті висвітлюється питання виховання цілісного мислення, заснованого на синтезі сучасних принципів фізичного й духовного виховання молоді, за допомогою чого поєднуються традиційні та новітні методи, які реалізують здоров'язберігаючий потенціал уроків, та дозволяють оволодіти достатньою системою теоретичних знань та практичних умінь для організації здоров'язбереження у навчально-виховному процесі та прищеплення учням навичок здорового способу життя. Також розглядається мета ноосферної освіти, яка полягає у формуванні, а точніше мотивації, гармонійного, цілісного, екологічного здорового типу мислення, заснованого на усвідомленому сукупному володінні логічним (лівопівкульовим) і образним (правопівкульовим) типами мислення.

**Ключові слова:** здоров'язберегаючі технології, асиметрія півкуль, правопівкульове мислення, лівопівкульове мислення, репрезентативні системи, цілісне мислення.

На сучасному етапі розвитку освіти все частіше постає питання виховання здорової особистості, яка дбає про своє здоров'я та здоров'я оточуючих людей, прагне дотримуватися здорового способу життя і формувати його у молодого покоління.

Збереження та зміцнення здоров'я дітей — одне з головних, актуальних завдань країни. Проте чисельні дослідження, що проводяться у різних навчальних закладах, констатують значну кількість дітей, які мають різні хронічні захворювання. Це зумовлено різноманітними факторами, серед яких певне місце посідають фактори, пов'язані з недоліками навчально-виховного процесу, недостатньою обізнаністю дітей з особливостями дотримання здорового способу життя тощо. Водночас, у багатьох навчальних закладах відсутня система збереження здоров'я школярів, учителі не повною мірою реалізують здоров'язберігаючий потенціал уроків, не володіють достатньою системою теоретичних знань та практичних умінь для організації здоров'я збереження у навчально-виховному процесі та прищеплення учням навичок здорового способу життя [1, 2].

У зв'язку з цим проблеми збереження здоров'я дитини, виховання в неї культури здорового способу життя, організації навчально-виховного процесу, який не шкодить здоров'ю учнів, а навпаки, сприяє йому є дуже важливою ціллю, а також зменшення негативного впливу навколишніх факторів на особистість, зміцнення її здоров'я під час навчання й виховання, з'ясування основних понять, що стосуються здоров'язберігаючого педагогічного процесу та інше. Ось усе це і є надзвичайно актуальними проблемами, які викликають особливий інтерес.

Мета застосування здоров'язберігаючих технологій — забезпечити учням високий рівень реального здоров'я, надати їм необхідний арсенал знань, умінь і навичок, які необхідні для ведення здорового способу життя, виховувати в них культуру здоров'я. Здоров'язберігаючі технології можна охарактеризувати як оптимальне поєднання традиційних технологій навчання і виховання із сукупністю методів, засобів і форм організації навчально-виховної роботи, завдяки застосуванню яких створюються умови для формування, збереження і зміцнення здоров'я суб'єктів освітнього процесу [3, 4].

Ідея сучасного системносинергетичного розвитку освіти перетворюється в систему нових духовних і професійних установок людства.

Перетворення відбувається у відповідності з законом емерджентності динаміки творчої самоорганізації. В людському суспільстві виникають емерджентності (ранні неіснуючі) якості, що піднімають її на більш високий рівень розвитку.

Виховання цілісного мислення, заснованого на синтезі сучасних досягнень квантової фізики, біології, фізіології, теорії систем, нейрофізіології та інших наук, є методом психолого-педагогічного впливу, який може послужити інструментом трансформації лівопівкульового мислення сучасної людини.

Метою сучасного розвитку є формування, а точніше мотивація гармонійного, цілісного, екологічного здорового типу мислення, заснованого на усвідомленому сукупному володінні логічним (лівопівкульовим) і образним (правопівкульовим) мисленням. Це той тип мислення, який може дати людині цілісну картину світу і здатний стати інструментом вирішення глобальних проблем і переходу до ноосферного розвитку суспільства.

Результатом освітнього процесу, таким чином, є майбутній вчитель, який володіє гармонійним двопівкульовим цільнотинамічним мисленням.

Реальним результатом освітнього процесу слід вважати навчання людини користуватися дискурсивно-логічними, інтуїтивними і цільнотинамічними (сукупно логічним і образно-інтуїтивним) методами мислення при вирішенні різноманітних життєвих, навчальних, виробничих, соціальних, універсальних завдань. Пояснимо, що говорити про цілісне мислення слід, коли сукупна робота двох півкуль мозку стає не тільки умінням індивіда, але і звичайним усвідомленим прийомом, методом вирішення різноманітних завдань. У цьому сенсі ми будемо говорити про методологізацію мислення людини.

Основною характеристикою системно-синергетичного розвитку освіти є її відповідність природі людського сприйняття, екологічна чистота, націленість на розкриття вищого «Я» вчителя і учня через їх творчу взаємодію на всіх рівнях сприйняття.

Така форма освіти можлива на всіх етапах навчання та з усіх навчальних дисциплін.

Розглядаючи існуючі дослідження розвитку системно-синергетичного підходу в освіті ряд вчених стверджують, що цей напрям сприяє впровадженню методів психофізичної саморегуляції. Є окремі роботи, що стосуються використання прийомів релаксації в системі методик ноосферної освіти [5]. Значний матеріал представлений у літературі, який висвітлює східні системи фізичного виховання і їх використання у навчальному процесі [6, 7, 8].

Проаналізовані літературні надбання підіймають питання про перебудову педагогічного процесу та технологій освіти у напрямі гармонізації і екологізації освіти на етапі ноосферного переходу. Відомо, що в спортивно-педагогічній і філософсько-соціологічній літературі практично відсутні спеціальні дослідження такого плану.

Реалізація принципу біоадекватності є невід'ємною умовою і вимогою використання функціональних можливостей обох півкуль мозку: розучування і виконання рухів право- і лівопівкульової спрямованості, обов'язкове використання вправ у взаємодії з партнером, предметами, різним середовищем (вода, земля, підлога, повітря) та ін.

У різних видах спорту вивчення і вдосконалення спортивних вправ, їх використання в умовах змагань передбачає формування вмінь і навичок сенсомоторного сприйняття, необхідного адекватного реагування на звукові, світлові, колірні сигнали, рухливі у просторі та часі об'єкти, що сприяє розвитку сенсорної системи дітей та молоді.

Суттєво, що на етапі ноосферного переходу гостро стоїть питання про кризу мислення сучасної людини західної цивілізації, причину чого науковці вбачають у неекологічній експлуатації однієї з частин цілісного людського органу – мозку, тоді як інші симетричні органи людини працюють гармонійно. Так, як пише Н. В. Маслова, дисфункція правої півкулі мозку призвела до дисгармонійної роботи цілісного органу, що не відповідає принципу екологічної доцільності. У зв'язку з цим, на думку деяких авторів, доцільним є відродження стародавніх традицій, оскільки корекцію цієї дисфункції успішно можна здійснювати за допомогою засобів фізичного виховання і спорту, де всі локомоції управляються мозком, а специфіка переважної більшості видів спорту полягає у використанні право- і лівобічних рухів, тобто роботи правої і лівої півкуль.

Таблиця 2.

**Головні нейропсихологічні, психологічні і психофізіологічні типи людини**

<b>ЛІВОПІВКУЛЬОВІ</b>	<b>ПРАВОПІВКУЛЬОВІ</b>
<i><b>Аналітики</b></i>	<i><b>Синтетики</b></i>
Індуктивний тип мислення (від окремого до загального)	Дедуктивний тип мислення (від загального до окремого)
Лінійний тип мислення	Нелінійний тип мислення
Незалежні	Залежні
Підсилювачі	Усередники
Абстрактний тип мислення	Конкретний тип мислення



<b>ПЕРЕВАГИ</b>	
<p>Легко сприймають суто вербальний матеріал (лекція або підручник). Чітка, правильно оформлена мова. Орієнтуються в правилах, уміють їх використовувати.</p> <p>Гарна здатність до довільного запам'ятовування. Здатні довільно контролювати свої емоції.</p> <p>Чітко планують свою діяльність.</p> <p>Послідовні в діях і вчинках.</p>	<p>Головне для них — сенс. Легко уловлюють основну думку, принцип. Можуть вільно включатися в дискусію, підбити підсумок, здогадатися з контексту. Володіють просторовою уявою. Добре працюють методом «мозкового штурму». Літературні твори можуть бути дуже творчими. Тонко відчують нюанси. Прекрасна смислова пам'ять. При запам'ятовуванні і відтворенні по пам'яті орієнтуються на смислові помітки. Часто дуже душевні люди.</p>
<b>НЕДОЛІКИ</b>	
<p>Спираються на пам'ять, знання, а якщо треба підбити підсумки, оцінити в порівнянні, здогадатися з контексту, виявляють утруднення.</p> <p>Невисока швидкість мовлення. За деревами можуть не бачити лісу, тобто, коли концентруються на деталях, можуть не зрозуміти головного, принципу, сенсу, якщо їм не пояснити, не «розжувати». Дещо прямолінійні. Не дуже емоційно чуйні.</p> <p>Розгублюються в нестандартній ситуації</p>	<p>Дещо сумбурні. Не дуже контролюють свою мову, вона часто неточна (щодо граматики, неправильного підбору слів). Важко сприймають нову інформацію за допомогою дидактичних пояснень або ознайомлення з правилами. Вивчивши правила, не завжди можуть ними користуватися.</p> <p>Важко йде розбір слів і речень (розкладання цілого на частини). Бувають надмірно емоційні</p>

Таким чином, можна дійти висновку, що розвиток людини відбувається від чуттєвої до раціональної, а від неї — до медитативної форми осягнення і освоєння світу. У цьому контексті стають зрозумілими цілі освіти та способи їх досягнення. Перш за все важливо усвідомити, що стан півкульової гармонії передбачає достатній рівень розвитку обох півкуль мозку людини. Зазначимо, що сьогодні школа більшою мірою спирається на розвиток аналітично-дискурсивного лівопівкульового мислення і світобачення, хоч і визнається факт деякої недооцінки значущості емоційно-образних механізмів у процесі навчання, а експерименти переконують, що активізація правопівкульових функцій забезпечує відповідний значний стимул для розвитку лівопівкульового аспекту психічної діяльності.

Відтак, значущим є визнання і розвиток нової парадигми освіти, яка б забезпечила структурну і процесуальну єдність чуттєво-емпіричної та абстрактно-теоретичної сфер, тенденцій становлення особистості. У процесі такого розвитку особливу увагу слід приділяти актуалізації саме правопівкульовому аспекту людини.

Принцип безперервності психічної діяльності передбачає єдність півкульових стратегій обробки інформації як у плані синхронічного, так і діахронічного аналізу еволюції людини. Тому правопівкульовий «базовий» аспект психіки (права півкуля генетично передує лівій), розвиток наочно-образного мислення, здатності до емпіричних узагальнень у дитини мають фундаментальне значення в житті дорослої людини і не є тимчасовим етапом, «який необхідно пройти щонайшвидше, щоб «замінити» його вербальним логічним мисленням». Наголосимо, що цей тип мислення «виростає» з багатозначного метафоричного правопівкульового освоєння дійсності. При цьому, як свідчить нова інтегративна парадигма освіти, що базується на концепції функціональної асиметрії півкуль, метою розвитку людини є досягнення синтезу право- і лівопівкульових аспектів психіки (типів мислення), коли такі полярні категорії, які впливають з функціональної природи півкуль, як образ і ідея, предмет і знак, відчуття і думка, єдине і множинне «зливаються». У наслідок такого процесу формується основа для інтуїтивно-медитативного, евристичного, розуміючого віддзеркалення дійсності. У цьому процесі конкретне й абстрактне, експресивне і логічне, зливаються воєдино, породжуючи феномен автентичного, істинного і в той же час парадоксального буття, а людина постає як гармонійна, духовна, творча істота.

Система освіти є ключовою ланкою, яка допоможе виконати роль лідера ноосферного переходу — періоду і процесу. Вона мотивує молоде покоління, яке стає лідером в освоєнні цілісного мислення, ноосферного світогляду, загальних законів пізнання й осягнення, загальних законів управління, спеціального закону психіки людини, стверджувати їх у своєму житті.

Результатом ноосферного переходу є зростання темпу відновлення складових життєдіяльності людини (духовної, інтелектуальної, матеріальної) та подальший розвиток суспільства на основі організації відповідно до загальних законів світу. Ноосферний перехід, виконує свою історичну місію, передає естафету зрілій фазі ноосферного розвитку людства, освіти, науки, культури.

Сучасні наукові досягнення ХХ століття у сфері пізнання єдності світу відкривають нові перспективи цілісного підходу до поняття «здоров'я» системи «людина».

Особливий внесок у розуміння рівнів здоров'я і законів здоров'язбереження внесли провідні вчені М. С. Гончаренко, Л. Татарнікова, Л. О. Попова і багато інших дослідників, які інтегрували сучасні наукові досягнення з різних наукових напрямків медицини, фізіології, біології, генетики, біофізики та інших для розвитку науки про здоров'я — валеології. Вперше входить природодоцільна норма в освіту. На цьому фундаменті створена концепція, теорія методології, викладання і виховання в системі ноосферної освіти [4, 7, 8, 11].

Проведені порівняльні наукові дослідження результативності традиційної (логікоцентричної) і двопівкульової систем навчання дозволяють зробити висновок про народження нової системи освіти через поєднання науки та практики, та формування нового типу мислення ХХІ ст. — цілісного (двопівкульового), яке здійснює цілісне пізнання світу і здоров'язбережувальні якості навчально-виховного освітнього процесу.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Вознюк О. В. Теоретико-методологічні засади організації засобів навчання у системі освіти // Сучасний підручник: вимоги та перспективи : Збірник наукових праць молодих дослідників / За загальною редакцією Ю. В. Березок — Житомир: Вид-во ЖДУ, 2012. — С. 20-28.
2. Гончаренко М. С. Волновые процессы. Природа. Человек. Здоровье.: уч. Пособие. // сост. проф. М. С. Гончаренко, — Харьков: ХНУ имени В. Н. Каразина, 2012. — 327 с.
3. Гончаренко М. С., Богомаз Т. О., Строилова Д. В. Технологія здоров'язбережувальної освіти на основі цілісного мислення: навчально-методичний посіб. — Х.: ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2017. — 165 с.
4. Гончаренко М. С., Маслова Н. В., Куликова Н. Г. Ноосферное образование — ключ к здоровью: монография. — Харьков : ХНУ имени В. Н. Каразина, 2017. — 200 с.
5. Карпенчук С. Г. Самовиховання особистості. — К.: ІЗМН, 1998. — 216 с.
6. Кириленко С. В. Украинская сеть школ содействия здоровью / С. В. Кириленко, Т. П. Бережная // Вестник Харьковского национального университета имени В. Н. Каразина. Серия «Валеология: современность и будущее» № 1149. — С. 146 — Режим доступа: <http://periodicals.karazin.ua/valeology/issue/view/issue/320/424>.
7. Кремень В. Г. Освіта і наука в Україні — інноваційні аспекти. Стратегія. Реалізація. Результати / В. Г. Кремень — К.: Грамота, 2005. — 448 с.
8. Маслова Н. В. Ноосферное образование : Технология, методология, методика. — М., 1998.
9. Подласый И. П. Педагогика. — М.: Высшее образование, 2008.
10. Попова Л. А., Апанасенко Г. Л. Медицинская валеология. — К.: Здоров'я, 1998. — 248 с.
11. Татарникова Л. Г. Педагогическая валеология. Генезис. Тенденция развития / Л. Г. Татарникова. — СПб.: Петроградский и К, 1997. — 237 с.

**M. Goncharenko, T. Bogomaz, D. Stroilova, O. Sinitsa**

Kharkiv V. N. Karazin National University

\*National scientific center «Institute of Experimental and Clinical Veterinary Medicine»

### FUNDAMENTAL CHANGES IN EDUCATION BASED ON THE HOLISTIC THINKING TECHNOLOGY IMPLEMENTATION

**ABSTRACT.** *The article deals with the issue of holistic thinking development, based on the synthesis modern principles of physical and spiritual education for students, that combines traditional and new methods that implement the health-saving potential of lessons and allow to acquire a sufficient system of theoretical knowledge and practical skills for the health-preserving educational process and raise the healthy lifestyle skills. Also the article considers the goal of the noosphere education, that consists of the formation, but rather the motivational and harmonious, holistic, ecological healthy way of thinking, based on a conscious total cognition of the logical (left-brained) and figurative (right-brained) thinking.*

**Key words:** *health-saving technologies, hemispheres asymmetry, right-brained thinking, left-brained thinking, representative systems, integral thinking.*

**НОВА ВАЛЕОЛОГІЯ ТА ПЕРСПЕКТИВИ 4-Ї ЕРИ В СИСТЕМІ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я**

**Анотація.** Мета статті висловити наше бачення «нової» (післякризової) валеології, яка може дати можливість сформувати високий рівень валеологічної компетентності, завдяки чому люди зможуть управляти станом здоров'я та біологічним віком з мінімальним використанням ксенобіотичної фармакохімії. Аналізуються причини кризи у валеології, відмічається позитивний після кризовий розвиток української валеології. Відмічається необхідність підготовки валеологічних кадрів не лише для школи, але й для допомоги населенню вижити, зберегти здоров'я та активне довголіття в сучасних екстремальних умовах української дійсності.

**Ключові слова:** нова валеологія, валеологічна компетентність, нова стратегія здоров'язбереження, четверта ера в розвитку системи охорони здоров'я.

**Вступ. Актуальність розвитку валеологічної науки та освіти.** Не зважаючи на високі досягнення світової медичної науки і практики, стан здоров'я людей, а особливо дітей і молоді, не покращується, а, навпаки, погіршується. Надзвичайно гостро ця проблема стоїть в Україні. Наявна система охорони здоров'я, не зважаючи на перманентні реформи, не в змозі вирішити наростаючі проблеми. Потрібна нова стратегія здоров'язбереження, в основі якої має бути здоровий спосіб життя та попередження передчасного старіння. Соціальний інститут «охорона здоров'я» потрібно докорінно перебудувати. Стратегічний орієнтир цілого комплексу змін, які потрібно здійснити практично в усіх сферах суспільства, – це ноосферний розвиток, ідея якого була запропонована акад. В.І. Вернадським (ідея ноосфери), а розроблялася Ауреліо Печчеї, Морісом Стронгом, Гру Брутланд, а також українськими вченими Г.О.Білявським, В.Я.Шевчуком, Л.Г.Мельником та ін.

В попередніх роботах ми обґрунтували тезу про можливість валеологів виступити рушійною силою формування валеологічної компетентності всього населення, що спільно з розвитком медицини забезпечить прихід нової ери в системі охорони здоров'я.

**Мета даної статті** висловити наше бачення «нової» (післякризової) валеології, яка дасть можливість сформувати високий рівень валеологічної компетентності, завдяки чому кожен зможе управляти станом здоров'я та біологічним віком з мінімальним використанням фармакохімії.

**Основні методи дослідження** – аналіз і синтез: вивчення наукових монографій, оглядових статей стосовно розвитку валеології в Україні та сусідніх країнах, бесідування з багатьма українськими валеологами; інтеграція результатів власних багаторічних досліджень. Ми аналізуємо проблему комплексно з погляду валеолога, науковця-дослідника, педагога.

**Основна частина. Зародження та криза валеології.** Наука про формування індивідуального здоров'я через здоровий спосіб життя – валеологія - почала бурхливо розвиватися з 1980 р., коли І.І.Брехман в монографії «Ліки для здорових» вперше висловив ідею валеології, як науки про індивідуальне здоров'я, про підвищення адаптаційних можливостей організму при допомозі природних рослинних препаратів, адаптогенів (ліки для здорових). У 1982 р. він опублікував методологічну статтю в «Вопросах философии» (1982, №2), а у 1987 р. - монографію «Введение в валеологию – науку о здоровье» [3]. Трохи раніше, не вживаючи термін «валеологія», академік Микола Амосов у науково-популярній книзі «Раздумья о здоровье» (1978) запропонував визначати здоров'я не лише як якісну категорію (здоровий-нездоровий), а й оцінювати кількість здоров'я шляхом тестування адаптаційних можливостей та резервів організму.

Для молодих валеологів доцільно вивчати праці В.П.Казначеева, М.О.Агаджаняна, В.Я.Березовського, Г.Л.Апанасенко, М.С.Гончаренко, М.В.Гриньової, С.В.Страшка, В.Ю.Горчакова, Ю.Д.Бойчука [1-5, 9, 10] та ін. Паралельно доцільно вивчити спадщину О.О.Богомольця та його учнів, зокрема, В.В.Фролькіса, який запропонував генно-регуляторну

теорію старіння та концепцію вітаукту, що визнані в світі та мають значення для практики досягнення активного довголіття. Почався швидкий розвиток такої важливої та потрібної науки на території країн СНД. Відкривалися кафедри валеології, впроваджувалася нова навчальна дисципліна валеологія у вищій та середній школах. «Кількість публікацій з проблем валеології набуває характеру цунамі, і, як при цунамі, знищується багато чого з того, що створено для людей, залишаючи після себе завали інформаційного сміття» [1].

Серйозна криза в розвитку валеології почалася в Росії, а це пригальмувало впровадження її в практику і в Україні. Професор І.Дерев'янюк опублікував в «Медичній газеті» (РФ) статтю «Нужна ли валеология медицине?». Ми думаємо, що медицині, нинішнім медикам, вона, звісно, не потрібна, а людям - потрібна. Дезінтеграція соціальних інститутів і соціально-професійних груп, коли медики працюють на себе, освітяни – на себе, урядовці – на себе, а не на народ, не на країну, спричинила такий абсурд. Криза загострилася в 2000 р. В тій же «Медичній газеті» був опублікований відкритий лист міністру освіти РФ «Що приховується під мантиєю валеології», підписаний 140 відомими діячами науки, культури, церкви. В заключенні листа говорилося: «Ця лженаука, що є сумішшю обривків астрології, окультизму, пропаганди сексу, культу і навіть фетишизації тіла, одночасно принижує духовні начала людини. Валеологія сьогодні, по суті, протистоїть всім поняттям про духовні і моральні цінності, які перевірені людством протягом всієї світової цивілізації... Такі «вчення» є неприкритою духовною агресією проти нашої країни і несуть загрозу національній безпеці держави. Тому вимагаємо виключити спеціальність «Валеологія» з переліку спеціальностей вищої педагогічної освіти» (Медицинская газета, №5, 26.01.2000). «Це невдало поєднана суміш дисциплін природничого циклу: анатомії, фізіології, гігієни і санітарії, мікробіології, історії, географії і природознавства з медичними дисциплінами – педіатрією, ортопедією, неврологією, гінекологією, психіатрією, наркологією, дерматовенерологією, сексопатологією та ін. Все наскрізь пронизано окультним змістом: досвідом йоги, тори, рерихіанством, каббалістикою і т.д.» [10].

Тут В.К.Яровий, думаємо, не повністю правий. Якщо невдало поєднані знання важливих медико-біологічних наук, то потрібно поєднати їх більш вдало, очистити від половини. Працювати в межах доказової медицини. Правий В.К.Яровий в тому, що валеолог повинен володіти великим масивом глибоких медико-біологічних знань, а також, додамо, психолого-педагогічними технологіями засівання цих знань, формування валеологічної компетентності (ВК) [7, 8]. В чому причини кризи у валеології? Наше бачення: не був чітко сформульований зміст науки та зміст навчальної дисципліни, не розроблені на науковій основі державні освітнянські стандарти, не були підготовлені кадри-викладачі, до викладання валеології були допущені нефакхівці, не знайшлося лідерів такого важливого напрямку боротьби за здоров'я народу серед правлячої верхівки. Отже, висновок: не можна допускати до викладання такої важливої навчальної дисципліни далеких від медицини і фізіології людей. Роздача шприців для наркозалежних, навчання надівати «заморські» презервативи і т.п. – не повинно домінувати в рамках валеологічних заходів. Валеологія не повинна служити реалізації цілей Алена Даллеса щодо знищення духовності слов'янських народів [10].

**Новий етап в розвитку валеології.** Зараз валеологія в Україні завдяки зусиллям потужних особистостей отримує новий імпульс для свого розвитку. Розробляються державні освітнянські стандарти, утверджуються нові підручники для середньої школи [9]. Цей процес потрібно продовжити, формуючи ВК не лише школярів та студентів, а всього населення. ВК має виступити рушійною силою збереження та зміцнення здоров'я народу. Ефективне поєднання валеології (як профілактичної науки і практики) і медицини при державно-громадському партнерстві та при перебудові системи управління системою здоров'язбереження, може, на нашу думку, значно поліпшити стан здоров'я людей при порівняно невеликих економічних затратах. Сформувавши ВК у населення, в тому числі у молоді, можна, в значній мірі, поліпшити здоров'я українців в умовах нинішньої кризи. Потрібно навчити кожну людину управляти станом свого здоров'я, працездатності, біологічним віком, розробляти персоніфіковану програму оздоровлення. Важливо спонукати психолого-педагогічну еліту до розробки освітніх технологій формування ВК. Нашу ідею формування еколого-валеологічної компетентності (в спільній роботі з Г.О.Білявським) ми висловимо на конференції «Педагогіка здоров'я» (Харків, Національний педагогічний університет ім. Г.С.Сковороди, 18-19.05.2018).



