

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД
«ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ імені К. Д. УШИНСЬКОГО»

ПІВДЕННИЙ НАУКОВИЙ ЦЕНТР НАЦІОНАЛЬНОЇ
АКАДЕМІЇ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ

Б. Т. Долинський

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ
ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ
ДО ФОРМУВАННЯ
ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ НАВИЧОК
І ВМІНЬ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ
У НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ**

Монографія

Одеса
Видавець М. П. Черкасов
2010

УДК: 378.013+372.37+614

Д 64

ББК 74.58+74.204-221

Рекомендовано до друку вченою радою Південного наукового центру АПН України (протокол № 7 від «9» вересня 2010 року).

Рецензенти: доктор психологічних наук, професор,
дійсний член НАПН України О.Я.Чебикін;
доктор педагогічних наук, професор Л.Є.Петухова;
доктор педагогічних наук, професор Ковальчук Ю.П..

Долинський Б. Т. Теоретико-методичні засади підготовки майбутніх учителів до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів у навчально-виховній діяльності: [монографія] / Борис Тимофійович Долинський. – Одеса: Видавець М. П. Черкасов, 2010. – 265 с.

ISBN 978-617-590-006-2

У монографії висвітлено питання освіти в галузі здоров'я, подано теоретичне обґрунтування здоров'язбережувальної діяльності майбутніх учителів початкової школи, визначено види діяльності майбутніх учителів, спрямованих на збереження і зміцнення здоров'я, розроблено класифікацію здоров'язбережувальних навичок і вмінь, які формуються в молодшому шкільному віці.

Визначено педагогічні умови підготовки майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок та вмінь у молодших школярів, побудовано експериментальну модель й подано змістовий аспект їхньої підготовки до здійснення здоров'язбережувальної діяльності в майбутній професійній діяльності.

Призначено викладачам педагогічних вищих навчальних закладів, учителям-практикам початкової школи, студентам, науковцям.

ББК 74.58+74.204-221

ISBN 978-617-590-006-2

© Б.Т.Долинський, 2010

© ПНЦ НАПН України, 2010

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА.....	5
РОЗДІЛ 1. ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА ПАРАДИГМА В СУЧАСНІЙ ПЕДАГОГІЧНІЙ НАУЦІ.....	12
1.1. Сутність та структура понять «здоров'я» і «здоровий образ життя»	12
1.2. Здоров'язбережувальні навички та вміння.....	33
1.2.1. Психофізіологічні засади формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь.....	33
1.2.2. Класифікація здоров'язбережувальних навичок і вмінь: сутність і характеристика.....	39
1.3. Здоров'язбережувальна діяльність учителя початкової школи.....	52
РОЗДІЛ 2. ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЯК ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА.....	73
2.1. Підготовка майбутніх учителів початкових класів до здоров'язбережувальної діяльності в теорії педагогіки.....	73
2.2. Структура готовності майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів.....	96
РОЗДІЛ 3. ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ ДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ НАВИЧОК І ВМІНЬ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ	121
3.1. Забезпечення позитивної мотивації студентів на здійснення здоров'язбережувальної діяльності з учнями початкової школи...	124
3.2. Взаємозв'язок валеологічної освіти з дисциплінами гуманітарного, соціально-економічного, природничо-наукового,	

	професійного та практичного циклів фахової підготовки майбутніх учителів початкової школи.....	131
3.3.	Насиченість процесу фахової підготовки майбутніх учителів початкової школи інтерактивними методами навчання, спрямованих на формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь.....	139
3.4.	Залучення майбутніх учителів початкової ланки освіти до фізкультурно-оздоровчої та спортивно-ігрової діяльності.....	148
3.5.	Чинники, що сприяють підготовці майбутніх учителів початкової школи до здоров'язбережувальної діяльності.....	156
РОЗДІЛ 4. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА РОБОТА З ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ МОЛОДШИХ КЛАСІВ ДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ НАВИЧОК І ВМІНЬ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ.....		170
4.1.	Аналіз навчальних планів і програм підготовки майбутніх учителів початкової школи.....	170
4.2.	Експериментальна модель і змістовий аспект підготовки майбутніх учителів початкових класів до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів...	192
ВИСНОВКИ.....		226
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....		231

ПЕРЕДМОВА

Актуальність проблеми формування навичок здорового образу життя насамперед визначається різким погіршенням здоров'я підростаючого покоління, що зумовлено соціальним, економічним, екологічним станом українського суспільства на сучасному етапі. З огляду на це, одним із найважливіших завдань вищої школи є підготовка майбутніх учителів, які здатні вирішувати питання збереження здоров'я як учнів, так і свого власного. Сучасний етап розвитку нашого суспільства потребує консолідації свідомості навколо ідеї побудови гуманістично орієнтованої, демократичної держави. Особливого значення набуває модернізація освіти на принципах демократизації та гуманізації, створення умов для всебічного розвитку інтелектуальних і професійних якостей особистості й формування високого рівня її здоров'я [242].

