

4. Павлов В.І. Духовність як екзистенційний простір особистості / В.І. Павлов // Постеучасність: проблеми духовної свободи особистості: Монографія / За ред. канд. філос. наук О.О.Сердюк. – Донецьк: ТОВ „Юго-Восток, ЛТД”, 2006. – 249 с.

5. Степаненко І. Духовність і життєва компетентність /І. Степаненко // Філософська думка: Український науково-теоретичний часопис. – 2005. – № 6. – С. 40-55.

6. Степанишин Б.І. Методика культурологічної діяльності. Навч. посіб. / Б.І. Степанишин. – 1996. – С. 230-239; С. 82.

7. Стогній І. Про поєднання вчення і життя Г.С.Сковороди /І.Стогній // Рідна школа. – 2000 (лист). – №11. – С. 76-80.

8. Філософський енциклопедичний словник / Під ред. Шинкарук В.І. – К.: Абрис. – 742 с.

9. Целякова О.М. Формування духовної культури в контексті трансформації сучасного українського соціуму. /О.М. Целякова// Зб. наук. праць. Гуманітарний вісник «Наукові праці Запорізької Державної Інженерної Академії»/ – Запоріжжя, 2008. - Вип. 35. - 243 с. - С. 45-54.

АНАЛІЗ НАВЧАЛЬНИХ МОДУЛІВ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

УДК: 378.013+372+613.7+613.711

ББК: 74.58+75.151+51.1

Джури́нський П.Б.

У дослідженні проведено аналіз змісту навчальних модулів з підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної професійної діяльності. Розроблено нові навчальні дисципліни зі здоров'язбереження та зміцнення здоров'я.

Встановлено, що науково обґрунтовані інноваційні технології зі здоров'язбереження сприяють оптимальному функціонуванню і розвитку центральної нервової системи, психоемоційного статусу школяра, вдосконаленню дихальної, серцево-судинної і інших систем життєзабезпечення організму, підвищенню його адаптаційних можливостей.

Ключові слова: спеціальні модулі, технології, здоров'язбереження, здоровий спосіб життя, фізичні вправи, реабілітація, корекція, здоров'я.

АНАЛИЗ УЧЕБНЫХ МОДУЛЕЙ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ К ЗДОРОВЬЯСБЕРЕГАЮЩЕЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Джури́нский П.Б.

В исследовании проведен анализ содержания учебных модулей по подготовке будущих учителей физической культуры к здоровьесохраняющей профессиональной деятельности. Разработана-

ны новые учебные дисциплины по здоровьесбережению и укреплению здоровья.

Установлено, что научно обоснованные инновационные технологии по здоровьесбережению способствуют оптимальному функционированию и развитию центральной нервной системы, психоэмоционального статуса школьника, совершенствованию дыхательной, сердечно-сосудистой и других систем жизнеобеспечения организма, повышения его адаптационных возможностей.

Ключевые слова: учебные модули, технологии, здоровьесохранение, здоровый способ жизни, физические упражнения, реабилитация, коррекция, здоровье.

THE STUDY OF THE ACADEMIC CONTENT OF THE SUBJECTS OF PROFESSIONAL AND PRACTICAL READINESS OF THE FUTURE PT TEACHERS TO THE PUPILS' HEALTH IMPROVEMENT

The article studies the academic content of the subjects of professional and practical readiness of the future PT teachers to the health-improving professional activity in the secondary school.

It was revealed, that future PT teacher readiness formation contemplates the integration of the content of health and fitness work basics into the content of professional pedagogical subjects and formation of the system of scientific knowledge in health-improvement.

Key words: professional training, practical training, health-improving activity, programme, curriculum, health and fitness work.

Постановка проблеми. Природна й культурна еволюція людства заснована на виділенні ядра фундаментальних цінностей, серед яких найважливішими є життя й здоров'я. Без них була б неможливою трансформація основних форм живої матерії в соціальні, перетворення людини в активного, свідомого суб'єкта історичного процесу.

У ціннісній діаді «життя – здоров'я» міститься вузол усіх умов буття людей. Перш ніж що-небудь могло бути реалізовано людством, воно повинно було існувати органічно, оскільки саме життя є «спосіб існування білкових тіл» [2].