**Обриси 3-ї ери в розвитку системи охорони здоров'я.** В історії розвитку медицини, зважаючи на використання засобів лікування, технологій та філософії здоров'я, можна виділити 3-и періоди (ери): доантибіотикову; антибіотикову (ксенобіотичної фармакології), що перетворилася бізнесовими структурами в гіпертрофовану «пухлину», коли нав'язлива реклами формує шкідливий попит); та постантибіотикову (біофізична медицина [1, 2], інформаційні технології, біорезонансна терапія). При успішному розвитку нової валеології ми побачили обриси 4-ї ери в системі охорони здоров'я, зміст якої зводиться до управління здоров'ям та біологічним віком з мінімальним використанням ксенобіотичної фармакохімії та біофізичних приладів і апаратів. Основні джерела здоров'я: знання організму, його індивідуальних особливостей, генетичної конституції, цілющих властивостей навколишньої природи, а також законів соціуму; вміння управляти глибинними біологічними процесами, використовуючи механізми зцілення, закладені природою всередині організму, підсилюючи рівень загальної та специфічної резистентності. При цьому можна здійснювати неінвазивне стимулювання певних ланок цитокінової системи, а через неї – управління експресією певних генів. Науково доведено, що кожна клітина нашого тіла має повний набір генів і при допомозі «включення/відключення» певних генів клітини можуть ставати більш «молодими» і диференціюватися в іншому, потрібному в даний час для організму, напрямку. Можна, наприклад, запустити регенерацію нової нирки після оперативного видалення пошкодженої чи зупинити прогресування метастазів при допомозі відключення певних генів. Мається достатньо науково доведених фактів подібної регенерації чи відновлення здоров'я при невиліковних хворобах. Вирішальне значення має психологічна установка особистості. У східній філософії та медицині, співвідношення різних факторів, що визначають рівень здоров'я населення, інше, ніж у нашій: спосіб мислення – 70%, спосіб життя – 20%, харчування – 10% [В.Я.Березовський // Фізіологічний журнал, 2008, №2, с.6].

**Медицина і валеологія.** У 70-х роках минулого століття в області авіакосмічної медицини зародилася концепція третього стану: між станом здоров'я і хвороби є перехідний стан – вже не здоров'я, але ще не хвороба. Тобто латентний стан, коли в організмі наявний рівень медичної науки і практики не здатний «побачити» зароджені порушення, неявну ще патологію. Валеологи працюють з людьми, які знаходяться в третьому стані. Вивести людину з третього стану до стану повного здоров'я потребує набагато менших затрат, ніж виведення його з стану хвороби [8]. Багато вчених-медиків вважають, що роль медицини в підтриманні здоров'я сучасної людини зменшується. Є така думка, що валеологи мають брати і тих пацієнтів, перед якими традиційна медицина безнадійно розводить руками. Якщо згодитися з цією точкою зору, то справжній валеолог повинен знати організм людини, етіологію і механізми патогенезу будь-якого захворювання краще того нинішнього медика, який «списує» людину помирати. Валеолог, наголошуємо ще раз, повинен вміти активізувати внутрішні механізми самозцілення. Підвищення рівня підготовки валеологів зумовить конкуренцію з лікарями, що підвищить професіоналізм лікарів.

**Нова валеологія.** Новою, післякризовою валеологією ми пропонуємо назвати таку важливу для практики науку, яка інтегрує в собі: 1) найновіші досягнення медико-біологічних наук (від «молекул до людини» та аж до соціуму), тобто знання, здобуті на різних рівнях пізнання (молекулярний, клітинний, тканинний, органів, систем органів та організму в цілому); особливо важливими є досягнення імунології, електорофізіології, біофізики, фізіології (інтеграція всіх рівнів), психофізіології, а також генетики, теорії інформації, теорії управління; 2) досягнення західної та східної, традиційної та нетрадиційної (інноваційної) медичної практики; особливе значення має наукове розуміння «біологічно активних точок» китайської медицини; через ці точки можна впливати на різні ланки цитокінової системи, а через неї – на експресію певних генів (про це повідомимо в іншій публікації); 3) вміння використовувати місцеві природні ресурси здоров'язбереження та оздоровлення (рослини, бджолопродукти, ентеросорбенти та ін.), а також психологічні, психотерапевтичні, психокорекційні практики оздоровлення. Роль психотерапії зростає у зв'язку з тим, що все більше хвороб має психосоматичний компонент, фармакологічне лікування їх малоефективне, а спеціальні техніки психотерапії дають хороший результат.

Мета валеологічної науки і практики – збереження і зміцнення здоров'я людей та досягнення активного довголіття. При цьому дуже важливо зробити кожну людину не лише об'єктом оздоровлення, а й суб'єктом: людина повинна брати активну участь в процесі

оздоровлення та омолодження через удосконалення знань про свій індивідуальний організм. При певному духовному розвитку людина здатна підпорядкувати все в собі вирішенню життєво важливих завдань і при певних тренуваннях виробляє здатність впливати на функціонування своїх органів, тканин, клітин. Людина, її мозок та інші клітини організму можуть «навчитися» сприймати інформацію подібно до того, як ноутбук з модемом: з будь-якої точки простору будь-яку потрібну інформацію.

При розвитку валеологічної науки та освіти треба, на нашу думку, враховувати наступні моменти: 1) зміст науки і навчальної дисципліни для середньої та вищої школи є динамічною структурою. Держава має стимулювати здійснення наукових розробок в тих напрямках, які вкрай необхідні зараз для виживання нашого народу в нинішніх екстремальних умовах; освіта-просвіта також має враховувати дану рекомендацію; 2) в науці і освіті дуже важливий принцип випередження. Ми часто готуємо фахівців для вирішення нинішніх проблем, а випускники зустрічаються вже з іншими проблемами. Час динамічний, тому потрібне прогнозування і державні освітні стандарти орієнтувати на майбутнє коло проблем; 3) всю освіту, а особливо валеологічну та екологічну потрібно організувати в світлі концепції сталого (екобезпечного) розвитку, дотримуватися розроблених ООН принципів освіти для сталого розвитку; 4) компетентнісний підхід, який включений в проект «Нової української школи» МОНУ, потрібно впроваджувати і при формуванні ВК у всього населення; 5) використовувати принципи інноваційної освіти, викладені в Доповіді Римському клубу (РК) «Немає меж освіти» (Дж.Боткінз та ін., 1997) та педагогічні технології, інтерактивні методи, ділові та рольові ігри, мозкові штурми та ін.; 5) при розробці стратегії освіти важливо використати ідеї нової (ювілейної) Доповіді Римського клубу **«ComeOn! Капіталізм, близькорукість, населення і руйнування планети»**. Тут звучить жорстка критика капіталізму, неприйняття фінансових спекуляцій, заклик до альтернативної (екологічної) економіки, «нового Просвітництва», холистичного (ноосферного) світогляду, планетарної цивілізації. ООН, як правило, бере до уваги висновки Римського клубу для практичної реалізації в своїх планах. Серйозна увага приділяється формуванню валеологічної і, особливо, екологічної компетентності у людей.

**Заключення.** Удосконалення системи валеологічної освіти і просвіти, підготовка кадрів з основ здоров'я, формування валеологічної компетентності у населення дозволить в значній мірі управляти станом здоров'я і біологічного віку людей, сприятиме виживанню українського народу, збереженню здоров'я та формування активного довголіття в умовах українських соціальних реалій. Важливо знайти лідера серед представників влади для «просування» валеології та біофізичних технологій оздоровлення населення і запропонувати йому стратегію виживання та оздоровлення українського суспільства, ефективні методи боротьби з депопуляцією народу.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Апанасенко Г.Л. Индивидуальное здоровье: Теория и практика / Г.Л.Апанасенко. - К.: Медкнига, 2011. – 108 с.
2. Березовский В.А. Валеология и биофизическая медицина / В.А.Березовский // Фізіол. журн. – 2010. - №3. – С.3-18.
3. Брехман И.И. Введение в валеологию – науку о здоровье человека./ И.И.Брехман – Л.: Наука, 1987. – 147 с.
4. Гончаренко М.С. Валеологічні аспекти духовності / М.С. Гончаренко. - Х.: ХНУ ім. В.Н.Каразіна, 2008. – 332 с.
5. Горчаков В.Ю. Курс лекцій: Валеология з основами фізіології / В.Ю.Горчаков. - К.: КПІ ім. І.Сікорського, 2017.–161 с.
6. Ліпський П.Ю., Євсєєва О.В. Травматичний стрес та посттравматичний стресовий розлад як герокритична точка онтогенезу / П.Ю. Ліпський, О.В. Євсєєва // Посттравматичний стресовий розлад: дорослі, діти і родини в умовах війни (Матер. Міжнар. міждисциплінарної Асамблеї). Т. 1., К. – Варшава, 2018. – С. 65-82.
7. Ліпський П.Ю.Концептуальні засади еколога-валеологічного виховання в системі освіти для еколога безпечного розвитку / П.Ю. Ліпський // Актуальні питання медицини і біології. Матер. Міжнар. наук.-практ. конф. - Полтава: Астрая, 2017. — С. 149-151.
8. Ліпський П.Ю. Формування здорового способу життя в світлі концепції сталого розвитку територіальної громади / П.Ю. Ліпський // Проблеми освіти: Наук.-метод. Зб.. – К.: Проблеми освіти. – К.: Ін-т інноваційних технологій і змісту освіти. – 2006, Вип. 49. – С.39-48

9. Страшко С. В. Концептуальні засади створення підручника «Основи здоров'я» для 1-го класу / С. В. Страшко, Г. І. Жара, В. Г. Білик // Вісник Луганського Націон.ун-ту ім. Т.Шевченка. Серія: Пед. науки. - Луганськ : ДЗ «ЛНУ», 2013. - № 5 (264) Ч. II. - С. 156-165.
10. Яровой В.К. Валеология: новация или профанация? / В.К.Яровой. - Житомир: ПП «Рута», 2010. – 280 с.

**Lipskiy P.U., Yevseyeva O.V.\***

Ecology and Medical Academy: science, health, spirituality

\*Pryluky Ivan Franko Humanitarian Pedagogical College

## **NEW VALEOLOGY AND THE 4TH ERA IN THE HEALTH CARE SYSTEM**

**ABSTRACT.** *The purpose of the article is to express our vision of «new» (post-crisis) valeology, which will give us the opportunity to form a high level of valeological competence, so that everyone can manage the state of his health and biological age with the minimum use of xenobiotic pharmaco-chemistry. The author analyzes the causes of the crisis in valeology, notes the positive post-crisis development of Ukrainian valeology: the content of valeological science is formulated, educational standards developed for training specialists in health basics, the formation of valeological competence. The need to train valeologists determined in order to help the population to survive, maintain health and develop active longevity in today's extreme conditions of Ukrainian reality.*

**Keywords:** *new valeology, valeological competence, new health care strategy, fourth era in the development of the health care system.*

## KONSEKWENCJE ZDROWOTNE KORZYSTANIA Z GIER KOMPUTEROWYCH

**STRESZCZENIE.** Nieodpowiednie korzystanie z komputera może stanowić poważne zagrożenie dla zdrowia fizycznego człowieka. W dzisiejszych czasach wypiera ono prozdrowotne formy spędzania wolnego czasu takie jak: uprawianie sportu, spacer, wycieczki. Konsekwencje zdrowotne nałogowej zabawy grami komputerowymi są m. in. nadwagę, bóle łokci, otyłość (związana z brakiem ruchu), halucynacje słuchowe. Konsekwencją zbyt długiego czasu spędzonego przed komputerem jest również przyjmowanie przez długi czas, często wymuszonej, nieruchomej pozycji ciała, co przyczynia się do powstawania nowych i utrwalania istniejących wad postawy, oraz obciąża narząd ruchu. Niniejszy tekst stanowi przegląd badań na temat konsekwencji zdrowotnych korzystania z gier komputerowych i sposobów ich zapobiegania.

**Słowa kluczowe:** zdrowie fizyczne, uzależnienie, gry komputerowe.

### Wprowadzenie

Gry komputerowe są dzisiaj bardzo atrakcyjną rozrywką zarówno dla młodych jak i dla starszych ich użytkowników. Jak pokazują badania (Muchacki 2018) 85% z 350 przebadanych dzieci w młodszym wieku szkolnym spędza czas wolny grając często, 28% dzieci zdarza się zrezygnować z zabaw z rówieśnikami na rzecz podejmowania gier. Uczestnicy korzystają z różnych rodzajów gier wyprodukowanych na komputer lub inne urządzenie przenośne. Są to m. in. gry elektroniczne, gry video, gry telewizyjne, gry konsolowe. „Do najpopularniejszego obecnie sprzętu do gier zaliczamy: komputery osobiste (PC, pracujące przeważnie pod kontrolą systemów Windows, lecz również różnych dystrybucji Linuxa, a także Mac), konsole stacjonarne (PlayStation 3, Xbox 360, Wii, PlayStation 2, GameCube), konsole przenośne (PlayStation Portable, Dual Screen) oraz całą rzeszę przenośnych urządzeń multimedialnych, wśród nich oferujące coraz większe możliwości telefony komórkowe” (Borys Zajączkowski, Dominika Urbańska-Galanciak, 2009, s. 3). Popularne są również zabawy za pośrednictwem telewizji cyfrowej (Stasieńko (2018, s. 4).

Istota gry jako odmiany zabawy, polega na tym, iż jest ona działaniem dobrowolnym, podejmowana dla przyjemności posiada ona ściśle określone reguły, którym gracz musi się podporządkować, charakteryzuje się dużą intensywnością, rywalizacją o wygraną ale też dobrowolnością jej podejmowania (Huizinga Okoń 2004 s. 89). Jesper Juul z kolei, odnosząc się do współczesnych gier, określił je jako „bazujący na regułach system formalny ze zmiennym i wymiernym wynikiem, gdzie różnym rezultatom przydawane są różne wartości np. zwycięstwo uznawane jest za wartość pozytywną, porażka - za wartość negatywną, gracz podejmuje wysiłek żeby wpłynąć na wynik i czuje związek swoich starań z wartością wyniku, a konsekwencje aktywności gracza są opcjonalne i negocjowalne.” (Juul, 2003, s. 32). Pełniejszą i bardziej adekwatną do współczesnej oferty gier przedstawia S. Łukasz pisząc, iż „gra komputerowa to zapisany w dowolnej postaci i na dowolnym nośniku cyfrowym (taśma, dyskietka, układy elektroniczne itp.) program komputerowy spełniający funkcję ludyczną poprzez umożliwienie manipulacji generowanymi elektronicznie na ekranie wizyjnym (wyświetlaczu ciekłokrystalicznym, monitorze, telewizorze itp.) obiektami graficznymi lub tekstem, zgodnie z określonymi przez twórców gry regułami” (Łukasz, 1998, s. 11). Podobnie A. Andrzejewska (2014, s. 61) uważa, że gry komputerowe to „specyficzny program komputerowy, którego naczelnym lub jednym z głównych celów jest rozrywka. Gra stawia przed graczem jakieś zadanie do zrealizowania i jednocześnie zawiera wiele przeszkód, które mają utrudnić jego wykonanie”.

Istnieją różne klasyfikacje gier komputerowych. Kryteria ich klasyfikacji stanowią m.in. liczba uczestników gry, sposób jej przeprowadzania, cechy, jakie są wymagane od gracza czy miejsce akcji gry. W najczęściej spotykanym popularnym, sformułowanym przez samych użytkowników podziale można wyodrębnić osiem typów gier: zręcznościowe, przygodowe, fabularne, strategiczne, symulacyjne, sportowe, logiczne i edukacyjne. W każdym z tych typów mieszczą się różne ich rodzaje uwzględniające ich zakres tematyczny, sprawnościowy, intelektualny i inne cechy, którym dana gra służy. Jak zaznacza J. Stasieńko (2018, s. 5) „W obrębie rodzajów mogą to być: cechy psychofizyczne, które musi zaangażować gracz w czasie



zabawy – zręczność, umiejętność logicznego myślenia, umiejętność planowania (zręcznościowe, logiczne, strategiczne) – lub mimetyzm wykreowanego w grze świata przedstawionego (symulacje), a także elementy konstrukcyjne fabuły – rozwój bohatera (RPG), obecność przygód (przygodowe). Z kolei gatunki mogą być wyodrębnione ze względu na: perspektywę pokazywania świata przedstawionego (FPP); czasową formę rozgrywki – turowe, RTS; tematykę – sportowe, wyścigi; stopień wiarygodności wobec twórców realnych – symulacje, arcade.”

W klasyfikacji gier stosowanej w Stanach Zjednoczonych (ESRB - Entertainment Software Rating Board stworzoną przez Entertainment Software Association. Celem ESRB jest klasyfikacja gier oraz ustalanie zasad ich sprzedaży i reklamy) dotyczy wieku użytkownika i treści gry. Są to następujące oznaczenia gier: eC- (Early childhood) Wczesne dzieciństwo. Gry te są dla dzieci do 3 roku życia, posiadające walory edukacyjne; E – (Everyone) przeznaczone dla każdego użytkownika od 6 roku życia (dopuszczalna jest w nich dawka przemocy). Kolejnym oznaczeniem jest symbol E10+ - (Everyone 10+) – gry przeznacz powyżej 10 roku życia. Symbol T – (Teen) to gry dla osób powyżej 13 roku życia. M – (Mature) Dorośli – to gry dla osób powyżej 17 roku życia. Natomiast symbol AO – (Adults Only) Tylko dla dorosłych to gry przeznaczone dla osób powyżej 18 roku życia - to gry pełne przemocy lub treści erotycznych (<http://forums.mariosworld.org/showthread.php?p=340>).

Gry posiadają ponadto różny stopień trudności, z czym związane jest ich przeznaczenie do danej grupy odbiorców- graczy. „Połowa wydawanych gier otrzymuje kategorię (3+), która w praktyce oznacza, że gra nie posiada ograniczeń wiekowych. 11% przeznaczona jest dla dzieci (7+), 22% dla młodszych nastolatków (12+), 12% dla starszych nastolatków (16+), a 5% to produkcje tylko dla dorosłych (18+)”. (Zajączkowski, Urbańska-Galanciak, 2009, s. 4-5).

### **Konsekwencje zdrowotne korzystania z gier komputerowych**

Bardzo często dzisiaj ludzie traktują Internet jako medium, które pozwala im uciec od codzienności. Nie zdają sobie sprawy, że nadmierne spędzanie czasu w sieci prowadzi do uzależnienia od Internetu, internetoholizm, infoholizm, cyberzależność i jest zagrożeniem dla sfery emocjonalnej młodego człowieka. Wolność człowieka częstokroć zostaje dziś „pożarta” przez subtelnie agresywny świat mediów, a zwłaszcza przez wieloletnie seriale telewizyjne i przez gry komputerowe. Badania empiryczne wykazują, że zbyt długie przebywanie i dziecka, i młodego widza (internauty) przed ekranem telewizora i komputera ma wpływ na jego nadpobudliwość, zmęczenie, a także i kłopoty z zasypianiem oraz na rozdrażnienie, a nawet i na przejawy agresji w zachowaniu. Warto podkreślić fakt, że są osoby (w kręgu dziecięcych i młodych widzów oraz internautów), które są świadome szkodliwości owych mediów na zdrowie i potrafią zastosować współczesne mass-media i multimedia, a zwłaszcza telewizję oraz gry. Dobrze ilustrują to przeprowadzone badania (M. Muchacki, 2013) wśród młodzieży polskiej i amerykańskiej. Ujawniły one, że zarówno polska, jak i amerykańska młodzież potrafi zidentyfikować zagrożenia wynikające z kontaktu z komputerem i siecią Internet. Najwięcej młodzieży zagrożenia identyfikowała z rozwojem fizycznym i psychicznym, następnie z społeczno-emocjonalną i etyczno-moralną sferą rozwoju. Najmniej młodzieży widziało zagrożenia w sferze intelektualnej, a tylko 8,75% młodzieży podało inne obszary. Jednak młodzież amerykańska w większości omawianych sfer zagrożeń podawała więcej określeń identyfikujących te zagrożenia. Ogółem młodzież amerykańska podała 3294 określenia a młodzież polska 2278 określeń. Najwięcej młodzieży zagrożenia identyfikowało z rozwojem fizycznym (97,75%) i psychicznym (88,50%), następnie z etyczno-moralną (68,50 %) i społeczno-emocjonalną (72,00 %) sferą rozwoju. Najmniej młodzieży widziało zagrożenia w sferze intelektualnej (30,75 %) a tylko 8,75% młodzieży podało inne obszary.

Ogólnie można stwierdzić, że badanej młodzieży dobrze są znane zagrożenia dla zdrowia fizycznego głównie dla układu kostnego i oczu jednak młodzież amerykańska podaje więcej przykładów tych zagrożeń oraz częściej ujmuje je w relacjach przyczynowo-skutkowych. Podaje ponadto zagrożenia związane z układem krążenia oraz przemianą materii (otyłość, choroby jelit i żołądka). Należy stwierdzić dobrą znajomość zagrożeń w sferze psychicznej zarówno młodzieży polskiej jak i amerykańskiej. Istotne różnice zaznaczają się w tym, iż młodzież polska jako najważniejsze zagrożenia wskazuje depresję, agresję i uzależnienia od komputera a młodzież amerykańska schizofrenię i samobójstwa oraz zachowania agresywne i lęk przed ludźmi. Należy stwierdzić dobrą znajomość zagrożeń w sferze społeczno-emocjonalnej młodzieży z obu grup kulturowych. Na uwagę zasługuje zróżnicowana argumentacja. Mianowicie dla młodzieży polskiej

największymi zagrożeniami w tej sferze jest utrata więzi rodzinnych i społecznych oraz zjawisko izolacji. Dla młodzieży amerykańskiej natomiast istotnymi zagrożeniami są ograniczenia w podejmowaniu znajomości, utrata lub brak miłości i przyjaciół oraz poczucie przyjemnego życia.

W sferze zagrożeń dla rozwoju etyczno-moralnego młodzież polska uważa zanik wartości, młodzież amerykańska natomiast plagiaty oraz uodpornienie na przemoc, zło i nienawiść. Dla obu grup badanych istotnym zagrożeniem jest uzależnienie od wulgaryzmów, seksu i pornografii.

W sferze zagrożeń dla rozwoju intelektualnego polska młodzież podała więcej rodzajów/skutków zagrożeń niż młodzież amerykańska. Największymi zagrożeniami w tej sferze jest dla niej obniżenie IQ a także problemy z wypowiedziami werbalnymi. Dla obu grup kulturowych młodzieży zagrożenie stanowią problemy z pisaniem, uzależnienie i zaufanie do informacji oraz poczucie chaosu wiedzy. Zaś dla młodzieży amerykańskiej istotnym zagrożeniem intelektualnego rozwoju jest prowokacja sieci do kradzieży intelektualnej (Muchacki 2013 s. 53-69).

Do najczęściej odnotowywanych skutków uzależnienia od gier należą: zaniedbywanie obowiązków (nauki, studiów, pracy, opieki nad własnymi dziećmi), zastępowanie relacji z osobami ze świata realnego relacjami ze światem Czasoprzestrzeni Internetu, a nawet zaburzenia w sferze własnej tożsamości. Świat gier, wprowadza gracza w świat fantastyczny, wirtualny, inny od tego, w którym żyje. Jego uczestnik bierze udział w bezlitosnych i krwawych walkach z przeciwnikiem, słyszy wzmagające grozę jęki rannych, odgłosy pocisków, ogląda zwłoki (Kiss, Popko2005). Przemoc, która dokonuje się w grach często zamiast być karana, jest nagradzana i towarzyszy temu poczucie sukcesu. U osób wrażliwych treści takich gier powodują zaburzenia snu, bóle głowy, uczucie lęku, pobudliwość nerwową. Mogą też wywoływać agresywne zachowania takie jak gniew, płacz, bądź wyładowanie agresji na przedmiotach Braun – Gałkowska 2004, Izdebska 2005). Uzależnienie od gier, które rozwija się niezauważalnie, staje się coraz większym problemem graczy. Tracą oni poczucie czasu spędzając wiele godzin na grach. Uzależnionym graczom gry przynoszą poczucie bezpieczeństwa. Dla osoby uzależnionej nawet potrzeby fizjologiczne jak spanie, jedzenie, wydalanie są uciążliwe, gdyż trzeba wtedy odejść od komputera. Gry stają się czymś najważniejszym w życiu przez nie pojawiają się trudności z koncentracją, w kontaktach z rodzicami i rówieśnikami (Andrzejewska 2014, s. 77).

### **Profilaktyka zagrożeń uzależnienia od gier komputerowych**

Profilaktykę przed uzależnieniem od gier komputerowych powinno się zacząć od najwcześniejszych lat życia dziecka wychowując go do racjonalnego spędzania czasu wolnego i rozwijania kultury medialnej, bowiem najgroźniejsze jest danie dzieciom nieograniczonej swobody w korzystaniu z dóbr medialnego świata bez właściwego nadzoru i kontroli. Sami rodzice powinni być dobrze zorientowani w zakresie oferty gier oferowanych i dostępnych na rynku. Ważne jest uczenie dzieci stosowania reguł korzystania z gier komputerowych, np. uczyć się nowości przed dzieckiem (dbać o swój autorytet w jego oczach), dokonywać selekcji gier (omawiać z dzieckiem sens działań bohaterów i ich postawy) - grać wspólnie z dzieckiem (dbać o wspólnotę, zaufanie, żywy kontakt), ograniczyć czasowo dostęp do gier do 30-45 minut dziennie (Konovaluk, 2008, s. 60). Pomocnym dla rodziców jest opracowany i uruchomiony w 2003 roku Ogólnoeuropejski system ratingu wiekowego (Pan –European Game Information, PEGI), o którym wspomniano powyżej.

### **BIBLIOGRAFIA**

1. Andrzejewska A., (2014), *Dzieci i młodzież w sieci zagrożeń realnych i wirtualnych. Aspekty teoretyczne i empiryczne*, Warszawa.
2. Braun-Gałkowska M., Ulfik E. (2000), *Zabawa w zabijanie. Oddziaływanie przemocy prezentowanej w mediach na psychikę dziecka*, Warszawa.
3. Braun- Gałkowska, M. (2004) *Mechanizmy psychologiczne wyjaśniające wpływ gier komputerowych na psychikę dziecka* [w:] A. Gała, I. Ulfik- Jaworska (red.) *Oddziaływanie „agresywnych” gier komputerowych na psychikę dzieci*, Lublin, Wydawnictwo Artom.
4. *Dziecko i media elektroniczne- nowy wymiar dzieciństwa*, red. J. Izdebska, T. Sosnowski, Białystok 2005.
5. Filiciak M., (2002), *Niepotrzebne gry. O zabawie w zabijanie*, „Kultura Popularna” nr 1, s. 187-191.
6. Juul J., (2003), *The Game, the Player, the World: Looking for a Heart of Gameness*, [w:] Level Up: Digital Games Research Conference Proceedings, red. Marinka Copier, Joost Raessens, Utrecht.