В Україні одним із пріоритетних завдань системи освіти визначено навчання особистості відповідального ставлення як до власного здоров'я, так і здоров'я людей, які оточують. Формування культури здоров'я, навичок здорового способу життя, ціннісного ставлення до власного здоров'я повинно започатковуватися з молодшого шкільного віку. Адже не таємниця, що сьогодні значна кількість дітей має відхилення у здоров'ї і незадовільну фізичну підготовку, що пов'язано з великим навчальним навантаженням молодших школярів, порушенням чергування праці та відпочинку, зменшенням рухової активності учнів.

Значну увагу проблемі збереження та зміцнення здоров'я підростаючого покоління приділено у Законах України «Про освіту», «Про загальну середню освіту», «Про вищу освіту», Постанові Кабінету Міністрів України «Про затвердження Міжгалузевої комплексної програми «Здоров'я нації на 2002-2011 роки», Національній програмі «Діти України», Концепції «Здоров'я через освіту» та ін.

Аналіз наукових джерел засвідчив, що питанням збереження й зміцнення здоров'я приділялася постійна увага науковців різних часів, від античних філософів (Аристотель, Сократ, Гіппократ, І. Кант та ін.) до сучасних учених (В. Бабич, Л. Байкалова, С. Барашков, М. Безруких, В. Бобрицька, О. Бондаренко, В. Бондін, І. Брехман, Е. Вайнер, Р. Вахітов, М. Віленський, Є. Вітун, В. Ірхін, С. Кириленко, О. Ковалеєва, О. Куделіна, С. Лебедченко, Ю. Лісичин, В. Магін, Ю. Мельник, Ю. Можарський, В. Нестеренко, М. Носко, О. Савченко, С. Свириденко, Г. Серіков, В. Сокорєв, С. Страшко, Ю. Степанюк, Л. Татарнікова, Л. Толмачева, М. Чуркіна, С. Шенделєва та ін.). Сьогодні зазначена проблема все більше привертає увагу науковців, предметом досліджень яких є різноманітні аспекти: формування здорового способу життя, валеологічної культури, культури здоров'я (Г. Апанасенко, В. Бобрицька, А. Богуш, М. Болотова, О. Бондаренко, І. Брехман, Є. Булич, Є. Вайнер, О. Ващенко, Г. Власюк, М. Гончаренко, В. Горащук, С. Горбунова, М. Гриньова, Н. Денисенко, О. Дубогай, В. Зайцев, О. Калюжна, С. Кириленко, Т. Книш, С. Коренева, Г. Кривошеєва, О. Куделіна, В. Нестеренко, С. Лапаєнко, І. Мурашов, П. Плахтій, І. Поташнюк, Н. П'ясецька, О. Савченко, С. Свириденко, С. Симоненко, В. Сокорєв, Д. Солопчук, С. Страшко, С. Тищенко, О. Трещева, А. Турчак, О. Філіп'єва, Н. Хамська, Є. Чернишова, Т. Шаповалова, В. Шахненко, Б. Шиян, І. Яковлева та ін.); формування здорового способу життя молодших школярів (С. Кондратюк, О. Савченко, С. Свириденко); збереження та зміцнення здоров'я учнів у сім'ї (Т. Жаровцева, С. Корнієнко); виховання гігієнічних навичок, навчання безпеки життєдіяльності школярів (С. Волкова, Н. Міллер), здоров'язбережувальні технології в підготовці спеціалістів (С. Гримблат, Ю. Кобяков, М. Коржова, М. Носко, К. Оглоблін, М. Сентизова, Г. Соловйов), здоров'язбережувальний простір (Л. Єлькова, В. Ірхін, В. Одінцова, Г. Серіков, С. Сидорчик, Д. Сомов) тощо.