Життя в цілому, поза соціальними характеристиками, є загальною умовою буття людей. Здоров'я – це внутрішній прояв життя, його якісний стан у конкретній людині. У понятті «здоров'я людини» виражається ступінь духовного, психічного, фізичного й соціального благополуччя й досконалості суб'єкта життєдіяльності. У свою чергу, прагнення до здорового способу життя складає природний стрижень духовної культури особистості й суспільства [4].

Турбота про збереження життя й зміцнення здоров'я своїх громадян входить у сферу найважливіших завдань суспільства, розв'язання яких забезпечує політичну стабільність і національну безпеку будь-якої держави. У центрі проблем здоров'я стоять кількісні і якісні характеристики майбутнього людства й навіть саме його подальше існування як біологічної й соціальної істоти [5].

У «Великій дидактиці» *Я. Коменський* відзначав, що гарне здоров'я полягає в правильному травленні й у гарному стані внутрішніх частин нашого організму. Як бачимо, він надавав важливого значення в зміцненні здоров'я правильному харчуванню, при цьому неодноразово підкреслював, «що вишукане харчування, обжерливість шкідливі для організму». Про здоровий спосіб життя вчений говорив так: «Наше тіло зберігається в бадьорому стані помірним способом життя» [4].

Згідно з *І. Песталоцці*, «фізичне виховання корисне для здоров'я, продовжує життя, дає можливість людині виділитися серед інших і право претендувати на самоповагу, додає поставу, сприяє гарним манерам, розвиває мужність, є запобіжним засобом від багатьох захворювань» [4].

Переконаним прихильником боротьби за здоров'я дітей як умови їхнього гармонійного розвитку був видатний вітчизняний педагог *Костянтин Дмитрович Ушинський*, який вважав, що «між мистецтвом медицини й мистецтвом виховання багато аналогій» і пропонував скористатися цими аналогіями, щоб яскравіше показати відношення теорії до практики в справі виховання [4,9].

Видатний педагог *Павло Францович Лесгафт* збагатив школу системою фізичної освіти, що згодом стала державною й мала велике значення для свого часу.

П. Лесгафт прагнув підняти значення педагогіки як науки, глибше обґрунтувати її даними анатомії, фізіології й психології. Він створив систему фізичної освіти, що впливає на здоров'я дітей у всіх його компонентах.

Учений визначив головний закон розвитку людини: «Уміння привчитися з найменшими зусиллями в можливо меншій проміжок часу свідомо виконувати найбільшу фізичну роботу або діяти добірно й енергійно» [9].

Піклуючись про здоров'я школярів, П. Лесгафт говорив: «Зберігати здоров'я й попереджати захворювання дитини, без сумніву, завдання важливе, що потребує, можливо, більшої уваги до росту й розвитку молодого організму» [9].

Відповідно до соціальних умов свого часу й розвитку науки, великий педагог *Антон Семенович Макаренко* визначав «здоров'я» як нормальний комплекс фізичних, фізіологічних первинних якостей і проявів: охайність, життєрадісність, статеве порядність [11].

А. Макаренко був прибічником виховання «здорової людини» [9,10]. Він відзначав, що «дедуктивні положення, насамперед, виникають як відношення загального до задання. Якщо в самому заданні сказано, що ми повинні випустити здорову людину, то протягом усього нашого досвіду ми будемо оперувати вимірювальними дедукціями з цієї вимоги: ми не будемо забувати про кватирки й про свіже повітря, не очікуючи досвідченої перевірки» [6].

У наш час, на думку вчених, людство знаходиться перед рядом загрозливих чинників планетарного масштабу: світова війна, екологічні катаклізми, контрасти економічного розвитку різних країн, демографічний дисбаланс, скорочення сировинних ресурсів, наслідки неконтрольованої науково-технічної революції. Погіршення здоров'я населення більшості країн планети складає ще одну суспільну проблему, що вимагає комплексного, системного розуміння й вирішення [1,3].

Фізичний розвиток і здоров'я школярів треба розглядати у взаємозв'язку з інтелектуальною та соціальною активністю, формуванням його особистості та індивідуальності. Ріст і розвиток дітей, їхнє оздоровлення, створення умов для раціонального режиму дня, правильного співвідношення фізичних та розумових навантажень здійснюється на основі особистісно орієнтованого підходу у вихованні дитини [5].