7. Kiss, B., Popko, M. (2005) *Wyplątać się z sieci*, Służba zdrowia.
8. Konovaluk H., (2008), *Media elektroniczne jako czynnik wczesnej edukacji wychowawczej. Uwagi pedagoga i rodzica*, w: Media elektroniczne w życiu dziecka w kontekście wartości wychowawczych oraz zagrożeń, red. J. Izdebska, Białystok.
9. Łukasz S., (1998), *Magia gier wirtualnych*, Warszawa.
10. Muchacki M. (2013), Przygotowanie młodzieży licealnej do korzystania z metod i technik informatycznych. Badania porównawcze polsko-amerykańskie, OW Impuls, Kraków.
11. Ogonowska A., (2002), *Zabawa w... badanie czyli psychologiczne proroctwa*, „Kultura Popularna”, nr 1, s. 193-198.
12. Okoń W. (2004), *Nowy słownik pedagogiczny* Wydanie czwarte uzupełnione i poprawione, Wydawnictwo Akademickie „Zak”, Warszawa.
13. Stasiński J., (2018), *Gry komputerowe – jestem na „tak”, jestem na „nie”. Zagrożenia, szanse i wyzwania rozrywki komputerowej*. Dolnośląska Szkoła Wyższa. [dostęp 2018-04-10]
14. Zajączkowski B., Urbańska-Galanciak D. (2009), *Co o współczesnych grach wiedzieć powinniśmy*. Warszawa: Stowarzyszenie Producentów i Dystrybutorów Oprogramowania Rozrywkowego.

**Muchacki M.**  
Pedagogical University of Cracow

### HEALTH CONSEQUENCES OF USING COMPUTER GAMES

**ABSTRACT.** *Improper use of a computer can pose a serious threat to the physical health of a person. Nowadays, it displaces pro-health forms of spending free time, such as: doing sports, walking, trips. The health consequences of compulsive computer games are among others strain on the wrists, elbow pain, obesity (associated with lack of movement), auditory hallucinations. The consequence of too long time spent in front of the computer is also taking for a long time, often forced, immobile position of the body, which contributes to the emergence of new and perpetuate the existing defects of posture, and burdens the motor organ. This text provides an overview of research on the health consequences of using computer games and how to prevent them.*

**Keywords:** *physical health, addiction, computer games.*

УДК 378.091.12:159.9-051

Білик В.Г.

Національний педагогічний університет ім. М. П. Драгоманова,  
Київ, Україна

## ПРИРОДНИЧО-НАУКОВА ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ В РУСЛІ ЗДОРОВ'ЯФОРМУВАЛЬНОЇ ОСВІТИ

**Анотація.** *Природничо-наукова підготовка майбутніх психологів в руслі здоров'яформувальної освіти розглядається з урахуванням негативних тенденцій стану здоров'я населення України. На основі аналізу наукових джерел, автор визначає її як складну, багатокомпонентну систему, головними ознаками якої, є потреба у саморозвитку та оволодінні здоров'яформувальними технологіями, усвідомлення своєї причетності до збереження і формування здоров'я, прийняття на себе особистої відповідальності за успішність і ефективність цього процесу, та стверджує, що її реалізація буде ефективною за умови підвищення мотивації майбутніх психологів до навчання основам природничих наук та здоров'яформувальної діяльності, наповнення змісту дисциплін природничо-наукової підготовки темами оздоровчо-профілактичного спрямування, створення, в процесі природничо-наукової підготовки, умов, спрямованих на саморозвиток, самовизначення, самовдосконалення та оволодінні здоров'яформувальними технологіями.*

**Ключові слова:** *природничо-наукова підготовка, майбутні психологи, здоров'яформувальна освіта.*

В умовах соціальної, політичної та екологічної кризи, коли спостерігаються негативні тенденції в стані здоров'я населення України, здоровий спосіб життя стає не просто сучасною життєвою філософією, а й фактором національної безпеки країни, оскільки, як справедливо зауважує С. Страшко «рівень громадського здоров'я є показником цивілізованості суспільства і якості життя його громадян» [9, с. 3].

Поділяючи таку думку, та наголошуючи на тому, що «від обраного людиною способу життя залежить стан її здоров'я в майбутньому», М. Носко зауважує, що «наразі пріоритет здорового способу життя, ще не є загальноприйнятим в українському суспільстві» [3, с. 7].

Враховуючи вищенаведені висновки науковців, думку І. Шеремет і К. Василенко, про те, що «зміни в суспільному житті, безперечно, сприяють зміні поглядів на традиційну підготовку фахівців з охорони здоров'я» [8, с. 57], та тези О. Матвієнко щодо необхідності «докорінної зміни підходів до навчання» [2, с. 105], вважаємо за доцільне визначити місце природничо-наукової підготовки майбутніх психологів в руслі здоров'яформувальної освіти.

У контексті нашого дослідження, важливими є наукові погляди Т. Редько щодо основних напрямків здоров'ярозвивальної діяльності в університеті, якими на думку науковця, повинні стати: «раціональна організація навчального процесу студентів; створення здоров'ярозвивального університетського середовища; раціональна організація фізкультурно-оздоровчої роботи; просвітницько-виховна робота зі студентами, спрямована на формування цінності здоров'я і здорового способу життя, профілактика і спостереження за станом здоров'я» [6, с. 47].

Не менш цікава модель реалізації здоров'яформувальної освіти, запропонована Л. Куликовим, В. Рибаківим та С. Ярушиним. Так, науковці стверджують, що в її структурі повинні мати місце такі компоненти як: здоров'яформуюче (здоров'япідвищуюче) середовища відповідно до умов життєдіяльності і вимог сучасної освіти; раціональна організація освітнього процесу (розклад, дотримання гігієнічних вимог, харчування, рекреаційні заходи) в навчальних корпусах, гуртожитках, в сім'ї; кваліфіковане кадрове забезпечення (викладачі, методисти-організатори) тощо; об'єднання різних видів і форм оздоровлення як єдиної та стійкої функціональної системи, що забезпечує «масовий» вплив на основні компоненти здоров'я студентів; процес формування і реалізації особистісних ціннісних орієнтацій та переходу від регульованої діяльності до саморегуляції активного здоров'яформування; процес підвищення якості безперервної загальної фізкультурної освіти, спрямованої на формування таких загальнолюдських цінностей, як



фізичний, психічний і соціальний добробут, підвищення життєвих ресурсів людини, до числа найважливіших з яких відноситься здоров'я» [1, с. 63].

Не можемо залишити поза увагою наукові погляди В. Омеляненка, який стверджує, що «зміст сучасного наукового світогляду стосовно проблеми керування здоров'ям здорової людини складається зі знань дисциплін природничо-наукового циклу та комплексу знань психолого-педагогічних, спортивно-педагогічних та інших навчальних дисциплін» [4, с. 99].

Перш ніж перейти до розгляду сучасних загальнопедагогічних і психологічних аспектів природничо-наукової підготовки майбутніх психологів у руслі здоров'яформувальної освіти, вважаємо за необхідне визначити сутність феномену «природничо-наукова підготовка».

Проведені наукові розвідки вказують на відсутність у науковій літературі чіткого визначення дефініції «природничо-наукова підготовка». Так, М. Пайкуш природничо-наукову підготовку розглядає як «результат засвоєння спеціально відібраних природничо-наукових знань, умінь, навичок та цінностей, необхідних для успішного здійснення професійної діяльності» [5, с. 451].

Для нас актуальним є визначення, яке пропонують А. Фастівець та П. Хоменко. На думку дослідників, природничо-наукова підготовка це «динамічний процес оволодіння предметними медико-біологічними компетентностями та формування професійно важливих характеристик і рис особистості, що дозволяють вирішувати завдання майбутньої професійної діяльності в галузі здоров'язбереження» [7, с. 363].

Узагальнюючи, відзначимо, що природничо-наукову підготовку майбутніх психологів у руслі здоров'яформувальної освіти доцільно розглядати як складну, багатокомпонентну систему, головними ознаками якої, є потреба у саморозвитку та оволодінні здоров'яформувальними технологіями, усвідомлення своєї причетності до збереження і формування здоров'я, прийняття на себе особистої відповідальності за успішність і ефективність цього процесу.

Реалізація процесу природничо-наукової підготовки майбутніх психологів в руслі здоров'яформувальної освіти, на нашу думку, буде ефективною за умови підвищення мотивації майбутніх психологів до навчання основам природничих наук та здоров'яформувальної діяльності, наповнення змісту дисциплін природничо-наукової підготовки темами оздоровчо-профілактичного спрямування, створення, в процесі природничо-наукової підготовки, умов, спрямованих на саморозвиток, самовизначення, самовдосконалення та оволодінні здоров'яформувальними технологіями.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Куликов Л. М. Модернизация педагогической системы активного здоровьесформирования подрастающего поколения / Л. М. Куликов, В. В. Рыбаков, С. А. Ярушин // Теория и практика физической культуры. – 2010. – №1. – С. 60-64.
2. Matviienko O. Theoretical Basics of Preparation of Teachers to Pedagogical Interaction with Children of Various Age / O. Matviienko // Intellectual Archive. – 2014. – Volume 5. – No. 5 (September). – Toronto : Shiny Word Corp., Canada. – PP. 105–117.
3. Носко М. О. Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні: монографія / М. О. Носко, С. В. Гаркуша, О. М. Воєділова. – К. : СПД Чалчинська Н. В., 2014. – 300 с.
4. Омеляненко В. Інтеграція змісту дисциплін природничо-наукового циклу як умова формування здоров'язберігальної компетентності майбутніх учителів фізичної культури / В. Омеляненко // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: збірник наукових праць. – № 4 (20), 2012. – С. 97-102.
5. Пайкуш М. А. Загальнопедагогічні підходи до формування змісту природничонаукової підготовки майбутнього лікаря / М. А. Пайкуш // Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання у підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми. – 2014. – Вип. 37. – С. 450-454.
6. Редько Т. М. Проблема збереження здоров'я студентів на сучасному етапі розвитку системи вищої освіти / Т. М. Редько // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. – Чернігів : ЧНПУ, 2015. – Вип. 124. – С.45-48.
7. Фастівець А., Хоменко П. Природничо-наукова підготовка майбутнього фахівця фізичної реабілітації як педагогічна проблема / А. Фастівець, П. Хоменко // Витоки педагогічної майстерності. Полтава, 2016. – №. 18. – С. 362-366.



8. Шеремет І. В. Організація професійної підготовки майбутніх фахівців за напрямом 014 «Здоров'я людини» й 227 «Фізична терапія та ерготерапія» / І. В. Шеремет, К. С. Василенко// World Science – 2017. – № 11(27). – С. 57-61.
9. Страшко С. В. Соціально-просвітницькі тренінги з формування мотивації до здорового способу життя та профілактики ВІЛ/СНІДу : Навчально-методичний посібник для викладачів ; С. В. Страшко, Л. А. Животовська, О. Д. Гречишкіна, А. О. Міненок / за ред. С. В. Страшка. – 2-е вид., переробл. і доповн. – Київ: Освіта України, 2006. – 260 с.

**Bilyk V.G.**

National Pedagogical Dragomanov University

### **SCIENCE PREPARATION OF FUTURE PSYCHOLOGISTS IN THE DIRECTION OF HEALTHFORMING EDUCATION**

**ABSTRACT.** *Science preparation of future psychologists in the direction of healthforming education is considered in the light of negative trends in health of the population of Ukraine. On the basis of analysis of scientific sources, author defines it as a complex, multicomponent system, the main feature of which is a need for self-development and mastering healthforming technologies, awareness of their involvement in preservation and formation of health, assumption of personal responsibility for the success and effectiveness this process, and argues that its implementation will be effective in case of increasing the motivation of future psychologists to study fundamentals of science and healthforming activities, filling the content of science disciplines with topics of health-prophylactic direction, creation in the process of science preparation such conditions which are aimed at self-development, self-determination, self-improvement and the acquisition of healthforming technologies.*

**Keywords:** *science preparation, future psychologists, healthforming education.*

## МОЖЛИВІСТЬ ДОДАТКОВОГО РОЗВИТКУ МОЗКУ ЛЮДИНИ В УМОВАХ СУЧАСНОЇ ШКОЛИ

**Анотація.** Метою дослідження було довести, що кожна людина може сприймати неусвідомлювану інформацію, яка впливає на її фізіологічні реакції. Здатність сприймати інформацію не вербальним (дистанційна передача інформації) шляхом тренується. Для досягнення мети була розроблена власна методика для виявлення передачі інформації не вербальним шляхом від людини до людини. Використано дистанційний канал передачі інформації. Для візуалізації процесу сприйняття інформації були використані безумовні рефлекси людини. Отримано результати, які підтвердили можливість передачі інформації не вербальним шляхом. Реакція на інформаційний вплив у різних людей з'являється в період від 15 секунд до декількох хвилин. Крім того було показано, що здатність сприймати інформацію у людини тренується і залежить від її стану.

**Ключові слова:** інформаційний обмін, дистанційна передача інформації, тренування функції сприйняття інформації.

Сьогодні часто і багато говоримо про необхідність гармонійної людини, шукаємо у дітей ознаки дітей-індіго, або якісь природні схильності. Як довела робота Л.П. Жукової, проведена ще на початку 90х років на базі старшої групи дитячого садочка у 100% дітей можна розвивати надзвичайні здатності, наприклад, здатність припиняти біль, гальмувати кровотечу в разі легкого поранення тощо. Але ця робота не була продовжена.

У 1972 році з'явилася коротке повідомлення В. Пушкіна та А. Дуброва, в якому автори обговорюють можливість висококваліфікованих перекладачів передбачати можливий зміст доповіді людини і в деяких випадках бути трохи попереду того, кого вони перекладають. Ця робота теж не була продовжена і це було пов'язане з тим, що не існувало науково обґрунтованої бази, яка могла би пояснити виникнення відповідних феноменів. Але трохи пізніше в США з'явилася роботи в яких автори доводили в експерименті, що майже кожна людина здатна передбачати можливість появи того чи іншого зображення на моніторі комп'ютера, яке ще навіть на обрано генератором випадкових чисел, тобто експериментально доведена інтуїція.

Доведено, що будь який організм здатен формувати цілу низку різноманітних фізичних полів. Серед цих полів є електромагнітні поля від довго хвильового до КВЧ діапазону. Оптичні хвилі, звукові тощо [1] Всі ці поля формують єдине поле даного об'єкту. На базі вивчення цих полів академік Ю.Гуляєв та його співробітники розробили низку діагностичних та лікувальних приладів.

В Україні розроблено і втілено в практику прилад «Комплекс спектрально динамічний», який працює за принципом вловлювання та аналізу електромагнітних полів різних організмів. Крім того показано, що кожний організм, починаючи від найпростіших і до організму людини не лише випромінює, а і сприймає зовнішні випромінювання, що дозволяє цим організамам бути учасником інформаційного обміну у природі [2]. Показано, що клітинні мембрани завдяки своїй будові можуть виконувати функцію приймача зовнішньої польової інформації [3], переробляти цю інформацію і використовувати її в інтересах організму.

Існує уявлення, що розвиток і нормальний стан людини в суспільстві, його психологічний стан залежать від зовнішніх інформаційних сигналів, які отримує організм у не усвідомлюваному людиною режимі. Показано, що людина сприймає кожну секунду 400 ТБ, а усвідомлює лише 20 КБ інформації, вся інша сприймається, обробляється і використовується людиною не залежно від свідомості.

Виходячи із вище сказаного витікає, що у людини від природи закладено багато функцій, які не лише не розвиваються, а деградує від покоління до покоління. Ця деградація пов'язана з принципом фізіології за яким слідує, що функція яку не тренують деградує. В нашому випадку мова йде про функцію, яка пов'язує свідомість людини з природним інформаційним обміном. Тобто ця функція залишається на найнижчому рівні,

який забезпечує лише виживання людини у довколишньому середовищі, а все інше людина не використовує, втрачає.

Природний інформаційний обмін здатен зв'язувати людини з багатьма природними явищами через їх відчуття. Наприклад, людина може сприймати гармонію природи, ліса, степу або іншого місця де перебуває. Може відчувати наближаючі загрози, як від зміни погоди, так і змін у відношеннях людей. Людина може відчувати (передбачати навіть аварійні ситуації, які можуть загрожувати їй або іншим людям. Схильність до осознаного відчуття природного інформаційного обміну збагачує можливості людини у самовдосконаленні і власної гармонізації із природою.

Для підвищення чутливості у покращення усвідомлення впливу інформаційного обміну природи на людину, необхідно тренувати відповідні відчуття, всі механізми, які забезпечують сприйняття природної інформації у людини ще є.

Задача даного дослідження було довести, що кожна людина може сприймати неусвідомлювану інформацію, яка впливає на її поведінку і ця здатність тренується.

**Методика.** Дві людини, бажано такі, які добре знають одне одну, в окремому приміщенні, де не має інших людей виконують цю вправу.

Випробуваний в одній з рук (робоча рука) тримає маятник на короткому мотузку 15-25 см. Довжина мотузки залежить від розмірів передпліччя людини. Довжина мотузки має бути такою, що маятник не торкався поверхні столу.

Випробуваний заплющує очі, легко, без напруження м'язів утримує маятник, намагається позбутися будь яких думок, намагається розслабитись. Завдання тяжке, але можна виконати.

Той хто проводить дослідження (дослідник) обирає один з чотирьох можливих напрямків руху маятника. Рух може бути по колу: по часовій та проти часовій стрілці; може бути перпендикулярно тілу або вздовж тіла випробуваного. Дослідник намагається уявити, відчути рух маятника і засікає час від початку спостереження до початку руху маятника.

В перших спробах на початок руху маятника уходить декілька хвилин (іноді до 15 хвилин). В парах, в яких люди добре знають одне одного та правильно все виконують, рух маятника в руках випробуваного починається дещо раніше. Найкращий час – 5 секунд.

Швидкість відповіді залежить від стану випробуваного: ступень втоми, попереднього збудження, впливу сторонніх чинників таких як звук, яскраве світло тощо. Найгірш для проведення досліду це наявність спостерігачів, які ще і коментують події

**Обговорення результату.** Проведені експерименти показали, що кожна людина здатна сприймати прості сигнали від інших членів суспільства не використовуючи другу сигнальну систему. Ця здатність тренується. Оскільки для сприйняття зовнішньої інформації необхідно мати відповідні клітинні структури, то можливо постійне тренування приведе до удосконалення всіх клітин тіла людини. Не має сумніву, що всі події у тілі людини підлягають контролю з боку ЦНС, то при розвитку нової (забутої старої) функції мозок повинен відновити відповідні ділянки, які відповідають саме за цю функцію. Але стверджувати це можливо лише після виконання відповідних досліджень.

Розвиваючи саме цю здатність паралельно можна навчати дітей методу аналізу і регуляції інформаційних полів людини. Метод дозволить свідомо контролювати стан власного здоров'я на будь який момент часу. Після засвоєння цього методу можна навчати слухачів планувати власну фізичне, емоційне, психологічне та інші види навантажень.

До недавнього часу основною перешкодою на шляху широкого використання методу було відсутність теоретичного обґрунтування цього методу. Але зараз можна сказати, що йде постійний розвиток уявлень про природний інформаційний обмін. Вже розроблено й опубліковано багато робіт в галузі фізики, філософії, медицини, біології тощо, які доводять існування постійного обміну інформації в природі, учать цього обміну в розвитку окремих організмів і біоекосистем, його важливість в еволюції матерії і життя.

Методика проста у використанні, має глибоке наукове обґрунтування і може використовуватись для тренування, як дорослих, так і дітей різного віку.

**Висновки.** Майже у 95% пар були отримані позитивні результати, тобто можна на практиці продемонструвати слухачам процес передачі інформації від однієї людини до іншої.

Повторні вправи з маятником покращують результати, тобто спостерігається вплив тренування на результат. На результат може впливати наявність білого шуму, розслаблюючої музики тощо.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Годик Э.Э. Физические поля человека и животных./ Годик Е.Е., Гуляев Ю.В.// В мире науки. - 1990. - № 5. - С. 75-83.
2. Горчаков В.Ю. Курс лекций: Введение в теорию информации природных систем. К.: «Полипром». – 2012. – 161 с.
3. Хачатрян В.Х. Биоинформационные возможности микроорганизмов. Потенциал клеточных механизмов управления процессами обновления человеческого организма на биоинформационном уровне/ В.Х. Хачатрян — СПб.: «Издательство «ДИЛЯ», 2013. - 256 с.

**GORHAKOV V.**

Igor Skorsky Kyev Polytechnic Institutei

### POSSIBLE ADDITIONAL HUMAN BRAIN DEVELOPMENT IN CONDITIONS OF MODERN SCHOOL

**ABSTRACT.** *The purpose of the study was to prove that each person can perceive unconscious information that affects her physiological responses. Ability to perceive information not verbal (remote transmission of information) by training. To achieve the goal, an own methodology was developed for detecting the transfer of information not verbally from person to person. Remote communication channel used. For the visualization of the information perception process, unconditional human reflexes were used.*

*The results, which confirmed the possibility of transfer of information not verbally, were obtained. The reaction to the information influence in different people appears in the period from 15 seconds to several minutes. In addition, it was shown that the ability to perceive information in a person is trained and depends on its condition.*

**Keywords:** *information exchange, remote transmission of information, training of the function of perception of information.*

УДК 614+37613(477)

Горяна Л. Г.

Міжнародної академії культури безпеки, екології та здоров'я

## НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСНОВИ МОДЕРНІЗАЦІЇ ВПРОВАДЖЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ШКІЛЬНІ ДИСЦИПЛІНИ

**Анотації.** У статті теоретично обґрунтована модель здоров'язбережувальної педагогічної технології як найважливішого засобу процесу модернізації дозволяє системно та цілісно представити концептуальний, змістовний і процесуальний компонент навчальної підготовки усіх учасників навчального процесу в закладах освіти України безпечного та здорового способу життя.

**Ключові слова:** здоров'язбережувальні технології, модернізація, методи навчання, категоріальний апарат, основи здоров'я, педагогічні працівники

**Постановка проблеми.** Вивчення категоріального апарата проблеми модернізації методики впровадження здоров'язбережувальних технологій навчання систему інститутів післядипломної педагогічної освіти, у навчальний процес студентів педагогічних ВНЗ дає підстави стверджувати, що вищевказане може бути об'єктом наукового дослідження, предметом якого є методичні засади підготовки усіх учасників навчально-виховного процесу задля формування в учнів безпечного й здорового способу життя під час навчання шкільних дисциплін. Існуюча в Україні система освіти перебуває в стані, що не завжди задовольняє вимог, які постають перед нею в умовах розбудови української державності, культурного відродження українського народу. Це виявляється передусім у невідповідності освіти запитам особистості, суспільним потребам і світовим досягненням людства; у знеціненні соціального престижу освіченості та інтелектуальної діяльності; у спотворенні цілей та функцій освіти; бюрократизації усіх ланок освітньої системи.

**Мета статті:** Визначення суті кожного з розглянутих нами понять: модернізації освіти, вдосконалення професійної компетентності педагогічних працівників щодо навчання шкільних дисциплін у процесі педагогічної діяльності в середніх навчальних закладах освіти є загально-методичною проблемою.

### Аналіз публікацій і досліджень.

Аналіз етимології обговорюваного терміна показує, що предмет модернізації є технологічним, корелюючим зі сферою виробництва та споживання. Будучи соціальною формою духовного виробництва, освіта в системі «освіта - соціум» на сучасному етапі повинна відповідати умовам мобільності з добором необхідних спеціальностей, що відповідають навчальним програмам, вимогам до фахівців. Сформульована провідна мета освіти поряд з високою кваліфікацією вимагає підготовки фахівців, які забезпечують функціонування різних сфер життєдіяльності суспільства, зокрема педагогіки. Отже, не менш значущою метою є відтворення спадщини духовної культури, ціннісних орієнтирів для педагогічних працівників усіх рівнів, вчителів і студентів педагогічних ВНЗ.

Теоретичне обґрунтування педагогічних умов модернізації освітнього процесу в сучасному ІППО чи педагогічному ВНЗ припускає з'ясування етимології вихідного терміна («модернізація» - від французького слова *сучасний*). Семантичне пояснення поняття модернізація трактується як зміна, вдосконалення, що відповідає новітнім сучасним вимогам і нормативам, технічним умовам, показникам якості. Відповідно модернізація сучасної освіти і навчання передбачає їхнє вдосконалення, виведення на інший якісний рівень.

Модернізація освіти нерозривно пов'язана з розвитком усього суспільства, характерними рисами якого на сучасному етапі є оновлення структури та змісту післядипломної та вищої педагогічної освіти, послідовне впровадження інноваційних технологій навчання, введення кредитно-модульної системи в навчальний процес. Нині переважна частина ІППО та ВНЗ стають перед проблемою: чи боротися за особистий імідж у просторі соціальних змін, чи рухатися шляхом ринку за старим зразком, а отже, актуалізується питання про якість освіти, конкуренція на ринку освітніх послуг, кількості слухачів курсів, посилюється боротьба за лідерство отримання більшого числа абітурієнтів, престиж свого диплома – все це стимулює до впровадження інноваційних методик навчання



студентів, нових освітніх технологій удосконалення діяльності педагогічних працівників, учителів. Слід зазначити, що у всьому світі *впровадження у всі навчальні предмети здорового способу життя* вважається інноваційними підходами.

Закон «Про вищу освіту» наголошує, що «динамізм», притаманний сучасній цивілізації, зростання соціальної ролі особистості, гуманізація та демократизація суспільства, інтелектуалізація праці педагогів, швидка зміна техніки і технологій в усьому світі – все це потребує створення таких умов, за яких народ України став би безперервно навчатися.