Закономірно, що це відповідальне завдання покладається державою насамперед на вчителя: головна увага має бути зосереджена на підготовці нового покоління педагогів, підвищенні їхньої загальної культури, професійної кваліфікації та соціального статусу до рівня, що відповідає їхній ролі в суспільстві. З огляду на зазначене, перед вищою школою сьогодні постає важливе завдання щодо підготовки майбутнього вчителя, який здатний не лише навчати й виховувати школярів, а й формувати їхню культуру здоров'я, тобто ціннісне ставлення до власного здоров'я. Необхідно готувати майбутніх учителів початкових класів до сумлінної ґрунтовної оздоровчої і профілактичної роботи з молодшими школярами.

Натомість аналіз наукових джерел свідчить, що у вітчизняній педагогіці, на жаль, не надається належної уваги теоретичним і методичним засадам формування готовності майбутніх учителів початкових класів до організації життєдіяльності молодших школярів, навчання й виховання на основі здоров'язбережувальних методик, формування в них здоров'язбережувальних навичок та вмінь, що викликає певні труднощі в подальшій роботі вчителя з учнями особливо в початковій школі, коли закладається фундамент ціннісного ставлення особистості до власного здоров'я. Отже, означене свідчить про наявність низки суперечностей, які вимагають першочергового їх розв'язання, а саме між:

- потребами реалізації мети суспільства щодо виховання здорового покоління і реальним станом теоретико-методичного обґрунтування підготовки майбутніх учителів початкової школи до здійснення здоров'язбережувальної діяльності;

- актуальністю використання в освітньому процесі спеціальних методик збереження та зміцнення здоров'я і недостатньою розробленістю та ефективністю їх на практиці;

- низьким рівнем стану здоров'я учнів і недостатньою підготовленістю вчителів до збереження і зміцнення здоров'я дітей;

- необхідністю формування у молодших школярів здоров'язбережувальних навичок і вмінь і неготовністю до здійснення такої діяльності майбутніх учителів початкової школи;

- зростаючим усвідомленням студентами необхідності отримання знань щодо зміцнення й збереження свого здоров'я та відсутністю необхідного методичного забезпечення процесу формування здоров'язбережувальних навичок та вмінь в умовах сучасних вищих педагогічних навчальних закладів;

- рівнем розробленості сучасних здоров'язбережувальних методик та їх недостатнім практичним упровадженням у навчально-виховний процес вищих педагогічних навчальних закладів.

Формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів здійснюється за умови впровадження у навчально-виховний процес початкової школи здоров'язбережувальної діяльності, що розуміється як складне, багатофункціональне соціальне явище і передбачає впровадження здоров'язбережувальних методик, шляхом застосування відповідних методів та засобів організації навчально-виховного процесу, які не зашкоджують здоров'ю дітей і спрямовані на формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь, що сприяють збереженню фізичного, психічного, соціального, морально-духовного здоров'я учасників навчально-виховного процесу під час навчальної, виховної, ігрової, спортивно-ігрової, фізкультурно-оздоровчої, дозвілєвої, екологічної діяльності.

Формування готовності студентів факультетів початкового навчання майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок у молодших школярів є спеціальним, цілеспрямованим, керованим і вимірюваним процесом, що зумовлює обґрунтування концептуальних ідей дослідження на різних рівнях: методологічному, теоретичному та практико-орієнтованому.

Методологічний рівень відбиває взаємозв'язок і взаємодію наукових підходів до виявлення проблеми формування готовності майбутніх учителів

початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів. Зокрема:

- особистісно-діяльнісний підхід зумовлений тим, що лише в діяльності особистість найбільш повно засвоює необхідні знання й оволодіває відповідними вміннями та навичками майбутньої професійної діяльності. Зважаючи на різноманітність і багатоплановість діяльності, яку здійснює учитель початкової школи (навчально-виховна, спортивно-ігрова, фізкультурно-оздоровча, ігрова, дозвілєва, екологічна та ін.), на нашу думку, застосування саме особистісно-діялісного підходу сприятиме підготовці студентів до такої організації навчальної і позанавчальної роботи з молодшими школярами, що не зашкоджуватиме їхньому здоров'ю, водночас забезпечує відповідно до суб'єкт-суб'єктних позицій залучення молодших школярів до різноманітних видів особистісно-значущої діяльності, її усвідомлення, що сприятиме формуванню в них здоров'язбережувальних навичок і вмінь;