Сучасні концептуальні положення фізичного виховання мають цілеспрямовані положення. Висуваючи як основну мету формування фізичної культури особистості, надалі трансформовану в теорію і стратегію виховання фізичної культури, що створило передумову переоцінки цінностей і змісту існуючої системи професійного навчання вчителя фізичної культури, її соціально-педагогічних аспектів, методології персоналізму, затверджуючої ідею про те, що в основі професійно-педагогічної освіти оздоровчої спрямованості лежить створення умов розвитку у людини потреби бути особистістю, допомагати хворим дітям, розвивати ідею здоров'язбереження за допомогою спеціально спрямованих оздоровчих фізичних вправ і природних чинників, без фармакології [9].

Несприятливі соціально-економічні умови сучасної України, важка екологічна ситуація, інформаційне перенасичення та інтенсифікація навчального процесу викликають тенденції до погіршення здоров'я дітей і учнівської молоді. Здоров'я цієї вікової групи особливо важливе, тому що, за оцінкою фахівців, приблизно 75% хвороб дорослих є наслідком умов життя в дитячі та юнацькі роки. Майже 90% дітей, учнів, студентів мають відхилення в здоров'ї, а більше 50% – незадовільну фізичну підготовку [7].

Мета дослідження: проаналізувати зміст модулів за вибором ВНЗ з підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної професійної діяльності.

Аналіз досліджень і публікацій. Сьогодні в країні формується активний інтерес до здоров'язбереження та здорового способу життя. Фундаментальними, стратегічними об'єктами перетворення соціокультурної характеристики суспільства є провідні цінності, потреби, цільові орієнтації, мотивації, норми і способи повсякденної діяльності [8].

Спираючись на міжнародні правові традиції, Конституція України гарантує своїм громадянам: «Людина, її життя і здоров'я, честь і гідність, недоторканність і безпека визнаються в Україні найвищою соціальною цінністю» [10].

Формування здоров'я людини є складовою частиною соціальної політики, здійснюваної в країні. Необхідно визначити особливості соціальної політики з цього питання, що властива соціально-економічній ситуації, яка складається в Україні в ході позитивних процесів останнього десятиліття [11].

Державна політика в галузі фізичної культури і спорту передбачає переорієнтацію галузі на рішення пріоритетної проблеми – укріплення здоров'я населення засобами фізичного виховання і спорту, створенні умов для задоволення потреб кожного громадянина у боротьбі за своє здоров'я, виховання соціальної орієнтації на здоровий спосіб життя і профілактику захворюваності. Це потребує кардинальних змін у сьогоdnішній системі фізичного виховання, яка приділяє ще недостатньо уваги здоров'ю людей. Зміна ситуації неможлива без якісної корекції програм підготовки і збільшення кваліфікації спеціалістів з фізичного виховання у вузах [3,5].

Дані наукових досліджень [7] останніх років переконливо показують, що тільки 55 % дітей, що поступають в перший клас, можна вважати здоровими, а до випускного класу здорових залишається 5-10 % школярів. Наслідки цих процесів загрозливі - фізіологічна неготовність більшості школярів до сприйняття програми навчання і виконання громадянських обов'язків, величезні витрати на лікування і реабілітацію як дорослих, так і дітей, повсюдне розповсюдження шкідливих звичок, зростання дитячої і підліткової агресивності. В той же час відомо, що регулярна фізична активність значно покращує фізичне здоров'я, особливий стан опорно-рухової і серцево-судинної систем, підвищує імунітет, позитивно впливає на загальний тонус людини.

Науково-обґрунтовані оздоровчі інноваційні технології сприяють оптимальному функціонуванню і розвитку центральної нервової системи, психо-емоційного статусу дитини, вдосконаленню дихальної, серцево-судинної і інших систем життєзабезпечення організму, підвищенню його адаптаційних можливостей [8].

Сучасні умови розвитку українського суспільства висувають нові вимоги до системи освіти та виховання підростаючого покоління. Діти й молодь значно раніше інших категорій населення відчувають наслідки деформації суспільства, гостро переживають свою соціальну незахищеність, прискорене падіння духовності, зростання психічної нестабільності та фізичної слабкості. Перегляд стратегії, змісту, методичного забезпечення навчально-виховного процесу, стану здоров'я дітей і молоді, який погіршується з кожним роком, вимагає зміни у ставленні шкільної системи освіти до цієї проблеми [6].