#### Основна частина

У різні часи встановленню методологічної сутності підготовки вчителя до впровадження здоров'язбережувальних технологій у шкільні предмети присвячували свої дослідження знані зарубіжні й українські вчені філософи, психологи, педагоги, дидакти:

- загальній теорії людської діяльності (Л.С. Виготський, Г.С. Костюк, І.П. Павлов, І.М. Сеченов);

- концепції навчальної діяльності (М.І.Дяченко, В.В. Давидов, І.Я. Лернер, В.О.Моляко);

- теорії модернізації сучасної освіти ( І.А. Зязюн, О.С. Падалка, О.М. Пехота, А.С. Нісімчук);

- концепції особистісно орієнтованого навчання (В.І.Андрєєв, А.Г.Балл,В.А. Семиченко, О.Я. Савченко, О.В. Сухомлинська О.В. Киричук, І.С. Якиманська);

- теорії ефективності, інтенсифікації й оптимізації педагогічного процесу (Є.П. Голобородько, В.П. Беспалько, Ю.К. Бабанський, Л.В. Занков, С.Я. Батишев, В.О. Моляко, Д.С. Мазоха. В.О. Сластьонін., І.П. Раченко, Н.А.Половнікова, П.Я.Гальперін, М.І.Махмутов).

Дослідження зазначеної проблеми здійснювалося з урахуванням сучасної соціокультурної ситуації, освітніх тенденцій у вітчизняній і зарубіжній вищій освіті; попередніх спроб у теорії та практиці, з метою вдосконалення системи освіти, навчально-виховного процесу в умовах ВНЗ, ІППО, ЗНЗ, у контексті збереження здоров'я молоді.

Систему теоретичних основ проблеми модернізації удосконалення вміння впроваджувати здоров'язбережувальні технології педагогічними працівниками ми розуміємо як формування особистісних якостей педагогічних працівників різних категорії, тому що саме їм належить інтегрування зазначених технології в освітній простір закладів освіти, що, завдяки зовнішнім і внутрішнім факторам, які прискорюють або уповільнюють вищевказаний процес.

Проблема модернізації освіти знайшла багатоаспектне відображення в дослідженнях ряду напрямів, серед яких можна виділити основні його ідеї, принципи, методологічні установки (М.Б. Євтух, О.І.Балицький, О.С.Падалка, О.М. Пехота, А.М. Новиков, С.А. Смирнова та ін.).

Розгляд психолого-педагогічних досліджень з проблеми модернізації сучасного освітнього процесу дозволяє виділити ряд підходів до його аналізу. Отже, висунута ідея гуманістичного підходу до освітнього процесу, що припускає особистісну його спрямованість, розвиток і самоствердження особистості як суб'єкту її соціального захисту в соціально-економічних умовах, що створилися.

Методологічні основи, які автором використано теорії оптимізації, інтенсифікації, індивідуалізації педагогічного процесу, його ефективності й якості, концептуальні засади особистісно орієнтованої освіти, в методиці управління впровадженням здоров'язбережувальних технологій, як теорію модернізації сучасної освіти в Україні.

Особливу увагу нами приділено визначенню педагогічних умов і засобів, які сприяють процесу модернізації навчання в умовах ІППО, ВНЗ, здійснюваного на матеріалах природничих шкільних дисциплін, як прикладних наук про життя.

Актуальність проблеми встановлення педагогічних умов і засобів модернізації процесу навчання в сучасному вищому педагогічному навчальному закладі припускає послідовний розгляд ряду аспектів. Найважливішими серед них є:

- визначення сутнісних характеристик понять модернізації освіти та навчання в сучасних ВНЗ, ІППО, ЗНЗ;

- з'ясування сутності основних складових процесу модернізації;

- створення комплексу педагогічних умов і засобів, які сприяють модернізації педагогічного процесу.

В останніх законодавчих документах: Концепції педагогічної освіти, Національній

доктрині розвитку освіти у XXI столітті (2001) визначився зміст педагогічної освіти та шляхи її реформування відповідно до сучасних потреб суспільства.

Виявлено місце згаданих категорій у загальній понятійній системі розглянутої сфери. Встановлено їхній взаємозв'язок з такими корелюючими поняттями: а) удосконалення; б) реформування; в) оптимізація й інтенсифікація; г) ефективність, якість навчання.

Важливим актом державної підтримки освіти є Указ Президента України «Про додаткові заходи щодо забезпечення розвитку освіти в Україні», яким передбачено прискорення впровадження інформаційних освітніх технологій, «забезпечення закладів освіти телекомунікаційними засобами виходу до Інтернету, розроблення програмного забезпечення навчального призначення».

Сьогодні людство вступило в період, коли зміна подій, технологій, знань відбувається швидше, ніж зміна одного людського покоління. В жодному, навіть найкращому університеті, неможливо навчити людину на все життя. Тому першочергове завдання модернізації освіти – підготувати вчителя навчати учнів вчитися самостійно, самостійно засвоювати нові знання, здобувати та аналізувати нову інформацію, сформувати у школярів потребу до постійного вдосконалення власних особистісних і професійних якостей.

Проте спеціальну здатність педагогічних працівників щодо впровадження здоров'язбережувальних технологій у шкільні предмети вивчено ще недостатньо.

Серед пріоритетних напрямків реформування вищої педагогічної освіти визначено необхідність демократизації та гуманізації навчально-виховного процесу в ІППО, органічне поєднання в ньому загальнолюдських засад.

Наприклад, Національна доктрина розвитку освіти України XXI ст. наголошує, що підготовка педагогічних працівників є центральним завданням модернізації освіти, провідним принципом державно-освітньої політики. В нормативних документах ставиться завдання підготовки висококваліфікованих кадрів, здатних відстоювати інтереси Вітчизни в усіх сферах життєдіяльності суспільства.

На сучасному етапі розвитку освіти наголошується, що мета та зміст її втрачають технократичний характер, стверджуються нові цінності особистісно-орієнтованого освітнього простору [1]. Освіта набуває здоров'язбережувальний сенс, у якому приваляють особистісні погляди. Про це свідчать дослідження, що змінюють уявлення про ключові цінності вітчизняної освіти.

У контексті досліджуваної проблеми важливим є висновки ряду дослідників про те, що педагогу як суб'єкту вищої професійної освіти навчання необхідно «...опанувати не тільки модернізованими технологіями, але і духовною культурою, національними традиціями і цінностями, навчитися прийомів і методів її ефективного відтворення в розумах і душах своїх вихованців» [4]. Тенденції розвитку вищої і середньої школи співвідносяться з відтворенням моральної гуманітарної культури [3].

Таким чином, актуальною і практично значущою на сучасному етапі вищої та середньої освіти є проблема модернізації освіти і навчання та поставлене завдання його «технологічного і змістовного відновлення» [5].

Гуманізація освіти набула статусу принципу державної освітньої політики. «...даний принцип вимагає такого рівня внутрішньої зібраності особистості, при якому людина не йде за обставинами, що складаються в педагогічному процесі, а сама може створювати ці обставини, виробляти свою стратегію, свідомо і планомірно вдосконалювати себе» [3].

Гуманістична спрямованість є головним принципом нової особистісно орієнтованої парадигми освіти, що означає у перекладі з латинського – людський, властивий людині, людинолюбна – високо освічений гуманізм становить систему поглядів на світ, які співвідносяться зі збереженням здоров'я людини, з визнанням її права на тривале й активне життя та якісну освіту. Гуманістична спрямованість має на увазі, що переживання людиною світу в собі та в себе у світі є об'єктивною реальністю, яка приймає найрізноманітніші форми: визнається унікальність особистості в усіх її проявах. Сучасна гуманістична спрямованість характеризується спрямованістю не тільки до майбутнього, а й право бути щасливою цей час, сьогодні.

Аналогічну точку зору знаходимо у працях В.А. Семиченко, котра зазначає, що «гуманістична функція освіти повинна допомогти людині стати об'єктом культури, історичного процесу, власного життя, тобто навчити життєдіяльності» Знані вітчизняні вчені: Г.О. Балл,

С.У. Гончаренко, І.А. Зязюн вважають гуманізацію основним завданням «гуманістичної школи» – виховання унікальної особистості, орієнтацією на засвоєння змісту освіти незалежно від його рівня і тону, що дозволяє охоче вирішувати головні соціальні проблеми на благо та в ім'я людини, вільно спілкуватися з людьми [1,с.14].

Розглядаючи принцип збереження здоров'я в сучасному освітньому просторі, зазначимо, що його джерела мають витoki з педагогічної спадщини видатних мислителів, учених, педагогів різних країн та історичних епох: Сократа, Демокрита, Платона, Аристотеля, Сенеки, Марка Квинтіліана, Віторіно де Фільтре, Еразма Роттердамського Франсуа Рабле, Мішеля Монтеня, Я.А. Коменського, Джона Локка, Жан-Жака Руссо, Григорія Сковороди, Йогана Генріха Песталоцці, Адольфа Дістерверга, К.Д. Ушинського, Г.Г. Ващенко, І.М.Стешенка, С.Ф.Русової, В.О.Сухомлинського.

Більшість здоров'язбережувальних положень педагогіки виникли порівняно недавно та набули розвитку у працях сучасних учених і авторів минулого століття. Наприклад, культурно-історична теорія Л.С. Виготського, що розкриває зв'язок навчання і розвитку а також:

- теорія діяльності (С.Л. Рубінштейна), розглядає її як суб'єктну діяльність;
- теорія творчості (В.О.Моляко);
- теорія діяльності, свідомості й особистості (Б.Г.Ананьєв, О.М. Леонтьєв, В.В.Рибалка);
- ідеї гуманістичної психології (А.Маслоу, Г.К.Селевко), котрі розкривають категорії самоактуалізації, фасилітації;
- ідеї особистісно зорієнтованого освітнього процесу (Ш.О. Амонашвілі, С.У.Гончаренко, І.А.Зязюн, О.В.Киричук, В.Г.Кремень, О.Я.Савченко, В.П. Зінченко, В.А. Кан-Калик, А.В. Петровський);
- теорія суб'єкт-суб'єктного підходу (М.С.Каган, Є.Н.Ільїн, А.К.Маркова, І.С.Кон, О.В. Мудрик).

Таким чином, світовий освітній простір переходить від знанієцентричної до культуровідповідної моделі школи. В той же час знання = умінням Це зумовлює впровадження здоров'язбережувальних технологій в освітній процес, особистісно зорієнтованих і співпроективних технологій навчання, визначення нових орієнтирів у конструюванні змісту будь-якої навчальної дисципліни.

З огляду на зазначене особливої значущості набуває проблема посилення процесуальної сторони навчання, у розв'язанні якої провідна роль надається готовності вчителя до проектування та побудови педагогічного процесу на основі культурологічного й аксіологічного підходів, які залишатимуться пасивними без впровадження здоров'язбережувальних технологій в освітнє середовище – це простежується в дослідженнях проблем модернізації сучасної освіти.

Проте, існує необхідність удосконалення сучасної освіти за рахунок упровадження здоров'язбережувальних технологій у практику закладів освіти про що наголошується в Законі «Про вищу освіту».

**Висновок.** З огляду на вищеозначене можна дійти висновків: розв'язання проблеми модернізації сучасного освітнього процесу його особистісно - діяльнісний аспект ґрунтується на теорії та методиці впровадження здоров'язбережувальних технологій. Саме вони є основними положеннями нової парадигми освіти становлять значущість у порівнянні з традиційною.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Зязюн І.А. Інтелектуально творчий розвиток особистості в умовах неперервної освіти. – Київ.: Видавництво “Віпол”, 2000.– С.14
2. Горяня Л.Г. Підручник – засіб формування особистості учня. – К.: Основа, 2004.– 208 с.
3. Левченко Т.И. Современные дидактические концепции в образовании. Монография. – К.: МАУП: 1995.– 168 с.
4. Казанджиева М.С. Формирование коммуникативно-речевых умений в процессе работы с учебными текстами школьных предметов неязыкового цикла: Дис. канд. пед. наук. Южно-украинский пед.институт им. К.Д. Ушинского. 1997.– 174с.
5. Савченко О.Я. Від людини освіченої – до людини культурної// Рідна школа, 1976. – № 5–6.

6. Савченко О.Я. Дидактика початкової школи. Підручник для студентів педагогічних факультетів. – К.: Абрис, 1997.– 416 с.

**Goryana L.G.**

International Academy culture of safety, ecology and health

**SCIENTIFIC AND PEDAGOGICAL BASES OF MODERNIZATION OF IMPLEMENTATION OF HEALTH-SAFETY TECHNOLOGIES IN SCHOOL DISCIPLINES**

**ABSTRACT.** *In the article the theoretically substantiated model of health-saving pedagogical technology as the most important means of the modernization process allows systematically and holistically to present a conceptual, substantive and procedural component of the training of all participants of the educational process in the educational institutions of Ukraine in a safe and healthy way of life.*

**Keywords:** *health-saving technologies, modernization, teaching methods, categorical apparatus, basics of health, pedagogical workers*

## ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ШКІЛЬНОЇ ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ ОСВІТИ

**Анотація.** На основі теоретичного аналізу та узагальнення даних літературних джерел виокремлено педагогічні умови ефективної реалізації методики формування валеологічних цінностей дітей-підлітків на основі формування життєвих навичок. До яких віднесено дві зовнішні умови: управління впровадженням методики виховання валеологічних цінностей на основі життєвих навичок, відбір і формування змісту навчання, та одна внутрішня – усвідомлення потреби у дотриманні здорового способу життя через формування ціннісного ставлення до здоров'я.

**Ключові слова:** виховання валеологічних цінностей, життєві навички, освіта на основі життєвих навичок, здоровий спосіб життя, управління впровадженням методики виховання валеологічних цінностей.

За офіційною інформацією Міністерства охорони здоров'я України стан здоров'я дітей продовжує погіршуватися, про що свідчить суттєве збільшення захворюваності. Так, з початком навчання дітей з 6 років у школі спостерігається різке погіршення показників захворюваності, в тому числі майже вдвічі більше виявлено дітей з дефектами мови, у 3,4 рази збільшується кількість дітей із зниженням гостроти зору та в 4,2 рази збільшується кількість дітей із порушенням осанки. Завершення навчання у школі учнів 9-11 класів характеризується прогресуванням цих і інших патологій [6].

Така ситуація змушує постійно шукати нові шляхи до підвищення ефективності валеологічної освіти. Більшість фахівців, які проводять дослідження у цьому напрямку, справедливо вважають підхід до формування здорового способу життя дітей і підлітків на основі ціннісних орієнтацій найбільш результативним. На підтримку цієї тези наведемо лише дві цитати. Л. Коберник: «головною ознакою розвинутої особистості, складовою її ядра, виступають ціннісні орієнтації, саме вони на ґрунті цінностей утворюють вісь свідомості людини, яка визначає рівень сталості та послідовності її дій і вчинків, спрямованості потреб та інтересів [3]»; Біла книга національної освіти України: «робота з формування здорового способу життя учнів та студентів має об'єднувати дві взаємопов'язані складові: 1) прийняття ними цінностей здорового способу життя (пропагандувальна складова); 2) здобуття ними знань і набуття умінь і навичок, необхідних для самостійного виконання його вимог (змістовно-інформаційна і практична площини)» [1].

На основі проведеного аналізу літературних джерел ми виокремили наступні педагогічні умови ефективної реалізації методики формування валеологічних цінностей дітей-підлітків на основі формування життєвих навичок:

- усвідомлення потреби у дотриманні здорового способу життя через формування ціннісного ставлення до здоров'я;
- управління впровадженням методики виховання валеологічних цінностей на основі життєвих навичок;
- відбір і формування змісту навчання.

Як бачимо, першу педагогічну умову ми маємо віднести до внутрішніх чинників, а другу та третю – до зовнішніх.

Безперечним є те, що для успішного впровадження до навчально-виховного процесу в закладах середньої освіти нашої країни освіти на основі життєвих навичок потребує створення чітка система управління. Фактично в кожній публікації з управління подається своє визначення цього процесу та розглядається певний перелік управлінських функцій, які за деякими показниками відрізняються від аналогічних переліків інших авторів. Є.М. Павлютенков, В.В. Крижко у своїй книзі «Управління школою» визначають управління як:

- процес впливу на систему з метою переведення її в новий стан або для підтримки її в якомусь установленому режимі;



- цілеспрямовану діяльність усіх суб'єктів, спрямовану на забезпечення становлення, стабілізації, оптимального функціонування і розвитку системи;
- цілеспрямовану й чітко скоординовану роботу вчителів і колегіальних органів школи та інших навчальних закладів, підприємств, установ і громадськості, що являють собою керівну систему з комплексного створення всіх умов, необхідних для досягнення кінцевої мети виховання і навчання школярів [5, стор. 7].

Ця система має реалізовувати певні функції:

- планування впровадження освіти на основі життєвих навичок у навчально-виховний процес загальноосвітніх навчальних закладів;
- організацію впровадження освіти на основі життєвих навичок;
- мотивацію реалізаторів цієї інноваційної моделі (тренерів, педагогів, керівників загальноосвітніх навчальних закладів);
- контроль за впровадженням освіти на основі життєвих навичок у навчально-виховний процес.

Дана система управління повинна мати чітку вертикальну структуру. Враховуючи важливість завдань, що потребують реалізації з метою впровадження освіти на основі життєвих навичок, цю вертикальну структуру можна представити таким чином: Міністерство освіти і науки України, новостворений орган – Державна служба якості освіти, регіональні органи управління освітою, заклади середньої освіти. Науково-методичний супровід цього процесу, на наш погляд, доцільно покласти на Національну академію педагогічних наук України, регіональні методичні служби та заклади післядипломної педагогічної освіти.

Найважливішою функцією Міністерства освіти і науки України із підпорядкованими йому структурами (наприклад, Інститут модернізації змісту освіти) в цьому питанні ми вбачаємо у стратегічному плануванні та розробці тактики впровадження освіти на основі життєвих навичок, організації належної роботи та забезпеченні спільно з Державною службою якості освіти дієвого контролю за впровадженням освіти на основі життєвих навичок. До завдань цього напрямку також слід віднести:

- аналіз зарубіжних та вітчизняних літературних джерел щодо впровадження освіти на основі життєвих навичок;
- створення сприятливого для впровадження середовища (підготовка громадської думки, переконливі докази в ефективності саме такої моделі в формуванні здорового способу життя учнівської молоді тощо);
- підготовку кваліфікованих тренерів, які навчатимуть новим методикам вчителів;
- організацію роботи щодо розроблення відповідного навчально-методичного забезпечення тощо.

Окрім того, на органи державної влади покладається ще одна важлива функція – мотивації навчальних закладів, окремих педагогічних працівників до запровадження освіти на основі життєвих навичок. Ця функція може реалізовуватися через організацію певних змагань між закладами освіти з відзначенням переможців, вивченні кращого педагогічного досвіду вчителів регіону щодо запровадження у навчально-виховний процес освіти на основі життєвих навичок тощо.

Саме такий підхід до управління впровадженням освіти на основі життєвих навичок, на нашу думку, має забезпечити зростання рівня стану здоров'я наших дітей.

Ще однією зовнішньою педагогічною умовою ми виокремлюємо відбір відповідного змісту освіти для ефективного формування здорового способу життя дітей-підлітків. Державним стандартом початкової загальної освіти нової української школи чітко визначені цілі соціальної і здоров'язбережної освітньої галузі:

«Учень/учениця

- 1) дбає про особисте здоров'я і безпеку, реагує на діяльність, яка становить загрозу для життя, здоров'я, добробуту власного і тих, хто його/її оточує;
- 2) обмірковує альтернативи, прогнозує наслідки, ухвалює рішення з користю для здоров'я, добробуту та безпеки власного та інших;
- 3) робить аргументований вибір на користь здорового способу життя, аналізує й оцінює наслідки та ризики;

4) виявляє підприємливість та діє етично для поліпшення здоров'я, безпеки та добробуту» [4].

Саме для реалізації наведених цілей і має відбиратися відповідний зміст освіти. Слід зауважити, що питання добору змісту є досить складним і потребує, на нашу думку, окремого дослідження.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Біла книга національної освіти України / Акад. пед. наук України; за ред. В. Г. Кременя. – К., 2009. – 185 с.
2. Закон України «Про освіту» / [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/2145-19>.
3. Коберник Л.О. Роль та місце ціннісних орієнтацій у формуванні особистості / Л.О.Коберник // Наука і освіта // Науково-практичний журнал південного наукового центру АПН України. – Одеса. – 2008. - № 4-5. – С.28- 33.
4. Нова українська школа. / Проект державного стандарту початкової загальної освіти [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/tag/nova-ukrainska-shkola>
5. Павлютенков Є.М., Крижко В.В. Основи управління школою. Х.: Вид. група «Основа», 2006. – 176 с.
6. Сайт Міністерства охорони здоров'я України (<http://www.moz.gov.ua/>).

Ieresko O.V.

National University of Life and Environmental Sciences of Ukraine

### PEDAGOGICAL CONDITIONS OF IMPROVING EFFICIENCY OF SCHOOL VELEOLOGICAL EDUCATION

**ABSTRACT.** *The article is devoted to the identification of pedagogical conditions for the effective implementation of the methodology for the formation of valeological values of children-adolescents on the basis of the formation of life skills education, which include two external conditions: the management of the implementation of the methodology of education valeological values on the basis of life skills education, selection and formation of the content of learning, and one internal - awareness of needs in observing a healthy lifestyle through the formation of a value attitude to health.*

**Keywords:** *education of valeological values, training methods, life skills education, healthy lifestyle, management of the implementation of the methodology of education valeological values.*

УДК 37.016:5].015.31:613

Жиденко А.О., Міщенко Т.В.

Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка, м. Чернігів

## РОЛЬ ОКРЕМИХ ДИСЦИПЛІН ПРИРОДНИЧОГО ЦИКЛУ У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ СТУДЕНТІВ І ШКОЛЯРІВ У НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ УКРАЇНИ

**Анотація.** У статті показано шляхи формування здоров'язбережувальних компетентностей студентів факультету фізичного виховання за допомогою інформації та практичних навичок, які вони отримують під час вивчення окремих дисциплін природничого циклу, та необхідність подальшого використання їх на уроках фізичної культури у школі. Мета дослідження – показати здоров'яформувальні компетенції дисциплін: гігієни, основ здоров'я, психовалеології, основ екології, фізичної реабілітації, спортивної медицини, набуття яких сформує здоров'язбережувальні компетентності майбутніх учителів фізкультури і тренерів. Застосовані методи: порівняльно-логічний аналіз нормативно-правових документів у галузі освіти, методичної літератури, інтернет-ресурсів для визначення стану та можливості вирішення досліджуваної проблеми; систематизація й узагальнення з метою виділення компетентностей, що забезпечать готовність майбутніх фахівців з фізичного виховання до навчання здоров'ю школярів; емпіричні: спостереження, дослідження результатів діяльності викладачів кафедри біологічних основ фізичного виховання, здоров'я і спорту щодо формування загальних та фахових компетенцій дисциплін, які вони викладають. Таким чином, саме студенти факультету фізичного виховання завдяки сформованим у них здоров'язбережувальним компетентностям дисциплінами природничого циклу здатні навчати учнів здоров'ю на уроках фізкультури.

**Ключові слова:** компетентції, здоров'язбережувальні компетентності, дисципліни природничого циклу, студенти, учні, навчання здоров'ю.

У зв'язку з постановами МОН України від 26.01.2015 № 47 «Про особливості формування навчальних планів на 2015/2016 навчальний рік» та «Роз'яснення та рекомендації щодо реалізації ...» цього наказу від 13.03.2015 № 1/9-126 про рекомендації щодо обмеження кількості навчальних дисциплін до 8 у кожному семестрі [2,с.4] найчастіше більшим змінам у навчальних планах факультетів фізичного виховання піддаються дисципліни природничого циклу. Так, кількість кредитів: 1.1. Дисциплін соціально-гуманітарної підготовки – 29; 1.2. Дисциплін природничо-наукової підготовки – 36+4 (по додатковій спеціалізації), що складає 16,8% від загальної кількості; 1.3. Дисциплін професійної та практичної підготовки – 132+36 (по додатковій спеціалізації), що складає 70,8% від загальної кількості. Проте, за вказівками цього документу [2,с.3], «...підготовка у сфері природничих наук...потребує більшого часу на роботу в лабораторіях та практичну підготовку».

Для спеціальності 014.11 Середня освіта (Фізична культура) у навчальному плані були об'єднані курси Гігієна та Основи здоров'я та виключені: Основи екології, Психовалеологія, Методика викладання Основ здоров'я, ЛФК (лікувальна фізична культура), Фізична реабілітація, Спортивна медицина, хоча дві останні дисципліни включені для навчання за додатковими спеціалізаціями: Фітнес та Спортивне тренування. Для спеціальності 017 Фізична культура і спорт непотрібною виявилась зменшена за годинами і об'єднана в одну дисципліна Гігієна та Основи здоров'я та інші вищезазначені курси, за винятком Спортивної медицини. Якщо у попередньому навчальному плані можливо було суміщати спеціальність Фізична культура з додатковою Основи здоров'я [6,с.154-155], то зараз це неможливо.

Для якісної належної підготовки фахівця у галузі фізичного виховання і спорту, зокрема майбутнього учителя фізичної культури, необхідне оволодіння ним здоров'язбережувальними компетентностями, які надаються навчальними дисциплінами: Гігієна та Основи здоров'я, Фізична реабілітація, ЛФК, Основи екології, Психовалеологія, Спортивна медицина, Методика викладання Основ здоров'я та інші. Свідченням цього є

ознаки здоров'язберезувальних компетентностей. На думку Т.Є. Бойченко – це вивчення шляхів і засобів здорового способу життя, особливо його духовної складової [1,с.6-7], що має місце у даних дисциплінах, особливо у Психовалеології.

Головною метою навчального предмету «Фізична культура» у школі є: формування в учнів стійкої мотивації щодо збереження свого здоров'я, фізичного розвитку та фізичної підготовленості; гармонійний розвиток природних здібностей та психічних якостей; використання засобів фізичного виховання в організації здорового способу життя [3,с.109]. Розглянемо послідовність формування здоров'язберезувальних компетентностей у студентів та застосування їх у школі. Дисципліна Гігієна та Основи здоров'я сприяє фізичному здоров'ю, оскільки формує життєві навички *раціонального харчування* (дотримання режиму харчування; вміння складати харчовий раціон, враховуючи реальні можливості та користь для здоров'я), *санітарно-гігієнічні навички* (навички особистої гігієни; вміння виконувати гігієнічні процедури), надає знання про *режим праці та відпочинку* (вміння чергувати розумову та фізичну активність; вміння знаходити час для регулярного харчування й повноцінного відпочинку) [5,с.1].