- системний підхід орієнтує на необхідність формування цілісної особистості студентів, що передбачає формування і розвиток їхніх професійних та особистісних якостей, які сприятимуть підготовці до здоров'язбережувальної діяльності в умовах початкової школи;

- культурологічний підхід дозволяє розглядати педагогічні явища на широкому загальнокультурному тлі соціуму як сукупність культурних компонентів, однією із складових якої є культура здоров'я, формуванню якої необхідно приділяти увагу під час навчання студентів у вищому педагогічному навчальному закладі. Основним завданням культурологічного підходу є розвиток майбутнього вчителя початкової школи як суб'єкта, здатного до власного культурного саморозвитку, а також спроможного ввести дитину у світ культури, надати їй допомогу в культурному самовизначенні, враховуючи формування культури здоров'я у навчально-виховному процесі;

- аксіологічний підхід, реалізація якого передбачає формування в майбутніх учителів початкових класів сукупності відносно стійких цінностей педагогічної діяльності, оволодіння якими забезпечує трансформацію їх в особистісно значущі, і передбачає виховання у них індивідуального ідеалу здоров'я, прагнень до самореалізації, що зумовлює необхідність формування у майбутніх учителів, зокрема початкової школи, навичок і вмінь здоров'язбереження, готуючи їх до здійснення такої діяльності з молодшими учнями в подальшій професійній діяльності.

Теоретичні засади дослідження становлять:

- сучасні концепції підготовки майбутніх учителів у вищій школі (Ю. Бабанський, І. Богданова, А. Богуш, Б. Гершунський, С. Гончаренко, О. Дубаченюк, М. Дьяченко, Е. Карпова, Л. Кондрашова, Н. Кузьміна, З. Курлянд, А. Линенко, О. Пехота, В. Радул, О. Савченко, В. Сластьонін та ін.),

- теоретико-методологічні засади формування культури здоров'я особистості (В. Бароненко, Н. Бірюков, І. Брехман, Е. Вайнер, М. Віленський, І. Глінянова, В. Горащук, Г. Зайцев, І. Ільїна, В. Ірхін, Е. Казін, Г. Калпчев, В. Колбанов, М. Колеснікова, Н. Кураєв, В. Магін, М. Носко, І. Пічугіна, О. Шкитирь, А. Щедріна та ін.);

- наукові дослідження в галузі педагогіки здоров'я (Н. Абаскалова, Р. Айзман, Т. Акбашев, Ш. Амонашвілі, А. Амосов, П. Анохіна, Р. Баєвський, Л. Барков, І. Брехман, Е. Вайнер, Д. Давиденко, В. Дубровський, Г. Зайцев, Е. Казін, В. Колбанов, Г. Кураєв, Ю. Лісцин, І. Смирнов, Л. Татарнікова, А. Хрипкова та ін.);

- наукові доробки, присвячені застосуванню здоров'язбережувальних технологій у системі освіти (О. Ахвердова, І. Боєв, Л. Губарева, К. Гюлушанян, І. Малашихіна, Н. Медведєва, В. Муравйова, Г. Соловйов);

- різноманітним аспектам формування культури здоров'я школярів (С. Авчиннікова, Р. Ахундров, О. Бабенкова, В. Вишневський, Е. Воронін, Т. Нікіфорова, О. Новолодська, Е. Федосимов та ін.).

Практико-орієнтований підхід передбачає перевірку ефективності процесу підготовки майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів. Специфіка формування готовності до здійснення зазначеної діяльності вбачається в організації й застосуванні цілісної педагогічної системи, що ґрунтується на створенні здоров'язбережувального освітнього середовища в навчальному закладі і забезпечує результативність впровадження здоров'язбережувальних знань, умінь і навичок у процес безпосередньої практичної діяльності.

РОЗДІЛ 1

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА ПАРАДИГМА В СУЧАСНІЙ ПЕДАГОГІЧНІЙ НАУЦІ

1.1. Сутність та структура понять «здоров'я» і «здоровий образ життя»

Значну увагу проблемі збереження та зміцнення здоров'я підростаючого покоління приділено у Законах України «Про освіту», «Про загальну середню освіту», «Про вищу освіту», Постанові Кабінету Міністрів України «Про затвердження Міжгалузевої комплексної програми «Здоров'я нації на 2002–2011 роки», Національній програмі «Діти України», Концепції «Здоров'я через освіту» та ін. Так, у Законі України «Про загальну середню освіту» від 13 травня 1999 року (ст. 5) наголошується на тому, що завданням загальної середньої освіти є виховання свідомого ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших громадян як найвищої соціальної цінності, формування гігієнічних навичок і засад здорового способу життя, збереження та зміцнення фізичного і психічного здоров'я учнів (вихованців) [110].