В останнє десятиріччя важливе місце в роботах, присвячених проблемі здоров'я у закладах освіти, посідають питання формування здорового способу життя серед учнів. Ученими розкрито: концептуальні засади формування здорового способу життя [4,5,8]; шляхи та засоби формування культури здоров'я, навичок здорового способу життя [6], засвоєння оздоровчих знань як складової частини професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури [6]; обґрунтовано умови формування ціннісного ставлення майбутніх педагогів до здорового способу життя [7]; визначено шляхи та засоби формування здорового способу життя школярів як запоруки збереження та зміцнення їхнього здоров'я, умови формування ціннісних орієнтацій старших підлітків на здоровий спосіб життя й умови формування культури здоров'я школярів.

Проте, незважаючи на результати досліджень педагогів, фізіологів і психологів засвідчують, що під впливом шкільних факторів не тільки уповільнюється ріст і загальний розвиток дітей, але й псується їхнє здоров'я [8].

Отже, постає проблема підготовки вчителів до професійної діяльності, яка не порушує, а підтримує здоров'я дитини, вчителів, здатних здійснювати професійно-педагогічну діяльність крізь призму норм здоров'язбереження і забезпечувати оздоровче виховання учнів, розробляти і впроваджувати здоров'язберігаючі технології, відповідні форми організації навчально-виховного процесу і навчальної діяльності учнів.

Виклад основних результатів досліджень.

Нами було розроблено зміст модулів за вибором ВНЗ з підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної професійної діяльності.

Метою навчального модуля „Сучасні технології з рухової активності, фітнесу та здоров'язбереження” є ознайомлення і вивчення студентами Інституту фізичної культури та реабілітації основ рухової активності, останніх досягнень у галузі оздоровчого фітнесу.

Програма предмету передбачає, що студенти повинні *знати і уміти*: про взаємозв'язок рухової активності і здоров'я; про особливості рухової активності і профілактику порушень стану здоров'я; про рекомендації для інструктора з фітнесу; про компоненти фізичного фітнесу і фізичної працездатності; основи здорового способу життя; загальні принципи поведінки для досягнення фізичної підготовленості і здоров'я; уміти проводити контроль за індивідуальним рівнем здоров'я; уміти оцінювати стан здоров'я; розвинути знання з фізіології м'язової діяльності; удосконалити знання з основними поняттями анатомії та біомеханіки; вивчити основи здорового харчування; вивчити взаємозв'язок рухової активності і контролю маси тіла; сприяти прищепленню у студентів навичок творчої роботи у розробці оздоровчих фізичних вправ; показати ефективність та надійність безмедикаментозних методів з оздоровлення організму; вивчити взаємозв'язок харчування з фізичними навантаженнями; ознайомитися з особливостями розподілу енергії при м'язовій діяльності; визначити основи кардіореспіраторної підготовленості; основи розвитку фізичних якостей на заняттях з фітнесу; поняття про стрес і здоров'я; особливості розробки фітнес-програм.

По завершенні проходження навчального програмного матеріалу навчальним планом передбачається складання заліків з пройдених розділів програми.

Курс занять на відділенні спеціалістів включає 8 лекційних годин, 20 практичних годин аудиторних занять, на самостійну роботу розраховано 44 години, по завершенні проходження програмного матеріалу навчальним планом передбачається складання заліку.

У результаті профілактичних оглядів дитячих садів, шкіл виявилося до 6 % дітей, що страждають сколіозом. Ще більше число дітей страждають дефектами постави, обумовленими слабкістю м'язів, що підтримують хребет. Такі діти мають потребу в консервативному лікуванні з застосуванням методів лікувальної гімнастики, масажу, електростимуляції м'язів, плавання і розвантаження хребта. Профілактор Євмінова дозволяє в домашніх умовах і в зручний час виконувати індивідуальне розвантаження дітям з початковими формами сколіозу і дефектами постави.