З 2017/2018 навчального року набирає чинності оновлена навчальна програма «Фізична культура» для 5-9 класів загальноосвітніх навчальних закладів, у якій імplementовано компетентнісний підхід до вивчення предмету.

У навчальній програмі виокремлено наскрізні змістові лінії. Усього виділено 4 наскрізні змістові лінії (однакові для всіх навчальних предметів), серед яких найважливішими для нашого розгляду є дві: Екологічна безпека та сталий розвиток і Здоров'я і безпека [3,с.109-110]. Для першої з них особливе значення має вивчення студентами дисципліни «Основи екології», до фахових компетентностей якої відносяться: *глибокі знання та розуміння* негативного впливу екологічних факторів на здоров'я людини; впливу різних видів забруднення на екосистеми, організм людини та спортсмена при занятті різними видами спорту; *навички оцінювання* впливу людини на біосферу і кругообіги речовин, ноосферу; наслідків антропогенного забруднення геосфер світу та регіонів України і впливу на них спорту; *експериментальні навички* визначення схильності людини до занять різними видами спорту; будування графіків біоритмів, визначення завантаженості вулиць автотранспортом, оцінювання рівня забруднення атмосферного повітря відпрацьованими газами автотранспорту. До програмних результатів навчання відносяться: *здатність формувати* екологічне мислення, екологічну культуру в учнів при спілкуванні з природою; *розуміти* реакції організму на вплив абіотичних, біотичних і антропогенних факторів; роль біологічних ритмів, причини їх порушення та вплив на спортивні досягнення; *передбачити* вплив абіотичних, біотичних та антропогенних факторів на здоров'я людини; на організм спортсмена при занятті різними видами спорту [4,с.43-44].

Навчальний предмет «Фізична культура» надає змогу: створити цілісну уяву про вплив занять фізичними вправами на розвиток особистості; оволодіти технікою рухових дій; набути навичок організації та методики проведення найпростіших форм занять фізичною культурою; сприяти профілактиці шкідливих звичок тощо [3,с.109]. Дисципліна Фізична реабілітація формує у студентів факультету фізичного виховання компетентності щодо застосування фізичних вправ і природних чинників із профілактичною і лікувальною метою у комплексному процесі відновлення здоров'я, фізичного стану та працездатності різних верств населення при наявності будь-яких захворювань і тяжкості їх перебігу. Фізичну реабілітацію використовують з метою профілактики або лікування залежно від характеру, перебігу та наслідків захворювання або травми, періоду і етапу відновного лікування, і відповідно до цього вона посідає допоміжне чи головне місце у комплексі взаємодоповнюючих лікувальних заходів медичної реабілітації [7,с.20,24].

При здійсненні комплексного реабілітаційного процесу лікар залучає до нього відповідних фахівців, координуючи їх колективні дії. Серед них фахівець з фізичної реабілітації, що закінчив вищий навчальний заклад з фізичного виховання і спорту, посідає одне з провідних місць. Виконуючи призначення лікаря, він добирає засоби і форми лікувальної фізичної культури, розробляє методику застосування фізичних вправ на різних етапах лікування, планує і виконує програму подальшого функціонального відновлення і фізичної дієздатності хворого, виявляє і розширює резервні можливості організму, тренує



його і готує до фізичних навантажень на роботі і у побуті, повертає до активної участі у житті суспільства [7, с.18].

Засобами фізичної реабілітації є лікувальна фізична культура, лікувальний масаж, фізіотерапія, механотерапія, ерготерапія. Набуття відповідних здоров'язбережувальних компетентностей у ході вивчення дисциплін Фізична реабілітація, ЛФК, Масаж є необхідним для фахівця з фізичної культури і спорту навіть у тому випадку, коли він не планує професійну реалізацію у реабілітаційних центрах, а готується стати учителем фізичної культури, оскільки проведення занять у підготовчій та спеціальній медичних групах потребує саме цих фахових компетентностей. Відповідно до Інструкції про розподіл учнів на групи для занять на уроках фізичної культури, затвердженої наказом МОЗ та МОН від 20.07.2009 № 518/674, учні розподіляються на основну, підготовчу та спеціальну медичні групи.

Для основної медичної групи фізична підготовка проводиться у повному обсязі згідно з навчальними програмами з урахуванням індивідуальних особливостей розвитку дитини. Учні, які за станом здоров'я віднесені до підготовчої медичної групи, обов'язково відвідують уроки фізичної культури та опановують навчальний матеріал відповідно до вимог навчальної програми. Участь у змаганнях – за додатковим дозволом лікаря. Учні, які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи, обов'язково відвідують уроки фізичної культури, але виконують коригувальні вправи і вправи для загального фізичного розвитку, які їм не протипоказані. Учні, незалежно від рівня фізичного розвитку та медичної групи, а також тимчасово звільнені від фізичних навантажень, повинні бути обов'язково присутніми на уроках фізичної культури. Допустиме навантаження для учнів, які за станом здоров'я належать до підготовчої та спеціальної медичних груп, встановлює учитель фізичної культури [3, с.110-111]. У першу чергу це стосується роботи з дітьми, які мають такі широко розповсюджені на сьогодні діагнози як вади постави, сколіоз, лордоз, кіфоз, плоскостопість, що потребує пильної уваги учителя фізичної культури під час проведення уроку, правильного підходу до його побудови, залучення до структури уроку відповідних коригувальних вправ ЛФК з ефективним їх дозуванням.

Для основної медичної групи застосування даних здоров'язбережувальних компетентностей учителем фізичної культури необхідне в якості профілактичних заходів. Крім того, діти, які мають ранні стадії перебігу вищезазначених захворювань, активно займаються спортом, відвідуючи секції з різних видів спорту, гімнастичні, хореографічні школи, студії та ін., що також вимагає від тренера особливого підходу і відповідних знань і вмінь щодо проведення тренувань із залученням вправ ЛФК. Сьогоднішнє реформування системи освіти у напрямі активного впровадження інклюзії у роботу загальноосвітніх навчальних закладів тим більше потребує навичок роботи з дітьми з особливими освітніми потребами, що є просто неможливим без оволодіння сучасним учителем фізичної культури вищевказаними компетентностями.

Спортивна медицина має на меті впорядкувати знання щодо системи медичного забезпечення занять фізичними вправами зі спортивною, виховною, лікувальною, реабілітаційною спрямованістю; питання функціональної діагностики і прогнозування у фізичній культурі і спорті; питання загальної патології та особливостей травм і захворювань, пов'язаних із заняттями фізичною культурою і спортом. Отже, ці компетентності теж необхідні як для тренерської діяльності, так і для якісної організації і проведення уроків фізичної культури у школі. Особливе значення має застосування знань і вмінь під час лікарсько-педагогічних спостережень за учнями і спортсменами, що забезпечить уникнення непередбачуваних ситуацій, пов'язаних з їх станом здоров'я. Таким чином, саме студенти факультету фізичного виховання завдяки сформованим у них здоров'язбережувальним компетентностям дисциплінами природничого циклу здатні навчати учнів здоров'ю та зміцнювати його на уроках фізкультури.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бойченко Т. Є. Здоров'язбережувальна компетентність як ключова в освіті України / Бойченко Т. Є. // Основи здоров'я і фізична культура. – 2008. – № 11 – 12. – С. 6 – 7.
2. Додаток до листа МОН від 13.03.2015 р. № 1/9-126. ([www.mon.gov.ua](http://www.mon.gov.ua)) Роз'яснення та рекомендації щодо реалізації наказу Міністерства освіти і науки України від 26 січня 2015 року № 47 «Про



особливості формування навчальних планів на 2015/2016 навчальний рік та окремих норм Закону України «Про вищу освіту»

3. Додаток до листа Міністерства освіти і науки України від 09.08.2017 р. № 1/9-436. ([www.mon.gov.ua](http://www.mon.gov.ua)) та веб-сайт Інституту модернізації змісту освіти ([www.imzo.gov.ua](http://www.imzo.gov.ua)). Електронний режим: [https://osvita.ua/doc/files/news/568/56860/metod\\_rekom\\_2017.pdf](https://osvita.ua/doc/files/news/568/56860/metod_rekom_2017.pdf)

4. Компетентнісні аспекти природничо-наукової підготовки бакалаврів спеціальності «Здоров'я людини» / Жиденко А. О., Жара Г. І., Усманова Г. О. // Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору. – Додаток 1 до Вип. 37, Том IV (72), 2016. – С. 38–54.

5. Курланов Ю. І. Формування здоров'язберігаючої компетентності в ході викладання навчальних дисциплін та в позаурочній роботі / Ю.І. Курланов Електронний режим [http://osvita.ua/school/lessons\\_summary/edu\\_technology/43240/](http://osvita.ua/school/lessons_summary/edu_technology/43240/)

6. Методичні аспекти поєднання підготовки вчителів основ здоров'я та вчителів фізичної культури на факультетах фізичного виховання / Жиденко А.О., Кладікова І.І., Бібчук К.В. // Матеріали міжнародної науково-практичної конференції «Методика навчання природничих дисциплін у середній та вищій школі» (XXIII Каришинські читання) (м. Полтава, 19–20 травня 2016 р.) / За заг. ред. проф. М. В. Гриньової. – Полтава : ПНПУ імені В.Г. Короленка, 2016. – С. 153–156.

7. Мухін В.М. Фізична реабілітація / В.М. Мухін. – 3-тє вид., переробл. та доповн. – К. : Олімп. Л-ра, 2009. – 488 с.

**Zhydenko A. O., Mishchenko T.V.**

National T. G. Shevchenko University «Chernihiv Collegium»

## THE ROLE OF SEPARATE DISCIPLINES OF THE NATURAL CYCLE IN THE FORMATION OF HEALTH-RESERVING COMPETENCES OF STUDENTS AND SCHOLARS IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF UKRAINE

**ABSTRACT.** *The article describes the ways of formation health-reserving competences of physical training faculty students, by means of information and practical skills, which they have obtained during the study of separate natural cycle disciplines, and the need for their further use in physical culture classes at school. The purpose of the study is to show the health-forming competences of such disciplines as hygiene, basics of health, psychology, basics of ecology, physical rehabilitation, sports medicine, the acquisition of which will form a health-reserving competences for future teachers of physical culture and trainers. Applied methods: comparative-logical analysis of normative acts in the field of education, methodological literature, Internet resources for determining the state and the possibility of solving studied problem; systematization and generalization in order to allocate competencies that will ensure the readiness of future specialists of physical training for the education of schoolchildren; empirical methods: observation, investigation of the educational results of the Department of biological basics of physical training, health and sports in the relation to the formation of general and professional competences of its academic disciplines. Thus, the students of the faculty of physical training due to the health-reserving competences in the natural sciences disciplines can teach pupils to be health at the physical culture lessons.*

**Keywords:** *competences, health-reserving competences, natural cycle disciplines, students, pupils, health teaching.*

УДК 311(075.8)

Кривич І.П., Палієнко К.В., Гусєва Г.М., Олай-Верано В.В.  
Національний педагогічний університет імені М.П.Драгоманова**ДЕМОГРАФІЧНА СИТУАЦІЯ В УКРАЇНІ ЗА РОКИ ЇЇ НЕЗАЛЕЖНОСТІ**

**Анотація.** Проаналізовано демографічні і медико-статистичні показники стану здоров'я населення України за роки її незалежності. Чисельність населення становить 42 млн. 456 тис. осіб, за останні 7 років скоротившись на 0,8 млн. За 4 роки конфлікту на Донбасі загинуло 10 тис. чоловік. Перевищення числа померлих над кількістю новонароджених показує масштабність депопуляції. Коефіцієнт народжуваності - 9,3%. Загальний показник смертності утримується на високому рівні (15,3 - 14,7%). Смертність немовлят знизилась до 7,4%. Від'ємний коефіцієнт природного приросту населення України найвищий серед 17 європейських держав. Рівень постаріння населення країни складає понад 21% і більш зафіксований в східних та центральних регіонах. Україна входить в десятку держав світу з найвищими темпами скорочення населення: більш ніж на 15%. Демографічна ситуація в державі не вселяє оптимізму і викликає серйозне занепокоєння.

**Ключові слова:** здоров'я, демографія, народжуваність, смертність, статистика.

Здоров'я – це одна з найбільших цінностей людини, це те, без чого вона не може бути щасливою. Здоров'я - одне з головних джерел повноцінного життя, радості і успіху. Воно є не лише особистим надбанням людини, а є суспільним багатством, одним з найважливіших показників добробуту народу. На жаль, багато людей лише тоді починають по-справжньому цінувати своє здоров'я, коли воно вже втрачене. За роки незалежності України було чимало здобутків, між тим, суспільні перетворення в країні, які супроводжувалися гострою і затяжною суспільно-економічною кризою, вкрай негативно позначилися на відтворенні населення і обернулися значними демографічними втратами. Населення України давно вже не 52 мільйонів, кількість дітей не досягає і 20% населення країни. З 1989 року в Україні зафіксовано демографічну кризу, яка продовжується по теперішній час.

У ХХІ століття Україна вступила з одним із найгірших серед європейських націй показниками життєздатності населення та тягорем багатьох невирішених соціально-демографічних проблем, які істотно ускладнилися після відкритої агресії Росії проти України.

Згідно даних Інституту демографії і соціальних досліджень НАН України ім. М.В. Птухи, Дерстату України та МОЗ чисельність населення України за оцінкою на 1 серпня 2017 року становила 42 млн. 456 тисяч осіб, що зафіксовано про катастрофічний демографічний провал [5]. За три квартали людей у державі стало менше на 150 тисяч [1]. Україна займає 172 місце за демографічними показниками у світі [5]. За останні 7 років (2010-2017 рр.) населення скоротилося більш ніж на 0,8 млн. осіб (2010 р.- 43617,1; 2011-43 434, 2; 2012- 43 289,4; 2013- 43 204,4; 2014- 43 073,1; 2015- 42 928,9; 2016- 42 642,4; 2017 (на 1 серпня) – 42 456,0 ) [5]. Чисельність населення за 2014-2017 р.р. дається без урахування АР Крим, м. Севастополя та тимчасово окупованих територій Донбасу. Крім того, за 4 роки конфлікту на Донбасі загинуло 10 тисяч чоловік і продовжують гинути. За даними замголови спеціальної моніторингової комісії ОБСЄ Олександра Хуга, в зоні АТО загинули і постраждали 425 мирних жителів, 39 з них діти [5]. За даними Дерстату України і МІДу, на консульському обліку в різних країнах світу стоїть 5 млн. українців, які живуть, вчаться і працюють за кордоном, але при цьому мають українське громадянство і рахуються як проживаючі в Україні. Тому якщо з 42 млн. 456 тис. осіб відрахувати 5 млн. громадян, то вже буде зараз десь менше 38 млн. населення України [2].

Перевищення числа померлих над кількістю новонароджених в Україні показує масштабність депопуляції і прискорення темпів скорочення чисельності природного приросту населення: від'ємний коефіцієнт природного приросту населення України найвищий серед 17 європейських держав. Кожен місяць в Україні вмирає в 2 рази більше людей, ніж народжується. У 2016 р. на 100 вмерлих народилося тільки 64 дитини. Кожного дня чисельність населення України скорочується на 500 осіб! Слід зазначити, що депопуляція у сільській місцевості почалася з 1990 р., а з 2000 р. вона повністю охопила і населення міст.

При цьому у 2014 р. інтенсивність природного зменшення сільського населення була значно вищою, ніж міського: при загальному природному зменшенні населення України (-3,9%) : в містах воно становило (-2,9 %), у селах (-6,1%). На початок 2017 р. міського населення в державі було 69,2%, сільського – 30,8% [2].

Крім того, в динаміці населення України за регіонами відмічаються певні відмінності, зумовлені особливостями як природного руху, так і міграційними процесами. За даними статистичного відомства, протягом 2012- 2016 рр. в Україну прибуло на 126 тис. осіб більше, ніж вибуло за її межі. Для Харківської і Одеської області та м. Києва характерним є позитивне сальдо міграції [5]. На 23 грудня 2017 р. в якості переселенців зареєстровано більш 1,5 млн. осіб з Донецького району і Криму. Однак такі обсяги додаткового сальдо міграції неспроможні суттєво вплинути на зменшення загального убутку населення.

Інтенсивне зниження народжуваності в Україні зазначено у період 1991- 1995 рр. Рекордно низький рівень сумарного коефіцієнту народжуваності (менш 1,1 дитина на одну жінку) був зафіксований у 2001-2002 рр. Негативно на народжуваність впливають постійні кризи, зміни уряду і нестабільність. Найбільш позитивним періодом, коли українці дозволяли собі народжувати дітей, були 2003-2008 роки. Але вже у 2010 році виникла демографічна «яма», а з 2014 року ці показники впали ще нижче [1]. Так, у 2014 році число народжень в Україні порівняно з 2013 роком, в абсолютному вимірі зменшилось на 9,3 тис. осіб. Тенденція до скорочування мала місце як в міській так і в сільській місцевостях. У 2015 році народилося на 54,1 тис. осіб менше ніж у 2014 році. Коефіцієнт народжуваності знизився з 10,8‰ у 2014 р. до 9,6‰ у 2015 р. У 2016 році народилося на 14,8 тис. менше ніж у 2015 році. Загальний коефіцієнт народжуваності знизився до 9,3‰. За даними 2016 р., цей показник був нижчим за середній по Україні у 9 областях, відносно високі показники в Західних областях і м. Києві [2,5]. Для простого відтворення населення необхідно народження 2,1 дитини на 1 жінку дітородного віку. За рівнем народжуваності регіони України розподіляються на 3 групи: східні області, яким притаманна надзвичайно низька народжуваність; західні регіони мають відносно високі показники (1,4 – 1,6 дитини на 1 жінку). До третьої групи належать демографічно «старі» регіони півночі і центру, в яких показники відтворення населення знаходяться на рівні середньоукраїнських. Зміни в рівнях народжуваності, які відбувалися в державі за останні роки, йдуть паралельно зі значною трансформацією вікової моделі масової репродуктивної поведінки. Молоді люди нині беруть шлюб значно пізніше, ніж два десятиріччя тому і пізніше народжують дітей. Модель багатодітних родин в Україні в минулому. Зараз переважає настанова на 2-х дітну сім'ю [3,5].

Теперішній рівень народжуваності в Україні дорівнюється до середнього по Європі, але це не достатньо для простого заміщення покоління.

За останній роки загальний показник смертності в Україні утримується на надто високому, як для європейської країни рівні (15,3 – 14,7‰), а також відзначається суттєвими регіональними відмінностями. Так, загальний коефіцієнт смертності коливався в межах від 10,4 ‰ у м. Києві до 19,2‰, у Чернігівській області. В той же час в Івано-Франківській та Чернівецькій областях він складав 12,8 ‰, в Сумській – 17,2‰. Значною мірою такі коливання пояснюються дією структурного чинника. У демографів є поняття «старіння нації», яке вираховується виходячи з самої великої групи осіб у державі. Так, якщо у 80-х роках ХХ століття найбільша група українців була у віці 14-19 років, 2000 р. – від 25 до 29 років, у 2011 році – від 20 до 59 років. В 2015 р. - 21,8% населення України стали люди старші 60 років, 25% від населення були громадяни у віці 65 років і більше. Прогноз до 2050 року при збереженні таких самих тенденцій середній вік українців буде складати 60-64 роки. Тобто українці неуклінно старіють [1,2,5]. Крім того, важливо зазначити, що в західних областях відносно молода вікова структура населення, а на півночі, сході і в центрі нашої країни більш стара. Рівень постаріння сільського населення в Україні вищий, ніж міського.

Згідно прогнозу Інституту демографії і соціальних досліджень НАН України ім. М.В. Птухи, чисельність населення України до 2050 р. зменшиться на 5,5 млн. осіб. За даними ООН, до 2050 р. населення України буде 36 млн. і це ще найбільш оптимістичний прогноз. Песимістичний – жахає своїми цифрами: через 32 роки нас може залишитися усього 25 млн.![3] Україна входить в десятку держав світу з найвищими темпами скорочення населення: більш ніж на 15 % [3,4].

Рівень смертності населення України за роки незалежності залишається вкрай неблагополучним. Найбільше число померлих було зареєстровано 2005 р. – 745 тис. осіб або 16,7‰. Динаміка кількості померлих точною мірою визначається в Україні коливаннями вікової інтенсивності смертності за змінами вікової структури. У 2012 – 2016 рр. кількість померлих залежала на 55% від цих факторів, а решта 45% зниження інтенсивності смертності встановлено в результаті впливу інших факторів, насамперед соціально – економічних. Так, у 2011 – 2014 рр. цей показник коливався від 631,7 тис. осіб (14,6‰) до 632,7 тис. осіб (14,7‰), з 2015 р. ще більше знизився до 594,8 тис. осіб (13,9‰) і 2016 р. – до 583,6 тис. осіб (13,7‰). Що до загального коефіцієнта смертності у 2016 р., то порівняно з 2015 р., він збільшився в 3 областях України, в 7 областях залишився майже без змін і в 15 областях знизився.

У формуванні рівня смертності беруть участь усі вікові групи, в тому числі й дітей віком до одного року, показник смертності яких є важливим індикатором якості життя. Незважаючи на неоднозначну оцінку достовірності даних про смертність немовлят, слід зазначити, що Україні вдалося досягнути певних успіхів у царині збереження життя новонароджених. Так, у 1993 році та 1995 році зафіксовано найвищий показник, який потім стало знижуватися. У 2010 – 2014 р.р. цей показник мав позитивну динаміку: 2010 р. – 9,2‰; 2011- 9‰; 2012- 8,4‰; 2013- 8,1‰; 2014-7,7‰. У 2015 р. цей показник дещо був вище (8,1‰), але у 2016 р. знову знизився до 7,4‰. В структурі смертності немовлят основне місце у 2016 р. займали зовнішні причини та окремі стани, що виникають у перинатальному періоді, а також природжені вади розвитку. У 2016 р. зареєстровано 2955 дітей, померлих у віці до одного року, що на 10,9% менше, ніж у 2015 році [1,5].

Зростання числа померлих і загального коефіцієнта смертності в Україні відзначалося протягом десятиліть. Особливо швидко зростання було у 1991 – 1995 рр., за якими пішов спад у 1996 – 1998 рр., а потім відновлення зростання. Найбільше число померлих зареєстровано у 2005 р. – 745 тис. осіб, або 16,7‰. Незважаючи на позитивну динаміку загального коефіцієнта смертності за 2009 – 2014 рр., у 2015 р. він залишився одним із найвищих в Європі.

У 2015 р. кількість померлих становила 594,8 тис. осіб, або 13,9‰ (без частки зони проведення антитерористичної операції), що було на 37,9 тис. осіб менше ніж у 2014 році. Загалом на 2011 – 2015 рр. кількість померлих в Україні зменшилася на 36,9 тис. осіб ( у містах – на 21,5 тис. осіб, у селах – 15,4 тис. осіб). У 2016 р. померло 583,6 тис. осіб, або 13,7‰, з них 358,9 тис. осіб у містах, і 224,7 тис. осіб – у селах[1,5].

У середньому до 73% усіх летальних випадків нині в Україні припадає на три основні класи причин смертності: хвороби системи кровообігу, зовнішні причини смерті і новоутворення.

Хвороби системи кровообігу постійно займають перше місце серед причин смерті. Так, у 2016 р. цей показник був 920,3 осіб на 100 тис. населення; порівняно з 2012 р. він зменшився на 3,9%. Новоутворення (переважно злоякісні) склали 184,9 померлих на 100 тис. населення України; у 2012 р. було 203,2 на 100 тис. населення. Зовнішні причини, за даними 2016 р., склали 72,9 проти 90,0 на 100 тис. населення у 2012 році. Значне місце займають померлі від хвороб органів травлення. З 2012 р. до 2013 р. цей показник поступово підвищувався і в 2016 р. склав 3,8 % усіх смертей. Значна частка померлих від інфекційних та паразитарних хвороб належать туберкульозу, на який у 2016 році припадало 46,5 % померлих цього класу, на початок 2017 р. показник смертності був 8,8 на 100 тис. населення, а також ВІЛ/СНІД, причому померлих від цієї хвороби було менш, ніж в 2012 році (в абсолютній кількості: 3252 в 2016 р. і 3870 – 2012 р.)