У статті 32 Закону України «Про охорону здоров'я» зазначено, що «держава сприяє утвердженню здорового способу життя населення шляхом розповсюдження наукових знань з питань охорони здоров'я, організації медичного, екологічного і фізичного виховання, здійснення заходів, спрямованих на підвищення гігієнічної культури населення, створення необхідних умов, у тому числі медичного контролю, для занять фізкультурою, спортом і туризмом, розвиток мережі профілакторіїв, баз відпочинку та інших оздоровчих закладів, на боротьбу зі шкідливими для здоров'я людини звичками, встановлення системи соціально-економічного стимулювання осіб, які ведуть здоровий спосіб життя» [241, с. 61].

Зазначимо, що визначення сутності поняття «здоров'я», проблеми його формування і збереження були предметом дослідження багатьох науковців (Г. Апанасенко, С. Барашков, Т. Бойченко, І. Брехман, О. Вакуленко,

Д. Венедиктов, С. Горчак, Д. Изуткін, В. Казначеев, Ю. Кобяков, В. Колбанов, Ю. Лісцин, Л. Сущенко, Г. Царегородцев, М. Чуркіна та ін.). Так, здоров'я розуміється як рівень функціонування організму і психіки (Б. Братусь, К. Ясперс та ін.), особистісна зрілість (Г. Оллпорт); універсальна людська цінність (М. Амосов, Ш. Амонашвілі, І. Бех, І. Брехман, М. Віленський, А. Маслоу та ін.).

З метою удосконалення процесу підготовки майбутніх учителів досліджується наповнення змісту освіти питаннями здоров'я (Н. Абаскалова, В. Колбанов, Л. Татарнікова та ін.); здійснюється пошук шляхів збереження й зміцнення здоров'я школярів засобами здоров'язбережувальних технологій (Т. Ахутіна, Н. Смирнов, І. Гезер та ін.), упроваджується валеологічний підхід до підготовки майбутніх учителів (М. Безруких, І. Брехман, Н. Богдан, В. Касаткін, В. Колбанов, Ю. Науменко, Т. Орєхова, Л. Татарнікова та ін.) тощо.

Всесвітньою організацією охорони здоров'я (1948 р.) подано таке визначення здоров'я: «Здоров'я – це стан повного фізичного, духовного та соціального благополуччя, а не тільки відсутність захворювань та дефектів». Цілком погоджуючись з цим визначенням, І. Брехман зауважує, що сьогодні здоров'я повинно розглядатися не як відсутність хвороби, а як збереження і підтримання здоров'я, яке досягається за рахунок потенційних можливостей людини [33].

На жаль, сьогодні вища школа не лише не виконує завдання підготовки майбутніх учителів до здоров'язбережувальної навчально-виховної діяльності, а й проблема збереження здоров'я студентів стає все більш актуальною. У педагогів вищої школи відсутні чіткі орієнтири і реальні можливості для повномасштабної виховної роботи з метою збереження і зміцнення здоров'я студентів; відсутня універсальна сучасна педагогічна технологія оздоровлення студентів, що реально охоплювала б всі аспекти їхньої життєдіяльності і була спрямована на ефективне вирішення питання зміни образу життя й формування потреби в здоровому образі життя;

відсутня можливість реального контролю й обліку стану здоров'я студентів; необхідно розробити теоретичні засади здоров'язбереження й ефективно використовувати їх в освітньому процесу вищого навчального закладу [255, с. 101].

Аналізуючи генезис філософських думок щодо сутності здоров'я і здорового способу життя, С. Омельченко у своєму дослідженні доходить висновку, що ще філософські концепції Стародавнього світу ґрунтувалися на ототожненні фізичної та моральної краси, здоров'я і щастя, правильного способу життя та правильних думок, стану і способу існування людини; за часів Середньовіччя відбувається заміна правильного способу життя на святий спосіб життя, тобто дотримання Божих заповідей уважалося здоровим способом життя; в епоху Відродження людина визначається як частина природи, стверджується думка, що їй підвладне своє здоров'я; філософія Нового часу остаточно зарахувала людину до природного світу й довела, що сутність людини виражається крізь розум, а розум – це те, що допоможе їй піклуватися про здоров'я. У сучасній філософії, зауважує вчена, з кожним днем усе більше розвивається філософія здоров'я й здорового способу життя, виникають нові напрями цієї актуальної проблеми [189].