Для таких хворих розроблений комплекс гімнастичних вправ, спрямований на створення м'язового корсета за допомогою зміцнення різних груп м'язів у стані розвантаження хребта. За цим положенням профілактор Євмінова може успішно конкурувати з лікувальним плаванням, де використовується той же принцип. Лікування можна сполучити з масажем і електростимуляцією м'язів спини, плаванням. При цьому масаж і електростимуляцію можна проводити ранком, а функціональне лікування на профілакторі – увечері. Хворі з початковими формами сколіозу вимагають диспансерного спостереження і контролю ортопеда 1 раз на 6 місяців.

Пошук нових нетрадиційних методів профілактики і корекції порушень постави, лікування сколіотичної хвороби, інших захворювань хребта у дітей дошкільного і початкового шкільного віку сприяли розробці методичних ре-

комендацій з консервативних заходів фізичної реабілітації та виконання спрямованих фізичних вправ на вертебро-оздоровчому профілакторі Євмінова.

Метою модуля – «Вертебро-оздоровчі методи в реабілітації опорно-рухового апарату» є ознайомлення з профілакторам Євмінова та навчання методиці при різноманітних захворюваннях опорно-рухового апарату. Досягненню мети сприяють вирішення наступних завдань спец. курсу: вивчення будови хребта; вивчення будови нервової системи; вивчення причин виникнення та механізмів розвитку захворювань хребта; вивчення особливостей фізичної реабілітації захворювань хребта на профілакторі Євмінова; вивчення особливостей фізичної реабілітації різних захворювань опорно-рухового апарату на профілакторі Євмінова; ознайомлення та вивчення методик коригуючої гімнастики на профілакторі Євмінова; сприяння прищепленню в студентів навичок творчої роботи в розробці вправ коригуючої гімнастики з використанням профілактора та без нього; показати ефективність та надійність безмедикаментозних методів з фізичної реабілітації опорно-рухового апарату й організму в цілому.

Програма з предмету «Вертебро-оздоровчі методи в реабілітації опорно-рухового апарату» передбачає, що студенти повинні *знати*: про особливості фізичної реабілітації на профілакторі Євмінова при лікуванні лордозів; про особливості фізичної реабілітації на профілакторі Євмінова при лікуванні кіфотичної постави, кіфозу та плоскої спини; про роботу на профілакторі Євмінова при лікуванні сколіотичних захворювань хребта; про особливості фізичної реабілітації на профілакторі Євмінова при лікуванні міжхребцевої грижі; про особливості лікування остеохондрозів, спланхонтозів, артрозів і артритів, остеопорозів опорно-рухового апарату з використанням методики Євмінова; про культуру поведінки при захворюваннях хребта й опорно-рухового апарату.

Уміти: складати програму реабілітації на профілакторі в залежності від локалізації деформації хребта, ступеня фізичної підготовленості, загального стану людини; користуватися вертебро-оздоровчими методами, вивченими протягом проходження спецкурсу; розподіляти і диференціювати фізичне навантаження під час занять з використанням вертебро-оздоровчих методів.

Курс занять на заочному відділенні спеціалістів у першому півріччі включає 8 годин лекційних занять та 16 годин практичних занять, у другому півріччі 8 годин лекційних та 12 годин практичних занять, 10 годин відводиться на СРС, по завершенні курсу проводиться залік.

Здоров'я школярів багато в чому залежить від їхніх теоретичних знань і практичних навичок, які сприяють збереженню здоров'я. Найбільш серйозні соціальні проблеми й проблеми охорони здоров'я, поширені в наш час, багато в чому визначаються особливостями поведінки та способом життя, який формується в шкільному віці. Часткова чи значна втрата здоров'я людиною нерідко виникає через екологічні проблеми в зовнішньому середовищі. Дуже часто це супроводжується погіршенням здоров'я самої людини (порушення внутрішньої мікрофлори, дисбаланс та нестабільність активності різноманітних видів бактерій, які знаходяться в організмі, ослаблення імунної системи). Це призводить до збою механізмів системи травлення та формування дисбактеріозів шлунково-кишкового тракту.

У цих умовах людині необхідно суворо дотримуватися здорового способу життя: дотримуватися добового режиму, правил гігієни, застосовувати загартовуючі процедури, налагодити збалансоване та помірне харчування, регулярно слідкувати за соєю працездатністю, займатися фізичними вправами та своєчасно проходити диспансеризацію.