Протягом 2011 – 2015 рр. в 11 областях країни спостерігалось зростання регіонального рівня поширеності хвороб серед населення у Дніпропетровській, Житомирській, Запорізькій, Київській, Кіровоградській, Миколаївській, Рівненській, Сумській, Тернопільській, Хмельницькій, Чернігівській областях. Зниження рівня поширеності хвороб реєструвалося в 7 адміністративних територіях (Волинській, Закарпатській, Львівській, Одеській, Харківській, Черкаській і м. Києві). Крім того, необхідно зазначити, що дані по АР Крим, у м. Севастополя, Донецької і Луганської областей відсутні або неповні і не можуть бути використані для порівняння та аналізу в динаміці за останні роки. Первинна захворюваність у цей період практично залишалася на рівні минулих років. Протягом 2011 –



2015 рр. поступово відбувалося її зниження. Рівень первинної захворюваності в 2015 р. був нижчим порівняно з 2011 р. за всіма основними класами хвороб. В структурі поширеності захворювань за класами хвороб перше місце посідали хвороби системи кровообігу, друге місце – хвороби органів дихання, третє – хвороби органів травлення, четверте – хвороби сечостатевої системи, п'яте місце – хвороби кістково- м'язової системи та сполучної тканини. Протягом 2011 – 2015 рр відзначалось зростання питомої ваги таких класів хвороб: новоутворень (з 2,2% у 2011 р. до 2,4% 2015 р.), ендогенних хвороб, розладів харчування та порушення обміну речовин ( з 4,6% до 5,0% відповідно), хвороб нервової системи (з 2,6% до 2,7%), хвороб органів травлення (з 9,6% до 9,9%), хвороб сечостатевої системи ( з 5,4% до 5,5%). У 2016 році відзначалося зростання рівнів поширеності хвороб серед населення України за двома пластами: природжені вади розвитку, деформації та хромосомні аномалії (на 1,31%) і хвороби органів дихання (на 0,19%). Крім того, у 2016 р. відбувалось зростання рівнів первинної захворюваності відносно 2015 р. у цілому по Україні на 2,4%; в 18 областях України цей показник вищий за загальноукраїнський (64242,4 на 100 тис. нас.) [1,4,5]

Динаміка тривалості життя населення України 1990-х роках і на початку XXI століття була неоднозначною. Загалом у тенденціях тривалості життя за вказані роки можна виділити декілька коротких періодів: період загального і стрімкого скорочення тривалості життя (1990-1995 р.р.), період короточасного незначного підвищення тривалості життя (1996-1998 р.р.), період зниження і стагнації тривалості життя на дуже низькому рівні (1999-2005 р.р.), період підвищення очікуваної тривалості життя (ОТЖ), який розпочався у 2006 році і тривав до 2013 року. Але темпи змін дуже відрізнялися за роками і в цілому. За даний період ОТЖ для чоловіків зросло у середньому на 4 роки ( місто-4.2 роки, село 3.7 роки), а для жінок у середньому на 2,4 роки (місто-2,5 роки село-2 роки). Максимальне зростання ОТЖ зафіксовано у 2009 році у чоловіків на 2 роки, у жінок на 0,85 року. У 2013 році в Україні був досягнутий історичний максимум ОТЖ : для жінок-76.2 років, для чоловіків-66,3 років. Тривалість життя жінок в Україні перевищує аналогічний показник у чоловіків на 9,9 років. Сам по собі цей рівень тривалості життя у громадян України дуже низький за сучасними мірками. Україна відстає від більшості розвинених країн на 10 років, а у чоловіків- майже на 15 років і займає 118-е місце серед країн світу за ОТЖ і невисоким рівнем дожиття до порогу довголіття- 80 років. Найвищий коефіцієнт довголіття (кількість осіб у віці понад 80 років у середньому на 100 людей старше 60 років) у сільських жителів Чернігівської, Хмельницької, Волинської і Житомирської областей, найнижчий- в Одеській, Херсонській, Закарпатській областях. Серед міських жителів найвищим рівнем довголіття виділяються східні та південні області, найнижчим- Закарпатська область.[1,3,5]

Незважаючи на появу позитивних тенденцій щодо ОТЖ для населення країни, події, пов'язані з відкритою агресією Росії проти України у 2014-2018 роках, яка спричинила істотне погіршення соціально-економічної, політичної та демографічної ситуації, не дають підстав для оптимізму стосовно подальшої позитивної динаміки ОТЖ в перспективі. В більшості областей півдня та сходу України ситуація з тривалістю життя населення залишається вкрай несприятливою. Тут ОТЖ нижче, ніж в цілому по Україні. Відмінності цього показника за статтю найвідчутніші, а частка тих, хто доживає до старості- найменша.

**Висновки.** Отже, згідно демографічних і медико- статистичних даних МОЗ України, ДУ Українського інституту стратегічних досліджень МОЗ України, Інституту демографічних і соціальних досліджень НАН України імені М.В.Птухи, Держстату України визначено, що чисельність населення України за роки незалежності скоротилася до 42млн.456тис.осіб. За 4 роки конфлікту на Донбасі загинуло 10тис. чоловік. Україна входить в десятку держав світу з найвищими темпами скорочення населення (більш, ніж на 15%). Перевищення числа померлих над кількістю новонароджених показує масштабність депопуляції. Загальний показник смертності утримується на високому рівні (15,3-14,7‰); щодо смертності немовлят, то він знизився з 9‰ до 7,4‰. Коефіцієнт народжуваності знизився до 9,3‰. В Україні вмирає в 2 рази більше людей, ніж народжується. В динаміці населення України за регіонами відмічаються певні відмінності, зумовлені особливостями як природного руху, так і міграційними процесами. В демографічній структурі мають місце вікові коливання тривалості життя населення. Середня тривалість життя чоловіків становить 66,4 роки, а для жінок-76,3 роки. Відмічаються низькі показники середньої очікуваної тривалості життя для працездатного населення. Рівень постаріння населення країни складає 21% і більш



зафіксований у східних та центральних регіонах, а також у сільських жителів. Україна займає 172 місце за демографічними показниками у світі. Від'ємний коефіцієнт природного приросту населення в Україні найвищий серед 17 європейських держав.

Поліпшення демографічної ситуації в країні має стати першочерговим завданням. Збереження здоров'я нинішніх, а тим самим майбутніх поколінь, має перетворитися на пріоритетну мету всієї соціально-економічної політики нашої держави і освітньо-просвітницьких задач.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Демографічна криза в Україні. Проблеми дослідження, витоки, складові, напрямки протидії // НАН України: ін-т економ. / за ред. В.Стешенко - К., 2014. - 540с.
2. Кривич І.П., Страшко С.В., Палієнко К.В., Гусєва Г.М., Чумак Ю.Ю.. Аналіз стану здоров'я населення України за період її незалежності. Всеукр. наук. - практ. конф. "Здоров'я людини: теоретичні, практичні і методичні аспекти "(17 листопада 2016 р.), - Полтава: ПДПУ ім. В.Г.Короленко, 2016.- с.85-91.
3. Светлакова А. Демографическая пропасть: нас уже 38 миллионов? - Газета АиФ №1-2, 2017 (www.AiF.ua). - с.6-7.
4. Ткаченко Л. Три всадника демографического апокалипса (основные направления в Украине). - Журнал-газета «Публика» №46(883), 14.11-20.11, 2017. - с.4.
5. Чепелевська Л.А., Рудницький О.П.. Аналіз демографічної ситуації в Україні / Щорічна доповідь про стан здоров'я населення, санітарно-епідеміологічну ситуації та результати діяльності системи охорони здоров'я України 2016 рік. - Київ, 2017. - 516с. (с.11-35).

**Krivich I.P., Palienko K.V., Guseva G.M., Olaya-Verano V.V.**  
National Pedagogical Dragomanov University

### A DEMOGRAPHIC SITUATION IS IN UKRAINE FOR YEARS HER INDEPENDENCE

**ABSTRACT.** *The demographic and medical - statistical indicators of the state of health of population of Ukraine for the years of its independence were analysed. The quantity of population presented 42 millions 456 thousand persons, for 7 last the, growing short on 0,8 millions For 4 of conflict 10 thousand persons perished on Donbas. Exceeding of number of the dead above the amount of new-born shows a scale to depopulation. Coefficient of birth-rate - 9,3‰. The general index of death rate holds out at high level (15,3 - 14,7‰). The death rate of babies went down to 7,4%. A negative natural profit of population of Ukraine ratio is the greatest among 17 European states. The level of decrepitude of population of country folds over 21% more fixed in east and central regions. Ukraine is included in ten of the states of the world with the greatest rates of reduction of population : more than on 15%. Demographic situation in the state of does not inspire the optimism and causes serious anxiety.*

**Keywords:** *health, demography, birth-rate, death rate, statistics.*

УДК: 159.922.7:37.091.32:614

Митник О.Я.

Національний педагогічний університет імені М.П.Драгоманова

## ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ УРОКУ ЯК ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОГО

**Анотація.** У статті розкрито авторський погляд на зміст поняття «урок як здоров'язберігаючий». Охарактеризовано вимоги до особистості вчителя щодо збереження здоров'я учнів на уроці. Розкрито сутність контакту очима у спілкуванні з учнями, таких умінь, як: транслювати власний задум через дію; рольової гри; знаходити психологічну сумісність із своїми вихованцями; оперативно керувати власним психічним станом: викликати в собі оптимістичний настрій, творче натхнення; дивитися на світ очима дітей; здатності до продуктивної та довготривалої діяльності в умовах емоційного стресу. Презентовано техніку роботи вчителя щодо виховання в учнів віри у свої сили, можливості; бажання здобувати знання, тренувати уміння; стимулювання пізнавальної активності учнів на уроці. Розкрито сутність ситуацій вибору, успіху, розмірковування як таких, що допомагають забезпечити психологічне здоров'я на уроках; зміст та психологічні можливості використання на уроках інтерактивних методів навчання. Загальним висновком дослідження є переконання: для збереження здоров'я учнів на уроках вчителю важливо, перш за все, створити атмосферу довіри до кожної дитини, максимально забезпечити взаємозв'язок розумової діяльності з позитивними емоціями, виховувати впевненість учня у своїх силах.

**Ключові слова:** урок як здоров'язберігаючий, акторські уміння, контакт очима, проблемно-пошуковий діалог, інтерактивні методи навчання, ситуація успіху, ситуація розмірковування.

Збереження здоров'я людини є одним із пріоритетних завдань демократичного суспільства. Здоров'я закладається з дитинства, тому будь-яке відхилення у розвитку організму, будь-яка хвороба відбиваються в подальшому на стані здоров'я дорослої людини. Сучасні наукові підходи до визначення і розуміння здоров'я є предметом наукової дискусії щодо його сутності, якісних і кількісних характеристик, пошуку шляхів збереження. Тенденція визначення здоров'я з урахування соціально-психологічних та психофізіологічних аспектів життєдіяльності людини простежується у чисельних наукових працях (Р. М. Баєвський, І. І. Брехман, В.П. Казначєєв, Є.І. Кудрявцева, Ю.П. Лісіцин, В.М. Оржиховська та ін.). Дослідники також акцентують увагу на питаннях психічного й психологічного здоров'я (М.Є. Бачерикова, С.Д. Максименко, В. П. Петленко, Р.О. Стефанчук та ін.).

Проблема загального погіршення здоров'я дітей та підлітків стимулює вчених-психологів до пошуку нових шляхів охорони і зміцнення їх здоров'я. Це зумовило появу наукових робіт, у яких робляться спроби: знайти способи збереження та зміцнення фізичного здоров'я дітей у процесі їх навчання і виховання (Г. П. Апанасенко, І. А. Аршавський, А. Л. Попова, В. О. Шаповалова), забезпечити корекцію педагогічного процесу з метою його позитивного впливу на здоров'я школярів (В.А. Ананьєв, М.М. Безруких, Т.Є. Бойченко, О.Д. Дубогай), розробку й реалізацію педагогічним колективом комплексних програм збереження здоров'я дітей (Л.Г. Татарникова, Г.К. Зайцев та ін.). Зважаючи на це, одним з головних завдань всіх інституцій і закладів, що мають відношення до підростаючого покоління, стає збереження, розвиток і зміцнення здоров'я дітей (В. Андріянов, Т. Мельников). Виходячи з того, що більшу частину життя підростаюче покоління (діти від шести до сімнадцяти років) проводить у навчальному закладі, де основна форма навчання є урок, доцільно систематизувати вимоги до вчителя та до освітнього простору на уроці щодо збереження фізичного і психічного здоров'я учнів.

**Метою статті** є презентація вимог до вчителя та психолого-педагогічного забезпечення уроку як здоров'язберігаючого.

На нашу думку, урок, основною метою якого є збереження фізичного і психічного здоров'я учнів – це освітній простір, у межах якого життя кожної дитини є радісним, захоплюючим, емоційно насиченим.

Охарактеризуємо вимоги до особистості вчителя щодо збереження здоров'я учнів на уроці.

Вчитель має, перш за все, вміти за зовнішніми ознаками (вираз обличчя, очі) зрозуміти внутрішній психічний стан дитини і діяти відповідно до цього стану. Наприклад, за потреби змінити запланований хід уроку, імпровізувати. Вчителеві важливо виявляти у спілкуванні з учнями емпатію, динамізм особистості, емоційну стійкість. Їх сутність розкрита нами у попередніх публікаціях [2]. Також вчителеві важливо здійснювати контакт очей. Ми підтримуємо позицію К. Росса [1], який вважає, що контакт очей (візуальний контакт) у стосунках з дітьми має виконувати таку важливу функцію, як емоційне живлення.

Відкритий, природний доброзичливий погляд прямо в очі дитини важливий не лише для встановлення взаємодії, а й для задоволення її емоційних потреб. Контакт очей найбільше потрібний для того, щоб учні відчували доброзичливе ставлення вчителя, його підтримку, любов. Вчителеві важливо володіти акторськими вміннями. Вони необхідні педагогові, щоб дійти до кожного учня, заразити його власними почуттями. Вчителеві необхідно володіти такими акторськими уміннями та здібностями: здібність транслювати власний задум через дію; вміння рольової гри; вміння знаходити психологічну сумісність із своїми вихованцями; вміння оперативно керувати власним психічним станом: викликати в собі оптимістичний настрій, творче натхнення; вміння дивитися на світ очима дітей; здібність до продуктивної та довготривалої діяльності в умовах емоційного стресу. Вміння викликати в собі оптимістичний настрій, творче натхнення реалізується вчителем у навчально-виховному процесі через реалізацію методу фізичної дії К. Станіславського [4].

У педагогічній діяльності взаємини з аудиторією залежать від самопочуття вчителя. Вчителя, як і будь-яку людину, наприклад, можуть вивести з рівноваги побутові умови: хтось випадково наступив на ногу у транспорті, штовхнув; директор зробив зауваження у різкій формі тощо. Вчителеві не потрібно «прокручувати у голові» події, які його схвилювали, треба діяти, натхнення, почуття прийде само у процесі дії. Почуття виникають мимовільно, вони не підкоряються нашій волі, і виникають під час педагогічної дії. В цьому і полягає зміст методу фізичної дії [4]. За допомогою цього методу можна викликати в собі оптимістичний настрій, творче натхнення лише у тому випадку, коли для вчителя любов до дітей є основою і головним засобом навчально-виховного процесу.

Розкриємо вимоги до побудови уроку щодо забезпечення його як розвивального.

З метою забезпечення психічного здоров'я кожної дитини має домінувати на кожному уроці проблемно-пошуковий діалог між суб'єктами навчально-виховного процесу. У такому діалозі має виникнути в учнів бажання здобувати нові знання, тренувати уміння; зміцнюватися віра у свої сили, можливості, яка забезпечується прагненням до досягнень та пізнавальною активністю. Для стимулювання пізнавальної активності на уроці вчителеві важливо залучати учнів до визначення теми і завдань уроку; змінювати види діяльності протягом уроку; створювати ситуацію успіху, вибору домашнього завдання за рівнем складності; застосовувати інтерактивні методи навчання. *Інтерактивними* вважаємо ті методи, застосування яких сприяє одночасному розвитку обох півкуль головного мозку дитини.

Застосування на будь-якому уроці інтерактивних методів навчання допоможе вчителеві внести у навчальний процес елементи дослідження, пошуку, порівняння різноманітних фактів, явищ, позицій, висновків, допомагає учневі більш чітко визначити власну точку зору. Радимо вчителеві на *рівні засвоєння нових знань* застосовувати такі методи: проблемно-пошуковий діалог (сприяє розвитку, переважно, лівій півкулі головного мозку) у поєднанні з методом образного бачення (сприяє розвитку, переважно, правої півкулі головного мозку); на *рівні формування інтелектуально-творчих умінь* – такі методи: «мозкова атака», проблемно-пошуковий діалог, інверсії, емпатії, інциденту, дидактична гра, синектики [3].

**Висновок.** Для збереження здоров'я учнів на уроках вчителеві важливо, перш за все, створити атмосферу довіри до кожної дитини, максимально забезпечити взаємозв'язок розумової діяльності з позитивними емоціями, виховувати впевненість учня у своїх силах.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Зязюн І.А. Краса педагогічної дії: навч. посіб. для вчителів, аспірантів, студ. серед. та вищ. навч. закладів / І.А. Зязюн, Г.М. Сагач. – К: Укр. – фін. ін.-т менеджменту і бізнесу, 1997. – 302 с.
2. Митник О.Я. Як навчити дитину мистецтва мислення / Олександр Якович Митник. – К.: Початкова школа, 2006. – 104 с. (гриф МОН України).
3. Навчання у початковій школі як цілісний творчий процес: теорія і практика / за ред. В.І. Бондаря; упорядк. О.Я. Митник. – К.: Початкова школа, 2011. - 384 с. (автор. 250 с.): гриф МОН України
4. Станиславский К.С. Работа актера над собой / К.С. Станиславский // Собр. соч. в 8 т. – К., 1957. – Т.3. – 256 с.

**Mytnyk O. Y.**

National Pedagogical Dragomanov University

### PSYCHOLOGICAL-PEDAGOGICAL PROVIDING LESSON AS HEALTHY SAFE

**ABSTRACT.** *The article reveals an author's view on the content of the concept of «lesson as health preserving». The requirements for the teacher's personality in preserving the health of students at the lesson are described. The essence of contact with the eyes in communicating with students is revealed, such skills as: broadcast their own plan through action; role-playing game; to find psychological compatibility with their pupils; promptly manage your own mental state: to bring in an optimistic mood, creative inspiration; look at the world through the eyes of children; ability to produce productive and long-term activity in conditions of emotional stress. The technique of the teacher's work concerning the education of the students of faith in their strengths, possibilities; desire to acquire knowledge, train skills; stimulation of cognitive activity of students at the lesson. The essence of situations of choice, success, reasoning as those that help to provide psychological health at the lessons is revealed; content and psychological possibilities of using interactive teaching methods at lessons. The general conclusion of the research is the conviction: that to preserve the health of students at the lessons for the teacher is important, first of all, to create an atmosphere of trust for each student, to maximize the interconnection of mental activity with positive emotions, to educate the student's confidence in their abilities.*

**Keywords:** *lesson as health-safe actor's skills, eye contact, problem-search dialogue, interactive teaching methods, situation of success, situation of reasoning.*

## ВПРОВАДЖЕННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ОСВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ НА ОСНОВІ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У ВІДПОВІДНОСТІ ДО НОВОГО СТАНДАРТУ

**Анотація:** у статті подані матеріали багаторічних досліджень, які є підсумком роботи над темою «Теорія і методика формування здоров'язбережувальної компетентності дітей та молоді у позашкільних навчальних закладах» і практичної апробації. Розглядаються поняття здоров'язбережувальних технологій, які досліджувались українськими та зарубіжними вченими, сутність біоенергетичної здоров'язбережувальної освітньої технології як одного з елементів формування здоров'язбережувальної компетентності дітей та молоді, представлені методики природної релаксації (дерево-, зерно-, астромінералотерапії, анімалорелаксації).

**Ключові слова:** здоров'язбережувальна компетентність, здоров'язбережувальні технології, біоенергетична здоров'язбережувальна освітня технологія, біоенергетика природних об'єктів, стежини: «ЛікЕП» (лікувальна енергетика природи), «Гармонізуюча енергетика природи», «В гармонії з природою – в гармонії з самим собою», деревотерапія, зернотерапія, анімалорелаксація, астромінералотерапія.

Виходячи з Постанови Кабінету Міністрів України «Про затвердження Державного стандарту початкової освіти» № 87 від 21 лютого 2018 р. вимоги до обов'язкових результатів навчання визначаються з урахуванням компетентнісного підходу до навчання, в основу якого покладено ключові компетентності. Одна з ключових компетентностей – громадянські та соціальні компетентності, пов'язані з ідеями демократії, справедливості, рівності, прав людини, добробуту та здорового способу життя, що передбачають дбайливе ставлення до власного здоров'я і збереження здоров'я інших людей, дотримання здорового способу життя. В Державному стандарті виокремлено соціальна і здоров'язбережувальна освітня галузь, метою якої є формування соціальної компетентності та інших ключових компетентностей, активної громадянської позиції, підприємливості, розвиток самостійності через особисту ідентифікацію, застосування моделі здорової та безпечної поведінки, збереження власного здоров'я та здоров'я інших осіб, добробуту та сталого розвитку [5].

Існуюча педагогічна система та умови сучасного життя можуть надати учням достатній об'єм знань, але не здатні зберегти здоров'я дітей та оточуючого їх середовища. Підтвердженням цьому є катастрофічне зниження рівня здоров'я підрастаючого покоління України, нестійка мотивація до збереження здоров'я, відсутність механізмів упровадження принципів валеології та екології в масову практику навчальних закладів.

Сьогодні йде формування нової стратегії сучасної загальноосвітньої, позашкільної та вищої школи, де здоровий спосіб життя розглядається як необхідний компонент освіти. Звідси важливим педагогічним завданням є виховання екологічно культурного та валеологічно грамотного громадянина країни, здатного нести відповідальність за власне здоров'я та здоров'я довілля.

Цілісний (холістичний) підхід до людини як біо-енерго-інформаційної системи розкриває перспективні можливості розробки нових технологій як навчання, так і оздоровлення. Такий підхід – основа нової світоглядної парадигми духовної еволюції людини як стратегії виживання цивілізації та збереження здоров'я в умовах катастрофічно наростаючої глобальної екологічної та духовної кризи, умова переходу суспільства на ноосферний рівень розвитку.

Щоб відповідати сучасним вимогам та бути готовим до швидких змін умов життя, мало володіти високим рівнем освіти, глибокими професійними знаннями, навичками, необхідно також володіти й високим рівнем еколого-валеологічної культури. У зв'язку з цим, важливим стає освіта в галузі здоров'я людини, так як, з одного боку, сучасна система української освіти характеризується прогресивними тенденціями, пов'язаними з гуманізацією, гуманітаризацією, особистісно зорієнтованим підходом у навчанні та вихованні дітей та молоді, а з іншого боку – здоров'яруйнуючою організацією педагогічного процесу, який призводить до сповільнення фізичного та психічного розвитку, погіршення здоров'я підрастаючого покоління.



Проблема формування еколого-валеологічної культури розглядається в дослідженнях таких педагогів-валеологів як Н. Абаскалової, Г. Апанасенка, Р. Айзмана, В. Бобрицької, Ю. Бойчука, М. Гончаренко, В. Горащука, М. Гриньової, Г. Зайцева, Е. Казіна, С. Страшка, Л. Татарникової та ін.

З кінця 70-их років минулого століття в Україні збільшується увага до педагогічних технологій. У науковій літературі зустрічається понад 300 тлумачень цього поняття в залежності від того як автор уявляє собі структуру й складові освітнього технологічного процесу. Але їх об'єднує те, що всі автори єдині у визначенні мети педагогічної технології – це підвищення ефективності навчально-виховного процесу і гарантування досягнення учнями запланованих результатів навчання. Проблемами використання здоров'язбережувальних технологій у системі освіти займаються Н. Белікова, Т. Бойченко, О. Ващенко, І. Волкова, М. Гончаренко, Л. Горяна, О. Дзятківська, О. Московченко, Т. Карасьова, О. Петров, О. Попов, С. Свириденко, В. Серіков, М. Смирнов, В. Сонькін та ін.

Здоров'язбережувальна (валеологічна) освіченість педагога є важливою для навчання учнів. Проте особливого значення вона набуває для вчителів основ здоров'я та керівників гуртків валеологічної та еколого-валеологічної спрямованості. На аспекти цієї проблеми вказує В. Самойлович. Він зазначає, що існуюча система освіти сама по собі є фактором ризику для здоров'я учнів. Проте і педагог у професійному відношенні є представником однієї з основних груп ризику щодо захворюваності. За цих умов для нього особливо важливо не тільки володіти основами знань про здоров'я і здоровий спосіб життя, але й засобами та методами забезпечення здоров'я і формування здорової життєдіяльності. У навчанні учнів важливим має бути особистий приклад педагога [6, с. 189 – 191].

Під здоров'язбережувальною освітньою технологією О. Петров розуміє систему, яка створює максимально можливі умови для збереження, зміцнення і розвитку духовного, емоціонального, інтелектуального, особистісного та фізичного здоров'я всіх суб'єктів навчання (учнів, студентів, педагогів та ін.) [4, с. 19 – 22].

Здоров'язбережувальні педагогічні технології, за В. Сериковим, повинні забезпечувати розвиток природних здібностей дитини: її розуму, моральних та естетичних почуттів, потребу в діяльності, оволодінні першочерговим досвідом спілкування з людьми, природою, мистецтвом [7].

Як зазначає О. Московченко, здоров'язбережувальні технології – це сукупність наукових знань, засобів, методів і прийомів, що дозволяють оцінити функціональні та психофізіологічні параметри здоров'я індивіда. На думку автора, здоров'язбережувальні технології передбачають засвоєння теоретичних знань, формування пізнавальної діяльності з питань методики оздоровчого тренування, здоров'я та його кількісної оцінки за допомогою комп'ютерних технологій, що дозволяє прищепити навички фізичної культури, культури здоров'я, здорового способу життя [3].

Т. Бойченко наголошує, що сутність здоров'язбережувальних технологій полягає у проведенні відповідних коригуючих, психолого-педагогічних, реабілітаційних заходів з метою поліпшення якості життя особистості: формування більш високого рівня її здоров'я, навичок здорового способу життя, забезпечення професійної діяльності та її мінімальної фізіологічної «вартості» [2, с. 5]. На думку Н. Белікової, здоров'язбережувальні технології – це систематичне і послідовне втілення в практику форм, методів та заходів заздалегідь спроектованого оздоровчо-реабілітаційного процесу, який включає системний аналіз, наукове обґрунтування, відбір, використання і контроль медико-біологічних, психологічних та соціальних механізмів апробованих і нових систем оздоровчої фізичної культури [1, с. 7 – 10].

Таким чином, до здоров'язбережувальних освітніх технологій відносяться технології, використання яких в освітньому процесі йдуть на користь дитині. Це прийоми, методи, які не завдають шкоди здоров'ю учнів і педагогів, створюють їм безпечні умови перебування, навчання та роботи в освітньому закладі; технології, що засновані на вікових особливостях пізнавальної діяльності учнів, оптимальне поєднання рухових і статичних навантажень, створення емоційно сприятливої атмосфери, формування позитивної мотивації до навчання, культивування в учнів знань з питань здоров'я.

Метою нашого дослідження є розгляд сутності здоров'язбережувальних освітніх технологій як інструменту формування здоров'язбережувальної компетентності особистості дитини; розкриття структури та змісту біоенергетичної здоров'язбережувальної технології на прикладах природно-релаксаційних стежин «ЛікЕП», «Гармонізуюча енергетика природи»,

«В гармонії з природою – в гармонії з самим собою» розроблені авторським колективом (Т. Г. Шаповалова, В. Д. Мелаш, К. І. Ковальчук), які апробовані та впроваджені в навчально-виховний процес навчальних закладів Запорізької та Дніпропетровської областей; ознайомлення з методиками нетрадиційного оздоровлення.