Зважаючи на це, одним із методологічних концептів, покладених в основу започаткованого дослідження обрано аксіологічний, що передбачає вироблення у майбутніх учителів позитивного ставлення до свого здоров'я і здоров'я вихованців як найвищої цінності.

Підвищення рівня здоров'я залежить передусім від самої людини, отже, завданням педагогів вищої школи є цілеспрямована, свідома робота з майбутніми вчителями щодо розвитку їхніх життєвих ресурсів, намагання зробити здоровий образ життя сутнісною характеристикою їхньої життєдіяльності. Зауважимо, що дотримання здорового способу життя впливає не лише на формування, збереження і зміцнення здоров'я, а й сприяє інтелектуальному і духовному розвитку особистості, успішному навчанню та праці. Позитивно впливаючи на стан здоров'я особистості, на формування

рис характеру (вольових, моральних тощо), здоровий спосіб життя допомагає долати навантаження (психічні, фізичні, емоційні), стресові ситуації, якими насичена діяльність учителя початкових класів, підвищує його працездатність.

З огляду на зазначене, вчителі, основним завданням яких є навчання і виховання учнів, повинні мати відповідну підготовку в галузі формування й збереження здоров'я своїх вихованців. І насамперед це стосується учителів початкових класів, оскільки саме в молодших класах закладаються основи свідомого ставлення дітей до власного здоров'я, і оскільки провідною діяльністю молодших школярів є навчальна, то саме у цьому процесі повинна формуватися в них готовність до збереження і зміцнення свого здоров'я.

Отже, перед вищою педагогічною школою постає завдання не лише підготувати висококваліфікованих учителів, а й спрямувати їх на вирішення проблем збереження і зміцнення здоров'я, формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у школярів.

Таким чином, акцентування у вищому педагогічному навчальному закладі на здоров'ї як найвищої цінності особистості і суспільства сприятиме формуванню у студентів культури здоров'я, дотримання здорового образу життя, зміцнення фізичного, психічного, емоційного, соціального здоров'я. Це підтверджує і дослідження М. Чуркіної, у якому наголошується, що в умовах сьогодення здоров'я і здоровий образ життя розглядаються як специфічні ціннісні утворення, які безпосередньо співвідносяться (корелюють) з показниками, що характеризують фізичне, соціальне та психічне благополуччя особистості, а також з вираженими тенденціями самореалізації. Зокрема вона зауважує, що здоров'я може виступати як одна з домінуювальних людських цінностей, які визначають цілі, наміри та дії не лише окремих індивідів, а й соціальних груп, інститутів, суспільства в цілому [269].

Здоров'я людини визначає її можливості задовольняти свої потреби і розуміється науковцями (С. Злепко, Л. Коваль, В. Петренко, С. Петрушин,

Д. Штофель) як здатність систем організму забезпечувати реалізацію фенотипічних програм безумовно-рефлекторних, інстинктивних процесів, генеративних функцій, розумової діяльності і фенотипічної поведінки, спрямованої на соціальну та культурну сферу життя [243].

С. Сидорчик наголошує на тому, що на відміну від трактування у науці впродовж досить тривалого часу здоров'я як проблеми індивідуально-особистісного буття, що має значення для виживання й розвитку окремого індивіда, на сучасному етапі здоров'я розглядається як значущий феномен власне соціального буття, як структуротвірний фактор соціальності, в тому числі як фактор успішності професійної соціалізації. Тобто здоров'я виступає характеристикою цілісного, акмеологічного розвитку людини як суб'єкта праці [229]. Аналогічної думки дотримуються й інші науковці (В. Гаврилюк, О. Гречишкіна, Л. Животовська, А. Міненко, О. Савонова, С. Страшко), які розуміють індивідуальне здоров'я як генетично й екологічно визначений потенціал життєвої енергії, що забезпечує тривале виживання й соціальну активність людини в різних умовах життя і трудової діяльності [241].

Основним механізмом збереження здоров'я, зазначає В. Лелека, є гомеостаз – здатність організму за допомогою систем зворотних зв'язків забезпечити постійність свого внутрішнього середовища, незалежно від зміни навколишніх умов. Іншою фундаментальною здатністю організму, яку він використовує для збереження здоров'я, є адаптація – пристосування до довкілля у відповідь на подразники [151].