Використовуючи наукові публікації багатьох учених, був проведений їх метааналіз, ці рекомендації дозволяють кожному читачеві на протязі життя цілеспрямовано удосконалюватися у цьому напрямку.

Метою спецкурсу „Інноваційні технології зі здоров'язбереження школярів” є ознайомлення і вивчення інноваційних методів зі здоров'язбереження і оздоровлення школярів. Досягненню мети сприяють вирішення наступних завдань спец. курсу: сформувати у студентів пріоритет здорового способу життя; ознайомити студентів з основними принципами та закономірностями життєдіяльності людини в природному й соціальному середовищах, спрямованими на збереження життя та зміцнення здоров'я; сформувати уявлення про здоровий спосіб життя, шляхи та засоби підтримки високої працездатності; закріпленню навичок спостереження за власним організмом, навчання методів збереження і зміцнення здоров'я.

Програма з дисципліни *„Інноваційні технології зі здоров'язбереження школярів”* направлена на вивчення студентами основних принципів збереження здоров'я; здорового способу життя; гігієнічних вимог до учнів; правил гартування; спрямованих оздоровчих фізичних вправ; фізичних вправ, спрямованих на корекцію фізичного стану; комплексів фізичних вправ, що призначаються за станом здоров'я; режиму сна і відпочинку, режиму навчання і роботи, режиму харчування. Студент під час вивчення спецкурсу *„Інноваційні технології зі здоров'язбереження школярів”* повинен знати: здоров'язбережувальні педагогічні технології для школярів, хворих на невроз; що сприяють нормалізації маси тіла; оздоровлення хворих з захворюваннями ШКТ та гепатобіліарної системи; оздоровлення дітей з патологією опорно-рухового апарату, серцево-судинними захворюваннями; захворюваннями дихальної, нервової систем.

Уміти: виконувати діагностику соматичного здоров'я та фізичної працездатності, розробляти індивідуальну програму оздоровлення, проводити динамічний контроль ефективності оздоровлення, розробити критерії оцінки оздоровлення та критерії оцінки ефективності оздоровлення.

Курс на денному відділенні спеціаліста включає 40 лекційних годин, 56 практичних годин, 120 годин виділено на самостійну роботу студентів.

Висновки:

Визначено, що турбота про збереження життя й зміцнення здоров'я своїх громадян входить у сферу найважливіших завдань суспільства, розв'язання яких забезпечує політичну стабільність і національну безпеку будь-якої держави. У центрі проблем здоров'я стоять кількісні і якісні характеристики майбутнього людства й навіть саме його подальше існування як біологічної й соціальної істоти.

Дослідження останніх років переконливо показують, що тільки 55 % дітей, що поступають в перший клас, можна вважати здоровими, а до випускного класу здорових залишається 5-10 % школярів. Наслідки цих процесів заг-

розплив - фізіологічна неготовність більшості школярів до сприйняття програми навчання і виконання громадянських обов'язків, величезні витрати на лікування і реабілітацію як дорослих, так і дітей, повсюдне розповсюдження шкідливих звичок, зростання дитячої і підліткової агресивності.

На сьогодні постає проблема підготовки вчителів до професійної діяльності, яка не порушує, а підтримує здоров'я дитини, вчителів, здатних здійснювати професійно-педагогічну діяльність крізь призму норм здоров'язбереження і забезпечувати оздоровче виховання учнів, розробляти і впроваджувати здоров'язберігаючі технології.

Розроблено зміст модулів за вибором ВНЗ з підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної професійної діяльності. Метою навчального модуля „Сучасні технології з рухової активності, фітнесу та здоров'язбереження” є ознайомлення і вивчення студентами Інституту фізичної культури та реабілітації основ рухової активності, останніх досягнень у галузі оздоровчого фітнесу. Метою модуля – «*Вертебро-оздоровчі методи в реабілітації опорно-рухового апарату*» є ознайомлення з профілактикою Євмінова та навчання методики при різноманітних захворюваннях опорно-рухового апарату. Метою спецкурсу - „*Інноваційні технології зі здоров'язбереження школярів*” є ознайомлення і вивчення інноваційних методів зі здоров'язбереження і оздоровлення школярів.

Список літературних джерел

1. Бобрицька В. І. Валеологія в запитаннях, тестах, задачах. Рецепти здорової їжі: Навч.-практ. вид. – Полтава: Скайтек, 2000. – 44 с.