На жаль, наша педагогічна наука майже не має відпрацьованих наукових підходів щодо обґрунтування теоретико-методологічних засад функціонування відкритої соціально-педагогічної системи формування еколого-валеологічної культури майбутніх педагогів.

У рамках Міжнародної науково-практичної конференції «Гармонізація культурно-освітнього простору вищої школи: соціально-педагогічні аспекти» було підготовлено і проведено майстер-клас «Гармонізуюча енергетика природи», де учасників ознайомили з інноваційною біоенергетичною здоров'язбережувальною освітньою технологією та нетрадиційними методами оздоровлення людини. Формування якісного здоров'я підростаючого покоління в екологічно здоровому навколишньому середовищі здійснюється на принципах природо- і культуровідповідності та духовно-фізичній гармонії людини та природи.

Позашкільна освіта – це простір, у якому кожна дитина може не просто ввійти у світ знань, але й набути творчого, конструктивного досвіду спілкування, реалізації особистих ідей і поглядів, спрямувань. Це середовище, у якому народжується ініціатива, знаходять підтримку найрізноманітніші соціальні, культурні, технічні, еколого-валеологічні проекти, є можливість самореалізуватися. Ключовою ідеєю позашкільного навчального закладу еколого-натуралістичного напрямку є створення умов для самореалізації, саморозвитку гуртківця, набуття ним необхідних соціальних, здоров'язбережувальних компетенцій, мотивації до пізнання себе та природи, заохочення до творчої діяльності.

Аналіз педагогічних досліджень і практичного досвіду свідчать про зростаючий інтерес до питань, пов'язаних із здоров'язбережувальною компетентністю. Проте проблема її формування у вихованців позашкільного навчального закладу залишається не зовсім вирішеною. Основними причинами цього є:

- відсутність загальноновизнаного розуміння здоров'язбережувальної компетентності вихованця як комплексного феномену, який має великий потенціал для покращення рівня здоров'я дітей;
- недостатня розробленість теоретико-педагогічних основ формування здоров'язбережувальної компетентності вихованця, що характеризують її суть і можливості вдосконалення;
- нерозробленість змістового і методико-технологічного супроводу формування здоров'язбережувальної компетентності вихованця позашкільного навчального закладу.

Основними компонентами навчально-виховного процесу у позашкільному навчальному закладі є зміст педагогічного процесу, засоби забезпечення процесу формування (форми і методи) здоров'язбережувальної компетентності вихованців та власне керівник гуртка й вихованець.

Природно-релаксаційна стежина передбачає проведення деревотерапії. Дерево – потужний природний акумулятор космічної енергії, який спочатку накопичує природну енергію, а потім стає провідником лікувального впливу на людський організм. Цілющими властивостями володіють не тільки самі дерева, а й їхні окремі фрагменти, так звані біокоректори: гілочки, плашки, шматочки кори, плоди, насіння [8].

Анімалотерапія – спілкування з живими об'єктами, найулюбленіша релаксаційна технологія дітей та дорослих. Зернотерапія – одна з самих простих і ефективних методик, що допомагає людині відновити баланс здоров'я. Астромінералотерапія – взаємодія природного каміння й людини. Каміння володіє сильною енергетикою, випромінювання якої призводить до зміни частоти вібрації живих тканин організму людини, що поліпшує стан її фізичного та духовного здоров'я. Біоенергетичний потенціал природи безмежний – це безперервний процес оздоровлення.

На зупинках природно-релаксаційних стежин відвідувачі мають можливість отримати інформацію про біоенергетичні властивості рослин і тварин, оволодіти методикою релаксації та оздоровлення, апробувати її шляхом особистого контакту з релаксаційними об'єктами. Педагоги, викладачі вишів, керівники гуртків на базі стежин, окрім опанування методиками,

отримують можливість досліджувати релаксаційну дію природних об'єктів та її вплив на ековалеологічну свідомість та здоров'я дітей та молоді [8].

**Висновки.** Для оздоровлення, релаксації та соціалізації підрастаючого покоління ми пропонуємо ефективно використовувати енергетику живої природи. В цьому полягає головний сенс біоенергетичних здоров'язбережувальних технологій. Для сучасного педагога, який бажає підвищити свій фаховий рівень та опікується здоров'ям своїх вихованців, дуже важливо мати найповнішу інформацію про такі технології, опанувати методики і практикувати їх під час викладання в закладах освіти.

Природа дарує нам свій безмежний біоенергетичний потенціал, який можна використовувати для безперервного процесу оздоровлення. Для цього педагогічним працівникам необхідно зосередити зусилля на формуванні здоров'язбережувальної компетентності в дітей та молоді. Комплекс еколого-валеологічних практичних знань, реалізований у поведінці та діяльності, спроможний забезпечити відповідальне ставлення людей до власного здоров'я, довкілля та природного простору.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Белікова Н. О. Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутнього фахівця з фізичної реабілітації, Н. О. Белікова // Педагогіка, психологія і медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2009. – № 6. – С. 7 – 10.
2. Бойченко Т. Зasadничі принципи неперервної валеологічної освіти в Україні / Т. Бойченко // Формування здорового способу життя учнів загальноосвітніх навчальних закладів на основі розвитку життєвих навичок. Всеукр. наук.-практ. конф. за участі представників міжнародних організацій : зб. резюме доповідей / укл. Т. Є. Бойченко. – К., 2010. – С. 5.
3. Московченко О. Н. Оптимизация физических нагрузок на основе индивидуальной диагностики адаптивного состояния у занимающихся физической культурой и спортом (с применением компьютерных технологий) : автореф. на соискание учен. степени докт. пед. наук : спец. 13.00.04 "Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры" / О. Н. Московченко. – Москва, 2008. – 62 с.
4. Петров К. Л. Здоровьесберегающая деятельность в школе / К. Л. Петров // Воспитание школьников. – 2005. – № 2. – С. 19 – 22.
5. Постанова Кабінету Міністрів України «Про затвердження Державного стандарту початкової освіти» № 87 від 21 лютого 2018 р.
6. Самойлович В. А. Деякі аспекти валеологічної культури і освіти сучасного вчителя / В. А. Самойлович // Проблеми освіти : наук.-метод. зб. – К. : Інститут інноваційних технологій і змісту освіти, 2006. – Вип. 47. – С. 189 – 191.
7. Сериков В. В. Образование и личность. Теория и практика проектирования педагогических систем. / В. В. Сериков. – М. : Издательская корпорация «Логос», 1999. – 272 с.
8. Шаповалова Т. Г. Гармонізуюча енергетика природи : навч.-метод. посіб. / Т. Г. Шаповалова, В. Д. Мелаш, К. І. Ковальчук. – Мелітополь : Вид-во МДПУ ім. Б. Хмельницького, 2016. – 324 с.

**Shapovalova T.G.**

Berdiansk State Pedagogical University

### IMPLEMENTATION OF INNOVATIVE EDUCATIONAL TECHNOLOGIES ON THE BASIS OF FORMING HEALTH- PROTECTING COMPETENCE IN CONFORMITY TO THE NEW STANDARD

**ABSTRACT:** *The article contains materials of long time researches, which is the result of both the work on the topic «Theory and Methods of health preserving competence formation of children and youth in after-school educational establishments» and its practical testing. The concepts of health preserving technologies, the nature of bioenergetic health preserving educational technology as one of the elements of health preserving competence formation of children and young people are studied by Ukrainian and foreign scientists, besides, natural relaxation techniques (tree-, grain-, astromineraltherapy, animalrelaxation) are represented.*

**Keywords:** *health protecting competence, health preserving technologies, bioenergetic health preserving educational technology, bioenergy of natural objects, paths «TPN»(therapeutic power of nature), «Harmonizing power of nature», «In harmony with nature – in harmony with oneself» treetherapy, graintherapy, animalrelaxation, astromineraltherapy.*

УДК 37.091.59

Кудрик Л.Г., \*Шиян О.І

КЗ ЛОР «Львівський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти»

\*Львівський державний університет фізичної культури

## УЧНІВСЬКЕ САМОВРЯДУВАННЯ ЯК ІНСТРУМЕНТ РОЗБУДОВИ ЗДОРОВОЇ ШКОЛИ

**Анотація.** Стаття присвячена аналізу ролі учнівського самоврядування у процесі розбудови здорової школи в Україні на етапі освітніх реформ. Показано актуальність проблеми збереження здоров'я дітей і молоді як необхідної умови розвитку держави. Підкреслено провідну роль системи освіти у формуванні здорового способу життя дітей і молоді. Розкрито пріоритетні завдання школи щодо формування здоров'язбережнього освітнього середовища. Висловлюється думка про необхідність підтримки і стимулювання діяльності органів учнівського самоврядування на прикладі обласного конкурсу «Здорова школа – мрії та дії», який проводиться у КЗ ЛОР «Львівський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти». Через аналіз кращих конкурсних робіт з'ясовано важливу роль учнівського самоврядування у розвитку особистості і формуванні цінностей здорового способу життя, у творенні школи культури здоров'я.

**Ключові слова:** здорова школа, учнівське самоврядування, культура здоров'я, здоров'язбережне освітнє середовище.

Збереження здоров'я дітей, поліпшення стану навколишнього середовища є пріоритетним для теперішнього і майбутнього поколінь України, один з пріоритетних напрямів державної політики у галузі освіти. Головною сферою формування здорового способу життя дітей і молоді є система освіти. Згідно з державною програмою «Освіта» (Україна XXI ст.), Законом України «Про освіту» (2017), Концепцією Нової української школи стратегічним завданням освіти є всебічний розвиток особистості, становлення її духовного, психічного та фізичного здоров'я.

Відповідно, першочерговими завданнями школи є: виховання гармонійно розвинутої особистості з високим рівнем культури здоров'я; створення сприятливого середовища для формування життєвого досвіду учнів на основі національних та вселюдських цінностей; організація життєдіяльності учнівського колективу з позицій здорового способу життя; формування мотивації до ЗСЖ; розвиток адекватних механізмів фізіологічної, психологічної, соціальної адаптації до навколишнього середовища [2; 3].

Педагог, який здійснює здоров'язбережувальну діяльність, повинен уміти: володіти основами здорового способу життя та здоров'язберігаючими технологіями; створювати сприятливі умови навчання дитини у школі (без стресових ситуацій); оптимально організувати освітній процес (відповідно до вікових, статевих, індивідуальних особливостей, забезпечуючи адекватність вимог, методик навчання і виховання); моделювати систему взаємин в умовах педагогіки оздоровлення; здійснювати профілактику шкідливих звичок; особистим прикладом вчити учнів піклуватися про своє здоров'я та здоров'я довколишніх; прогнозувати розвиток своїх учнів, зрештою, бути тренером з розвитку і гармонізації особистості [1, с.4].

Процес формування здорового способу життя повинен охоплювати усі сфери життя учнів, і в ньому має бути місце кожному члену педагогічного колективу, оскільки в новій українській школі «у формуванні виховного середовища братиме участь весь колектив школи» [4, с.22].

Формувати здоровий спосіб життя доцільно шляхом взаємодії різноманітних аспектів діяльності: медичного – профілактика хвороб, гігієна; філософського – плекання цілісного світогляду, розвиненої свідомості та самосвідомості; суспільного – формування політики здоров'я; педагогічного – засвоєння основ наук та соціального досвіду поколінь; соціального – створення умов для гармонійного розвитку особистості [5].

Важлива роль у пропаганді здорового способу життя, розбудові здорової школи належить власне молоді. [5]. Власне, учнівське самоврядування – це самодіяльна організація дитячого життя у школі. Воно захищає і забезпечує права всіх учасників



учнівського колективу, сприяє формуванню в учнів громадянськості, організаторських якостей, допомагає педагогічному колективу у проведенні різноманітних виховних справ, виступає їх ініціатором, є школою особистісного зростання, розкриття творчого, лідерського потенціалу для учнів.

Гласність, відкритість роботи органів самоврядування (всі учні знають, де, коли, які питання обговорюються, можуть брати участь в обговоренні, пропонувати нове, оригінальне, цікаве, впливати на життя колективу) сприяє поглибленню демократизму у шкільному житті. Участь у роботі учнівського самоврядування сприяє розвитку ключових компетентностей молоді для життя, зокрема громадянських та соціальних компетентностей, пов'язаних з ідеями демократії, справедливості, рівності, прав людини, добробуту та здорового способу життя, з усвідомленням рівних прав і можливостей.

Що може зробити самоврядування для створення здорової школи? Дуже багато. Ось лише деякі важливі його функції: забезпечення порядку, чергування у школі; контроль за відвідуванням учнями школи; проведення загальношкільних лінійок, зборів, виставок, круглих столів та безлічі інших форм позакласної роботи; організація дозвілля, творчих свят, змагань, різноманітних заходів з охорони здоров'я; організація самообслуговування у класах, контроль за дотриманням санітарно-гігієнічних вимог; організація роботи з благоустрою території школи; участь у розробці плану роботи школи на навчальний рік; участь у проведенні педагогічних рад, на яких розглядаються питання життєдіяльності учнівського колективу, ЗСЖ тощо.

З метою утвердження і пропаганди здорового способу життя, запобігання негативним проявам серед учнівської молоді, виявлення та підтримки талановитих активних підлітків, покращення діяльності учнівського самоврядування у напрямку створення здоров'язбережливих освітнього середовища КЗ ЛОР «ЛОІППО» уже три роки поспіль проводить обласний конкурс «Здорова школа – мрії та дії». До участі в конкурсі запрошуються загальноосвітні заклади, у яких учнівське самоврядування активно пропагує серед шкільної молоді здоровий спосіб життя, працює у напрямку створення школи культури здоров'я. Протягом 2016-2017 років на конкурс було подано понад 100 конкурсних робіт з районів Львівської області, а також міст Львова, Червонограда, Дрогобича, Бродів, Трускавця, Самбора.

На підсумкових семінарах лідери учнівського самоврядування представляли свої досягнення, пояснювали розроблені моделі-схеми здорової школи, ділилися мріями і планами на майбутнє, обмінювалися досвідом.

Розглянемо коротко деякі найбільш яскраві досягнення учнівського самоврядування, представлені у конкурсних роботах.

Аналіз поданих матеріалів показав, що досить потужна і результативна робота з адвокації здорового способу життя проводиться школярами у Яворівському районі Львівської області.

Учнівське самоврядування Добрянської ЗОШ I-II ст. Яворівського району долучається до спортивних свят, ігор та змагань («Козацькі забави», «Олімпійські ігри», «Тато, мама, я – дружна сім'я», «Веселі старти»); спортивні гуртки (легка атлетика, теніс, шахи, танці); туристичних походів (еко-маршрути, походи в гори, походи у краєзнавчі та історичні місця, «Юні робінзони»); створення здорового середовища (озеленення класних кімнат, висаджування дерев у саду та квітів біля школи, виготовлення годівничок, прибирання навколишніх територій); проведення еко-уроків, екологічних акцій, конкурсів і проектів з охорони навколишнього середовища, пропагування скаутських організацій.

У Нагачівській ЗОШ Яворівського р-ну учнівське самоврядування налагодило тісну співпрацю з громадськими та державними організаціями (районне товариство «Людина і світ», обласне товариство сліпих «Кобзар», Яворівська районна центральна лікарня, районна служба сім'ї та молоді, районний відділ юстиції, Народний дім «Просвіта», районна кімната міліції у справах неповнолітніх, заклади позашкільної освіти, районна організація товариства Червоного Хреста).

Учнівський парламент Кам'янобрідської ЗОШ I-III ст. ім. Петра Андрусів Яворівського р-ну у просвітницькій роботі зі школярами робить акцент на здорове харчування: гарячі обіди, питний режим, фіточаї, збалансоване харчування. Проводяться зустрічі з дієтологом, визначення якості продуктів. Наслідком активних дій (анкетування, просвітницька робота,



перегляд відеофільмів, складання порад щодо правильного здорового харчування та ін.) досягнуто таких результатів: відмова школярів від шкідливої їжі (чіпси, газовані напої, жувальні цукерки, хот-доги, мівіна); дотримання безпеки та режиму харчування.

А учнівське самоврядування П'яновицької СЗШ I-III ст. Самбірського р-ну головну увагу у роботі з пропаганди здорового способу життя скеровує на саморозвиток особистості, формування в учнів потреби у моральному, психічному та фізичному самовдосконаленні. Комісія здоров'я учнівського парламенту регулярно проводить різноманітні просвітницькі акції («Ми проти СНІДу», флеш-моб «Я за здоровий спосіб життя», агітбригада «Вітаміни» та ін.). Велика увага приділяється психічному здоров'ю, оскільки це надзвичайно актуально в сучасній нестабільній соціально-політичній ситуації в державі. Для збереження й укріплення психічного здоров'я проводиться потрібна робота: з учнями (моніторинг фізичного, духовного, психічного, соціального здоров'я; години спілкування, тренінги, анкетування); з учителями (психолого-педагогічні семінари, тренінги); з батьками (виступи за результатами психодіагностичної роботи та надання рекомендацій). Психологічна робота проводиться поетапно, включає низку бесід, тренінгів, зокрема, на такі теми: «Бути сучасним – значить бути здоровим»; «Здоровий дух формує здорове тіло»; «Гармонія тіла з душею»; «Пізнай себе»; «Створи себе сам» тощо.

Учнівське самоврядування Тур'янського НВК Буського р-ну два роки поспіль брало участь в обласному конкурсі «Здорова школа – мрії та дії» й отримувало призові місця. Його робота відзначається мудрим виваженим підходом до здоров'я, зважаючи на традиції і духовні скарби наших предків. Успіх досягається завдяки систематичній послідовній роботі: кожного тижня – година здоров'я; останній тиждень місяця – тиждень здоров'я; у вересні і квітні – дні здоров'я; наприкінці навчального року – свято здоров'я. Першочергової ваги учнівське самоврядування Тур'янського НВК надає підтриманню духовного здоров'я. З цієї метою практикуються: вивчення курсів «Українознавство», «Основи християнської етики»; тижні і вечори духовності; знайомство з особливостями укріплення здоров'я в українських козаків; вивчення історії школи, села, робота шкільного історико-краєзнавчого музею; знайомство з ідеалами здорової людини, з методиками психодіагностики для контролю й управління станом свого здоров'я; колективні проекти «Добро починається з тебе», «Школа добрих ангелів»; випуск газет на духовну тематику; колядки, вертеп, гаївки; екскурсії тощо. Здійснюються також тісна співпраця з церквою і допомога сім'ям, які мають проблеми з вихованням дітей.

Отже, головним пріоритетом здорової школи сьогодні має бути передача учням і їх батькам глибоких, достовірних знань про здоров'я і здоровий спосіб життя, на підставі чого здійснюється вплив на свідомий і зважений вибір школярами власного способу життя та формування відповідальної за своє життя поведінки. Учнівське самоврядування покликане сприяти поширенню знань про здоров'я серед учнів, батьків, громадськості, залучати всіх до активної пропаганди і реалізації здорового способу життя.

Спільна робота учнів, учителів, батьків, медичних та соціальних працівників, влади, громадськості зі збереження здоров'я, формування основ здорового способу життя, культури здоров'я і є змістом діяльності здорової школи, запорукою успіху у збереженні і зміцненні здоров'я підрастаючих поколінь.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Богосвятська А.І., Кудрик Л.Г. Сучасний педагог – тренер з розвитку і гармонізації особистості. Посібник для учителя-практика. – Львів: ЛОІППО, 2017. – 76 с.
2. Здорова школа: аспекти духовного здоров'я. Навч. посібник / О.І.Шиян. Л.Г.Кудрик; за наук. ред. Олени Шиян. – Л.: Літопис, 2011. – 92 с.
3. Здорова школа: аспекти моніторингу. Навч. посібник / Олена Шиян, Юлія Павлова, Ліліана Кудрик та ін.; за наук. ред. Олени Шиян. – Л.: Кольорове небо, 2013. – 122 с.
4. Концепція «Нова українська школа» на сайті Міністерства освіти і науки України // Електронний ресурс: <http://mon.gov.ua/activity/education/zagalna-serednya/ua-sch-2016/prezentacziya-konczepcziyi-novoyi-ukrayinskoyi-shkoli.html>
5. Шиян, О. І. Освітня політика з питань здорового способу життя молоді у другій половині ХХ століття / Олена Шиян // [Електронний ресурс]. *Режим доступу:* <http://www.nbuv.gov.ua/e-journals/DUTP/2007-2/txts/07soidps.htm>. (2007)

6.Шиян О. І. Молодь як цільова група державної освітньої політики з питань забезпечення здорового способу життя / Олена Шиян // Вісн. НАДУ. – 2009. – № 1. – С. 223–229.

**Kudrik L.G., \*Shyyan O.I**

Lviv Regional Institute of Postgraduate Pedagogical Education

\*Lviv State University of Physical Culture

### URBAN SELF-GOVERNANCE AS A TOOL FOR HEALTH SCHOOL DEVELOPMENT

**ABSTRACT.** *The article is devoted to the analysis of the role of pupils' self-government in the process of building a healthy school in Ukraine at the stage of educational reforms. The actuality of the problem of preserving the health of children and young people as a necessary condition for the development of the state is shown. The leading role of the education system in shaping the healthy lifestyle of children and young people is emphasized. The priority tasks of the school concerning the formation of healthcare-saving educational environment are revealed. The opinion on the need to support and stimulate the activities of pupils' self-government bodies is expressed on the example of the regional competition «Healthy School - Dreams and Actions», which is held in the Lviv Regional Institute of Postgraduate Pedagogical Education. Through the analysis of the best competitive works, an important role of student self-government in the development of personality and the formation of values of a healthy lifestyle, in the creation of a school of health culture.*

**Keywords:** *healthy school, students' self-government, culture of health, healthcare-saving educational environment.*

УДК 373.5.018

Страшко С.В., \*Пономаренко В. С., \*\*Думчева А.Ю.  
 Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова  
 \*Всеукраїнська спілка вчителів і тренерів  
 \*\*Бюро ВООЗ в Україні

## ЕТАЛОННА МОДЕЛЬ ШКОЛИ, ДРУЖНОЇ ТА БЕЗПЕЧНОЇ ДЛЯ ДИТИНИ

**Анотація.** Аналізуються критерії створення еталонної моделі «школи, дружньої та безпечної для дитини», що розроблялася в рамках освітнього компоненту Проекту ВООЗ «Неінфекційні захворювання: профілактика та зміцнення здоров'я в Україні». Її інтегральною складовою є «шкільна служба здоров'я». Серед вимог до розробки стандарту «школи, дружньої та безпечної для дитини» виділяються наступні: матеріально-технічне забезпечення для створення здорової, безпечної і комфортної психологічної обстановки, умов для інклюзивної освіти; внутрішньошкільна служба надання медичних послуг та моніторингу здоров'я учнів, вчителів і персоналу; використання здоров'язбережувальних технологій навчання та оцінювання знань учнів; ефективна система планування та управління діяльністю школи, спрямована на розвиток, збереження та збереження здоров'я учнів, вчителів та персоналу школи, так і системи моніторингу, контролю та інформування громадськості. Реалізація цієї моделі не потребує додаткового фінансування, оскільки для більшості суб'єктів діяльності, включених в Модель, турбота про здоров'я і життя учнів є прямим функціональним обов'язком.

**Ключові слова:** школа, дружня та безпечна для дитини, шкільна служба здоров'я.

Ефективна реалізація освітнього компоненту Проекту ВООЗ «Неінфекційні захворювання: профілактика та зміцнення здоров'я в Україні» передбачає створення еталонної моделі навчального закладу, яка б максимально відповідала його меті та завданням. З огляду на те, що загальноосвітній навчальний заклад має дві надважливі складові у своїй діяльності (*функцію освіти та функцію збереження здоров'я та життя учнів*), в рамках даного проекту акцент поставлений саме на другій.

Метою статті є аналіз критеріїв створення еталонної моделі «школи, дружньої та безпечної для дитини».

Перш за все, слід відмітити, що мета освітнього компоненту даного проекту повністю співзвучна з завданнями, які поставив перед вітчизняною системою освіти новий закон «Про освіту» [1]:

– «Фінансування освіти є інвестицією в людський потенціал, сталий розвиток суспільства і держави» (Стаття 5. п.1);

– «Держава створює умови для здобуття громадянської освіти, спрямованої на формування компетентностей, пов'язаних з реалізацією особою своїх прав...». (Стаття 5. п.5);

– «...формування поваги до прав і свобод людини, нетерпимості до приниження її честі та гідності, фізичного або психічного насильства, а також до дискримінації за будь-якими ознаками; формування культури здорового способу життя...» (Стаття 6. п.1);

– Формування ключових компетентностей, необхідних кожній сучасній людині для успішної життєдіяльності, зокрема – «громадянські та соціальні компетентності, пов'язані з ідеями демократії, справедливості, рівності, прав людини, добробуту та здорового способу життя, з усвідомленням рівних прав і можливостей» (Стаття 12);

Реалізація окреслених завдань потребує суттєвих змін в організації діяльності загальноосвітніх і спеціальних навчальних закладів, що мають ґрунтуватися на світовому та українському досвіді формування здоров'я та безпеки в школах і здійснюватися шляхом еволюційних змін, без значних капіталовкладень.

При розробці еталонної моделі були враховані рекомендації ВООЗ та ЮНІСЕФ щодо існуючих моделей «Шкіл, дружніх до дитини», «Безпечної школи» та досвід багаторічного експерименту за Проектом «Європейська мережа шкіл сприяння здоров'ю в Україні» [2; 3].

Модель школи, дружньої до дитини (ШДД) включає різносторонні заходи, спрямовані на надання дітям якісної освіти, задоволення їхніх потреб і забезпечення їхніх прав. Її

призначенням є поступальний рух освітнього закладу та системи освіти в цілому до досягнення стандартів якості, з урахуванням усіх елементів, що впливають на благополуччя та права дітей як учнів і головних бенефіціарів навчання. Реалізація цієї моделі дасть змогу забезпечити умови та механізм втілення педагогічної ідеї навчального закладу щодо формування здоров'я, здійснювати навчання і виховання в інтересах особи і суспільства, створити сприятливі умови для всебічного розвитку здорової особистості зі стійкими переконаннями та системою знань про здоров'я і здоровий спосіб життя.