Більш широко розглядає здоров'я М. Сентизова, визначаючи теоретико-методологічні засади формування й розвитку здорової особистості. Зокрема вона зауважує, що здоров'я – це цілісний фізичний, інтелектуальний, моральний стан особистості, її морально-вольових, ціннісно-мотиваційних настанов, що сприяють підвищенню рівня функціонального стану організму в цілому [225].

Здоров'я, акцентує С. Барашков, є категорія не лише біологічна, а й глибоко соціальна і психологічна, що регулюється та керується як

соціальними інститутами, так і самою особистістю. Тому збереження та зміцнення здоров'я дітей і молоді є першочерговою й нагальною потребою суспільства [14].

Як цілісний багатомірний стан розглядають здоров'я й інші науковці (О. Куц, В. Романенко), зауважуючи при цьому, що він визначається за п'ятьма основними критеріями: рівень та гармонійність фізичного розвитку людини; функціональний стан організму (його резервні можливості); рівень імунного захисту і неспецифічної резистентності; відсутність (чи наявність) дефектів розвитку або захворювань; рівень морально-вольових якостей і ціннісно-мотиваційних уявлень [218]. Д. Солопчук наголошує на тому, що здоров'я – це складне багатопланове поняття, і розглядає це поняття з позиції його взаємозв'язку фізичних, психічних, соціальних аспектів у тісній взаємодії з довкіллям [239].

Як ми бачимо, науковці по-різному трактують поняття «здоров'я», проте, всі вони зауважують, що це явище багатомірне, оскільки містить декілька компонентів. Цілком погоджуючись з ними в тому, що індивідуальне здоров'я людини складається із психічного, фізичного, морального, духовного, соціального, додамо, що у структурі індивідуального здоров'я майбутнього вчителя початкових класів, на нашу думку, необхідно виокремити й таку складову, як професійне здоров'я (див. схему 1.1).