2. Булич Э.Г., Мурахов И.В. От здорового образа жизни к оздоровительному императиву – стратегии активности и оптимизма // Валеологічна освіта в навчальних закладах України: стан, напрямки і перспективи. – Кіровоград: КДПУ ім. В. Винниченка, 2003. – С. 28 – 31.

3. Бурова О.Г. Культура здоров'я – складовий компонент загальної культури особистості // Матеріали Всеукр. наук.-метод. конф. «Здоров'я та освіта: проблеми та перспективи» / Гол. ред. А. Г. Рибковський. – Донецьк: ДонДУ, 2000. – С. 15-17.

4. Горашук В.П. Формування культури здоров'я школяра як один з обов'язків педагога // Вища освіта в Україні: реалії, тенденції, перспективи розвитку: Матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. – Ч. 4. (продовження) Інноваційні технології в навчально-виховному процесі ВНЗу. – К., 1996. – С. 75 -76.

5. Звєкова В. К. Теоретичні засади дослідження проблеми організації здоров'язберігаючого дозвілля школярів / В. К. Звєкова // Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету ім. К.Д. Ушинського: Зб. наук. пр. – Одеса, 2008. – Вип. № 1-2. – С. 31-39.

6. Здоровье детей Украины: актуальные проблемы и пути их решения // Здоров'я України. – 2004. - № 22 (107). – С. 24-25.

7. Омельченко С. Здоров'я та здоровий спосіб життя людини: погляди, думки, висновки / С. Омельченко // Рідна школа. – 2005. – № 7. – С. 6-9.

8. Про формування здорового способу життя дітей та підлітків і заборону тютюнокуріння в навчальних закладах та установах МОН України: Наказ

МОН України №612 від 10.09.03 // Інформаційний збірник Міністерства освіти і науки України. - 2003. - №20. - С. 29-30.

9. Програма дисциплін „Основи здоров'я для 5-9 класів” // Здоров'я та фізична культура. —№ 22-24. - 2006.

10. Свириденко С.О. Формування ціннісних орієнтацій як чинник духовного здоров'я особистості / С.О. Свириденко // Проблеми освіти. - К.: Науково-методичний центр вищої освіти, 2002. - Вип. 29. - С. 72-78.

11. Соловьев Г.М. Здоровьесберегающие технологии в системе общего образования Ставропольского края / Г.М. Соловьев. - Ставрополь: Сервисшкола, 2003. - 496 с.

СТАНОВЛЕНИЕ МЕТОДА ВИЗУАЛЬНОГО НАБЛЮДЕНИЯ В ИССЛЕДОВАНИИ ОСОБЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ

*УДК: 158.1+001.42+152.14
Чебыкин А.Я., Ясинская А.В.*

В работе рассматривается история становления метода визуального наблюдения; выделяются и описываются три этапа становления метода: донаучный, научный и современный; анализируются подходы, применяющие визуальное наблюдение в исследовании выразительных движений.

***Ключевые слова:** визуальное наблюдение, невербальное поведение, выразительные движения.*

У роботі розглядається історія становлення методу візуального спостереження; виділяється і описується три етапи становлення методу: донауковий, науковий і сучасний; аналізуються підходи, що застосовують візуальне спостереження в дослідженні виразних рухів.

***Ключові слова:** візуальне спостереження, невербальна поведінка, виразні рухи.*

In work the history of formation a method of visual supervision is considered; it is allocated and described three stages of formation of a method: until scientific, scientific and modern; the approaches applying visual supervision in research of expressive movements are analyzed.

***Keywords:** visual supervision, un verbal behavior, expressive motions.*

В последнее время в психологической диагностике актуальными становятся вопросы о применении экспресс-методов для оценки различных особенностей личности. Анализ работы практических психологов [1, 6, 7, 10 и др.] в различных учреждениях показывает, что применение в психодиагностических целях таких методов как анкетирование, беседы, тестов, личностных опросников нередко затруднено в силу многих обстоятельств: отказа от процедуры тестирования, не очень высокой достоверности результатов, связанной с сознательным контролем своих ответов человека, долгой процедурой обследования. В связи с этим специалисты ищут методы, которые позво-