З моделлю ШДД тісно пов'язана концепція «Безпечної школи». Безпека шкіл означає забезпечення захисту учнів, персоналу та шкільних приміщень. Безпечні школи не існують ізольовано, самі по собі, а є частиною взаємодіючої системи соціального середовища, первинними елементами якого у житті дитини є сім'я, школа та громада. Школа має виступати об'єднуючою установою, що «наводить мости» між родиною та спільнотою, надає широкий спектр інтелектуальних і соціальних ресурсів та сприяє життєстійкості на багатьох рівнях.

Виходячи з вищесказаного, можна виокремити шість узагальнених вимог стандарту школи, дружньої та безпечної для дитини:

1. Матеріально технічне забезпечення сприятливого для здоров'я та безпеки (захищеного) середовища.
2. Комфортне психосоціальне середовище, що враховує гендерні та індивідуальні особливості учнів, створення умов для інклюзивного навчання.
3. Внутрішньошкільна система надання медичних послуг і моніторингу стану здоров'я учнів та персоналу.
4. Формування в учнів соціальних та здоров'язбережних компетенцій, використання здоров'язбережувальних технологій навчання та оцінювання навчальних досягнень.
5. Ефективна система планування та управління діяльністю школи, спрямованої на розвиток, формування і збереження здоров'я та життя учасників навчального процесу.
6. Дієва система моніторингу, контролю та інформування громадськості.

Еталонна модель «Школи, дружньої та безпечної для дитини» представлена на рисунку 1

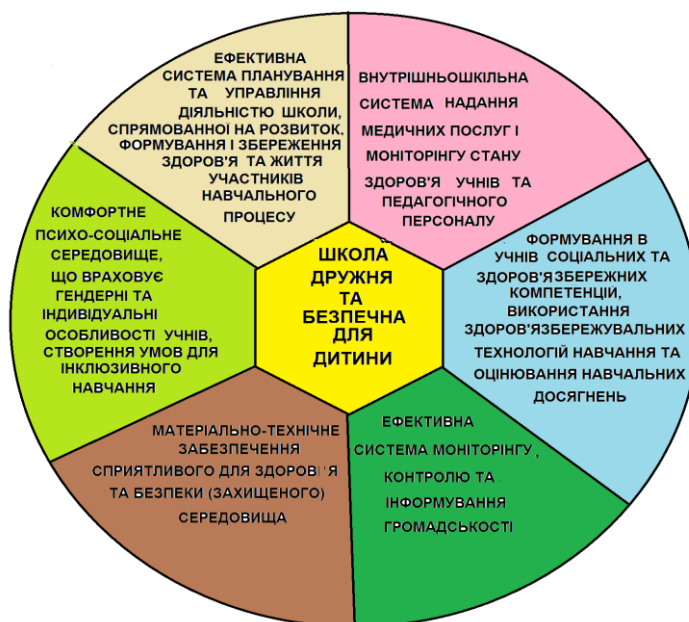


Рис. 1. Еталонна модель школи, дружньої та безпечної для дитини

Для забезпечення результативного функціонування школи, дружньої та безпечної для дитини, необхідно створення в ній структури, яка б забезпечувала координацію діяльності усіх суб'єктів навчально-виховного процесу. Нею може стати «Шкільна служба здоров'я», розроблення моделі якої є одним із пріоритетних завдань Проекту (рис.2).

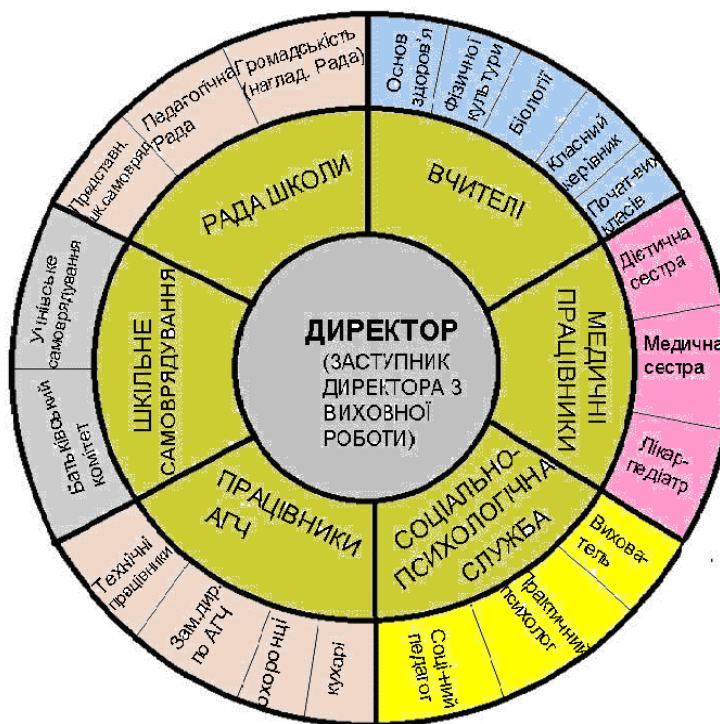


Рис.2. Модель шкільної служби здоров'я

Центральною ланкою цієї служби має стати заступник директора з виховної роботи, за умови покладання на нього обов'язків щодо координації оздоровчої роботи в школі, а найбільш придатним і підготовленим виконавцем – вчитель основ здоров'я.

Слід підкреслити, що концепція «шкільної служби здоров'я» увібрала в себе не тільки систему «шкільної психологічної служби», а й шкільної валеологічної служби, відображену ще в першому Стандарті вищої освіти за спеціальністю «Валеологія». Проте її створення не знищує попередні напрацювання, а забезпечує їх дієве використання з метою покращення роботи, спрямованої на зниження захворюваності та підвищення рівня здоров'я учнів. Доцільним видається й доповнення змісту діяльності «шкільної служби здоров'я» розробками за проектом ЮНІСЕФ «Безпечна школа» щодо збереження здоров'я і життя учнів, запобігання їхньої інвалідизації.

На наш погляд, затвердження МОН України «Положення про шкільну службу здоров'я» є основною умовою впровадження ефективної моделі здоров'язбереження, а здійснення регулярного контролю з боку управлінь освіти та включення певних показників її діяльності в статистичні звіти навчальних закладів – мірилом її ефективної діяльності.

Крім того, оскільки для більшості суб'єктів діяльності, включених в Модель, турбота про здоров'я і життя учнів є прямим функціональним обов'язком, її впровадження не потребує додаткового фінансування, що вкрай важливо в умовах глибокої економічної кризи в країні.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Закон України «Про освіту». – Відомості Верховної Ради, 2017, № 38-39 (<http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/2145-19>).
2. Соціально-просвітницькі тренінги з формування мотивації до здорового способу життя та профілактики ВІЛ/СНІДу : навч.-метод. посіб. для викладачів валеології, основ медичних знань та безпеки життєдіяльності, вчителів основ здоров'я, студентів вищих педагогічних навчальних закладів / С. В. Страшко, Л. А. Животовська, О. Д. Гречишкіна [та ін.]; За ред. С. В. Страшка. – 2-е вид., переробл. і допов. – Київ : Освіта України, 2006. – 259 с.
3. Бережна Т. Здоров'язбереження - чиїх рук справа? // Управління освітою. - 2011. - Квіт. (№ 7). - С. 14-17.



**Strashko S.V., \*Ponomarenko V.S.,\*\*Dumcheva A.YU.**

National Pedagogical Dragomanov University

\*All-Ukrainian Association of Teachers and Trainers

\*\*WHO regional office for Ukraine

## REFERENCE MODEL OF CHILD-FRIENDLY AND SAFE SCHOOL

**ABSTRACT.** *The paper presents criteria for creating a reference model "child-friendly and safe school". This model was developed as a part of the educational component of the WHO Project "Noncommunicable Diseases: Prevention and Health Promotion in Ukraine". An integral component of such school is the "school health service". Among the requirements for developing a standard for child-friendly and safe school, the followings were distinguished: material and technical support for creating healthy, safe and comfortable psychosocial environment; conditions for inclusive education; an in-school service to provide health services and health monitoring, both for pupils and staff. Also, the use of health-saving technology training and learners' knowledge assessment is a priority. Another condition is an effective system of planning and managing the school's activities aimed at developing, maintaining and preserving both learners', teachers' and staff health and a system of monitoring, controlling and informing the public as well as. Finally, the implementation of this model does not require additional funding, since for most of the people involved, caring for learners' health and life is a professional responsibility.*

**Keywords:** *child friendly school, safe school, school health service*

## ПСИХОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

**Анотація.** У статті проаналізовано поняття психологічної безпеки, її показників, розкрито підходи до її визначення. Психологічна безпека визначається як переживання особистістю психологічного комфорту, що виявляється в усвідомленні свого статусу, у почутті власної гідності, емоційному прийнятті себе. Психологічна безпека особистості та середовища невід'ємні одна від одної, вона спрямована на збереження та нормальне функціонування особи, групи, суспільства.

Навчальні заклади як соціальний інститут виступають суб'єктами безпеки, тому освітній процес здатен побудувати локальну систему безпеки через навчання і виховання. Особливістю психологічної безпеки дитини в освітньому процесі є те, що вона повністю залежна від оточуючих дорослих. Психологічна небезпека варіюється від психологічного тиску, психотравм, різкої зміни правил до щоденного незадоволення життєво важливих потреб дитини. Це призводить до неадекватної поведінки дитини, втрати активної життєвої позиції, небажання саморегуляції. Наслідком цього стає порушення дисципліни, прояви непокори, відмова від контактів, аутоагресія.

Умовами психологічної безпеки дитини в освітньому процесі є відповідність навантаження індивідуальним особливостям дитини; спостереження за її самопочуттям, своєчасне виявлення причин її неблагополуччя та надання допомоги; надання можливостей для виявлення самостійності та свободи; створення розвивального освітнього середовища.

**Ключові слова:** психологічна безпека, освітній процес, психологічне насилля, потреба у безпеці.

Проблема психологічної безпеки набула в останні роки значної актуальності, а в освітньому процесі особливо. Окремі питання даної проблеми розроблялися Л. Бурлачуком, І. Дубровіною, А. Реаном та іншими. Поняття «безпека» в наукових дослідженнях визначається як стан захищеності життєво важливих інтересів особистості, суспільства і держави від зовнішніх та внутрішніх загроз.

Поняття «безпека» включає в собі психологічну та фізичну складові. Психологічну безпеку можна визначити як:

- стан збереженості психіки людини;
- збереження цілісності особистості, адаптивності функціонування людини, соціальної групи, суспільства;
- розвиток та нормальне функціонування людини у взаємодії із середовищем (її уміння захиститися від загроз та уміння побудувати психологічно безпечні відносини);
- стан середовища, який створює вільну від психологічного насилля взаємодію, що задовольняє потребу в особистісному спілкуванні, референтну значимість та забезпечує психічне здоров'я всіх учасників [3].

Таким чином, психологічну безпеку визначаємо як переживання особистістю психологічного комфорту, що виявляється в усвідомленні свого статусу, у почутті власної гідності, емоційному прийнятті себе. Психологічна безпека особистості та середовища невід'ємні одна від одної. Тому можна відокремити психологічну безпеку окремої особистості, а можна – суспільства як системи. Однозначно те, що безпека спрямована на збереження та нормальне функціонування особи, групи, суспільства.

У психології існують декілька підходів до визначення та формування психологічної безпеки особистості. Представники психоаналітичного напрямку пропонують формувати її через систему психологічних захистів (А. Фройд), подолання комплексу меншовартості (А. Адлер), або через вдосконалення моделей безпечної поведінки (Е. Еріксон). Біхевіоральний підхід пропонує врахування суб'єктивного характеру переживання особою стану безпеки-небезпеки (М. Джонс). Це можна досягнути через участь у психотренінгах (Д. Уотсон), систему соціального навчання (А. Бандура), або позитивне підкріплення конструктивної

поведінки (Б.Скіннер). Свій внесок зробили й представники гештальтпсихології. Зокрема, запропонована концепція життєвого простору К. Левіна (як частина «теорії поля»). В рамках екзистенціально-гуманістичного напрямку (К. Роджерс, В. Франкл) психологічна безпека особистості визначається як її прагнення до задоволення базової потреби у безпеці через соціальну самореалізацію. Тобто людина здатна творити свою долю, отримувати активний життєвий досвід, відповідати на небезпеку усвідомленою поведінкою.

Підсумовуючи, можна назвати показники психологічної безпеки особистості:

1. Стійкість особистості у середовищі, включаючи психотравмівний період, що виявляється через уміння контролювати себе, управляти своєю поведінкою, емоціями, впевненість у власних силах, адекватна самооцінка, уміння встановлювати міжособистісні стосунки.

2. Здатність опиратися зовнішнім та внутрішнім впливам, яка формується за рахунок внутрішніх резервів і характеризується життєрадісністю, схильністю до емпатії, розвинутими комунікативними навичками, наявністю життєвих цілей.

3. Переживання захищеності, тобто позитивних психічних станів, відсутність занепокоєння і тривожності.

4. Ефективність діяльності, в яку включена особистість [4].

Зрозуміло, що названі показники психологічної безпеки потребують визначення вікової динаміки, взаємовпливу з індивідуальними особливостями, що часто безпосередньо пов'язано з освітою, навчанням та вихованням.

Освітній процес є частиною соціального середовища людини. Навчальні заклади як соціальний інститут виступають суб'єктами безпеки. Тому актуальність вивчення психологічної безпеки особистості в освітньому процесі визначається тим, що він (освітній процес), включаючи підрастаюче покоління, дорослих та сім'ю, здатен побудувати локальну систему безпеки через навчання і виховання, через вирішення завдань розвитку [3].

На цьому тлі проаналізуємо сучасні шкільні умови : переповнені класи, необхідність дотримання дисципліни та брак турботи у взаємодії, упереджене ставлення до дитини з боку педагогів і/або ровесників. Все це зменшує здатність освітньому простору бути безпечним.

Основну загрозу представляє собою психологічне насилля. Його рівні варіюються від фізичного, психологічного тиску до щоденного незадоволення життєво важливих потреб дитини, а також психологічні травми, різка зміна цінностей і моральних правил. Зокрема, до базових відноситься потреба в особистісному спілкуванні, побудованому на довірі, прийнятті, підтримці. Її незадоволення може призвести до неадекватної поведінки дитини, втрати активної життєвої позиції, порушення й небажання саморегуляції та адаптації у середовищі. Будь-яка спроба заставити зробити щось проти волі викликає спротив, який може бути зовнішнім або внутрішнім. Зовнішній виявляється через порушення загальноприйнятих норм і дисципліни, прояви непокори; внутрішній – відмова від контактів, саморуйнування, аутоагресія.

В цьому особливість психологічної безпеки дитини в умовах освітнього процесу, адже вона повністю залежна від оточуючих дорослих.

Що складає загрози психологічній безпеці дитини? До зовнішніх відносяться:

1. Негативні індивідуально-особистісні особливості дорослих (батьків, вихователів, вчителів), які щоденно вступають у взаємодію з дитиною. До них відносяться жорстокість, агресивність, роздратованість, емоційна нестійкість, інтолерантність тощо.

2. Неприятливі міжособистісні відносини дітей в сім'ї або групі ровесників. Коли дитяче товариство не приймає дитину, а дорослі тривалий час не помічають цього або не вважають доцільним допомогти, у ізолюваних дітей з'являється почуття дезорієнтації в мікросоціумі, знижується самооцінка, підвищується тривожність, порушується соціальний розвиток.

3. Ворожість, знижений розвивальний потенціал навколишнього середовища: обмежений доступ до іграшок, навчальних засобів, відсутні необхідні умови для рухів, діють необґрунтовані заборони тощо.

4. Фізичні, інтелектуальні, психоемоційні перевантаження дитини внаслідок нерационально побудованого графіку її життєдіяльності, неврахування дорослими її потреб та можливостей.

5. Неправильна організація спілкування в системі дорослий – дитина: переважання авторитарного стилю, відсутність поваги до дитини, несформованість у дорослих комунікативної культури.

6. Відсутність зрозумілих дитині правил, що регулюють її поведінку в родині, навчальному закладі, дитячому товаристві.

Внутрішніми є наступні загрози:

1. Негативні поведінкові звички, що сформувалися у дитини внаслідок неправильного сімейного виховання. В результаті така дитина не приймається дітьми і дорослими, що тільки посилює її психологічне неблагополуччя.

2. Переживання дитиною своєї неуспішності порівняно з іншими дітьми. Це призводить до формування комплексу неповноцінності, знижується самооцінка дитини, вона зневірюється у собі, у неї закріплюється пасивна життєва позиція.

3. Відсутність автономності. Якщо дитина повністю залежна від дорослого, то у неї формується почуття безсилля, не виникає бажання діяти самостійно. Дитина не розвивається як індивідуальність, у неї формуються конформність та інфантильність.

4. Негативні індивідуально-особистісні особливості дитини, що сформувалися не без допомоги дорослого: боязливість, сором'язливість, егоцентризм, нав'язливість та ін.

5. Патології фізичного та сенсорного розвитку, які ускладнюють адаптацію дитини в соціумі.

В даному контексті можна сформулювати умови для створення психологічної безпеки дитини в освітньому процесі:

1. Відповідність психічного, емоційного та фізичного навантаження індивідуальним особливостям дитини.

2. Спостереження за самопочуттям, настроєм дитини, своєчасне виявлення причин її неблагополуччя та надання допомоги.

3. Грамотна організація режимних моментів: розклад, повноцінний сон, час для прогулянок тощо.

4. Надання дитині можливостей для виявлення самостійності та свободи.

5. Створення розвивального середовища вдома та у навчальному закладі.

Отже, найважливішими умовами освітнього простору, що забезпечують психологічну безпеку, є доброзичливі взаємовідносини, що ґрунтуються на довірі, повазі, психологічній підтримці, турботі про безпеку кожного учасника групи, а також дотримання дисципліни.

Чи відчувають психологічну безпеку педагоги. Вони знаходяться ніби на перехресті психологічних впливів: з боку адміністрації як провідника державної політики, з боку батьків як офіційних представників дитини, з боку самих дітей, які мають незадоволені потреби та нереалізовані бажання. Педагог часто функціонує в умовах психологічного тиску і не може створити психологічно безпечне середовище для підопічних дітей.

Водночас педагоги можуть і мають відігравати роль координатора у створенні системи психологічної безпеки в освітньому процесі. Одним із ефективних прийомів попередження психологічного тиску є формування здатності критично, самостійно і творчо мислити за будь-яких умов.

Завершити хочеться словами Б. Спінози: «Неприйнятні почуття, які нас поневолюють, роблять пасивними: смуток, відчай, страх, гнів, забобон сковують. Радість від жаги свободи, яка заставляє нас через задоволення своїх бажань ставати сильнішим і досконалішим, дає нам впевненість в тому, що навіть закуті у ланцюги, ми будемо вільні і могутні, якщо не перестанемо мислити».

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Баева И.А. Обеспечение психологической безопасности в образовательном учреждении. – СПб.: Речь, 2006.
2. Захарова Т. Н., Андросова М. И. Психологическая безопасность образовательной среды обучающихся // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – Т. 26. – С. 67–70. – URL: <http://e-koncept.ru/2017/770714.htm>.
3. Коренкова А. Ю. Психологическая безопасность образовательной среды. Электронный ресурс. – Режим доступа: <https://www.rae.ru/forum2012/268/1431> – 10.05.2018

4. Костина Л.М. Психологическая безопасность личности: подходы, компоненты // Преемственность психологической науки в России: традиции и инновации: Сборн. материалов Междунар. научно-практ. конф-ции, посвященной 215-летию Герценовского университета. – СПб.: Изд-во РГПУ имени А.И. Герцена, 2012.

Lapchenko I.O.

National Pedagogical Dragomanov University

## PSYCHOLOGICAL SAFETY OF PARTICIPANTS IN THE EDUCATIONAL PROCESS

**ABSTRACT.** *The article deals the analysis of the concept of psychological security, its indicators, the exploration of the approaches for its definition. Psychological security is defined as a person's experiencing psychological comfort, which is manifested in the recognition of his/her status, in the sense of self-esteem, emotional acceptance of oneself. The psychological safety of the individual and the environment are inseparable from each other, it is aimed at the preservation and normal functioning of the person, group, and society. Educational establishments as social institutions act as security subjects, that's why educational process is able to build a local security system through education and upbringing. The peculiarity of child's psychological safety within the educational process is that it is completely dependent on the surrounding adults. Psychological danger varies from psychological pressure, psychotrauma and sharp change of rules to daily dissatisfaction of the vital needs of the child. This results in inadequate behavior of the child, loss of active lifestyle, unwillingness for self-control. The consequence of this is the violation of discipline, manifestations of disobedience, refusal of contacts, autoaggression. The conditions for the child's psychological safety in the educational process are the correspondence of the load to the child's individual peculiarities; monitoring the child's well-being, timely detection of the causes of the child's ill-being and provision of assistance; providing opportunities to demonstrate independence and freedom; creation of a developing educational environment.*

**Keywords:** *psychological safety, educational process, psychological violence, need for safety.*



## ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ

*Апанасенко Г.Л.* – доктор медичних наук, професор кафедри медичної реабілітації, фізіотерапії та спортивної медицини.

*Бех І.Д.* – дійсний член Національної академії педагогічних наук України, доктор психологічних наук, професор, директор Інституту проблем виховання НАПН України, заслужений діяч науки і техніки України.

*Білик В.Г.* – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри медико-біологічних і валеологічних основ життя та здоров'я, Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова.

*Богомаз Т.О.* – аспірант кафедри валеології філософського факультету Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна

*Вербицький В.В.* – директор Національного еколого-натуралістичного центру учнівської молоді Міністерства освіти і науки України, доктор педагогічних наук, професор кафедри педагогіки Київського національного університету імені Тараса Шевченка, старший науковий співробітник Інституту проблем виховання АПН України.

*Воронцова Т.В.* – кандидат філософських наук, доцент кафедри медико-біологічних та валеологічних основ охорони життя та здоров'я, НПУ імені М.П. Драгоманова.

*Гончаренко М.С.* – доктор біологічних наук, професор, професор кафедри валеології філософського факультету Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна.

*Горчаков В.Ю.* – доктор біологічних наук, професор кафедри промислової біотехнології, Національний технічний університет України «КПІ».

*Горяна Л.Г.* – президент Міжнародної академії культури безпеки, екології та здоров'я, доктор філософії, кандидат педагогічних наук, доцент.

*Гриньова М.В.* – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри педагогічної майстерності та менеджменту Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г.Короленка.

*Гусєва Г.М.* – старший викладач кафедри медико-біологічних і валеологічних основ життя та здоров'я, Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова.

*Думчева А.Ю.* - спеціаліст програми політик та систем охорони здоров'я в країнах, Бюро ВООЗ в Україні.

*Дяченко-Богун М.М.* – Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка, доцент.

*Євсєєва О.В.* – Прилуцький гуманітарно-педагогічний коледж ім. І.Я. Франка, викладач, доцент, кандидат педагогічних наук.

*Єресько О.В.* – НУБіП України, здобувач кафедри педагогіки.

*Жиденко А.О.* – Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка Професор, завідувач кафедри біологічних основ фізичного виховання, здоров'я і спорту.

*Кривич І.П.* – доктор медичних наук, професор кафедри медико-біологічних і валеологічних основ життя та здоров'я, Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова.

*Кудрик Л.Г.* – КЗ ЛОР «Львівський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти», доцент.

*Лапченко І.О.* – кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри психології і педагогіки Факультету педагогіки і психології, НПУ імені М.П. Драгоманова.

*Ліпський П.Ю.* – Еколого-медична академія (ГО), віце-президент

*Митник О.Я.* – доктор пед. наук, професор кафедри практичної психології, Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова.

*Мищенко Т.В.* – Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка, старший викладач кафедри біологічних основ фізичного виховання, здоров'я і спорту.

*Michalski M.* – dr inż., Instytut Informatyki, Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN w Krakowie

*Олай-Верано В.В.* – старший викладач кафедри медико-біологічних і валеологічних основ життя та здоров'я, Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова.

*Палієнко К.В.* – старший викладач кафедри медико-біологічних і валеологічних основ життя та здоров'я, Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова.

*Пономаренко В.С.* – кандидат технічних наук, голова Всеукраїнської спілки вчителів і тренерів.

*Синиця О.В.* – аспірант Національного наукового центру «Інститут експериментальної і клінічної ветеринарної медицини».

*Страшко І.В.* – кандидат філософських наук, доцент кафедри романо-германської філології, НПУ імені М.П. Драгоманова.

*Страшко С.В.* – кандидат біологічних наук, професор кафедри медико-біологічних і валеологічних основ життя та здоров'я, Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова.

*Строїлова Д.В.* – аспірант кафедри валеології філософського факультету Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна.

*Шаповалова Т.Г.* – Бердянський державний педагогічний університет, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичного виховання.

*Шиян О.І.* – КЗ ЛОР «Львівський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти», завідувач кафедри.

УДК 378.22.091.214:[61:304.3](072)  
ББК 51.204.0Р3-21

### **Збірник наукових праць**

Матеріали другого міжнародного симпозиуму «Освіта і здоров'я підростаючого покоління»: Зб. наук. праць в 2-х частинах / За ред. Страшка С.В. – Вип. 2. – Ч. 1. – К.: Алатон, 2018. – 87 с.

**Загальна редакція:**

Страшко С.В.

**Відповідальний секретар:**

Челнокова М.С.

**ISBN** 978-966-2663-60-0

Редакційна колегія залишає за собою право редагувати тексти.

Відповідальність за грамотність, точність поданих цитат, посилань, фактів і цифр несуть автори матеріалів.

Передрук матеріалів збірника дозволяється лише при посиланні на «Освіта і здоров'я підростаючого покоління».

Адреса оргкомітету:

01054, Україна, м. Київ, вул. Тургенівська 8/14, Гуманітарний корпус Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова, кімн. 14-3

Тел.: (044) 486-41-40

E-mail: [kmbvoogz@gmail.com](mailto:kmbvoogz@gmail.com)

Видавництво «Алатон»  
Київ - 2018