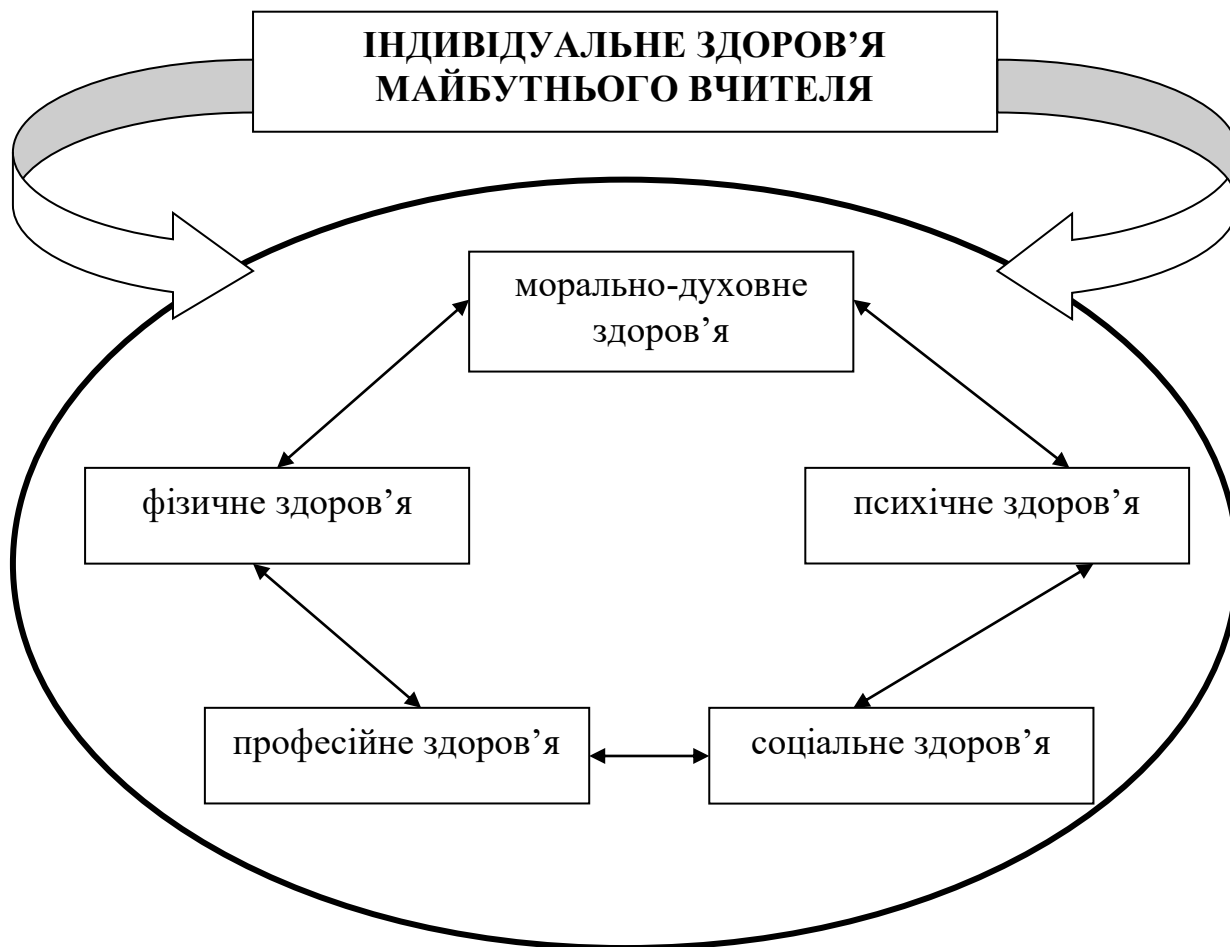


Схема 1.1. Складові індивідуального здоров'я майбутнього вчителя

Як видно зі схеми, всі складові здоров'я взаємопов'язані та взаємозумовлені. Розглянемо сутність основних складових індивідуального здоров'я особистості майбутнього вчителя початкових класів, формування і розвиток яких необхідно враховувати під час їхнього навчання у вищому педагогічному навчальному закладі.

Переконані, що важливою складовою індивідуального здоров'я є **психічне здоров'я**, яке насамперед виражається в астенічному й невротичному станах людини, депресії, вегето-судинній дистонії тощо. Саме такі патологічні стани характерні для професії вчителя. А це, у свою чергу, призводить до зниження рівня працездатності педагогів, погіршення стосунків з адміністрацією, колегами, дітьми та їхніми батьками, спричинює

конфлікти в сім'ї.

Психічне здоров'я залежить насамперед від стану головно мозку й визначається рівнем та якістю мислення, розвитком уваги і пам'яті, ступенем емоційної усталеності, розвитком вольових якостей; характеризується відчуттям комфортності особистості в соціумі, відсутністю вад особистого розвитку, здатністю протидіяти стресу.

М. Бердяєв доходить висновку про те, що особливою цінністю психічного здоров'я є такі властивості, як здатність особистості шляхом своєї діяльності формувати й зберігати в собі такі моральні якості, чуйність, здібність до захисту і збереження життя, повага до гідності іншої особистості, вміння володіти своїми пристрастями, протистояти негативним інстинктам і схильностям. Він пропагує думку про те, що людство повинно панувати над природним, а не природне над людством. Контроль над проявом своїх емоцій, наголошує М. Бердяєв, забезпечує оптимальну життєдіяльність, що стає показником рівня психічного здоров'я [17].

С. Болтинець зауважує, що психічне здоров'я забезпечує процесуальну цілісність особистості, що адекватна внутрішній природі, взаємодіє із самим собою та довкіллям. Відтак, цілком поділяючи твердження науковця, зазначимо, що у фаховій підготовці майбутніх учителів початкової школи важливим фактором забезпечення психічного здоров'я виступають пізнавальні здібності, активність, прагнення до самопізнання, самоосвіти, самовдосконалення тощо [26].

За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я (1979 р.), психічне здоров'я є певним резервом сил людини, завдяки якому вона може долати несподівані стреси чи ускладнення, що виникають у виключних обставинах; психічне здоров'я – стан, що сприяє найбільш повному фізичному, розумовому та емоційному розвитку людини і містить високу свідомість, розвинене мислення, значну внутрішню моральну силу [241].

До сфери психічного здоров'я, на думку В. Нестеренко, належать індивідуальні особливості психічних процесів і властивостей людини,

наприклад, збудженість, емоційність, чутливість. Психічне здоров'я індивіда складається з його потреб, інтересів, мотивів, стимулів, настанов, цілей, уявлень, почуттів тощо. Психічне здоров'я пов'язано з особливостями мислення, характеру, здібностей. Усі ці складові і чинники зумовлюють особливості індивідуальних реакцій на життєві ситуації, вірогідність стресів, афектів [182].

Спираючись на вищезазначене, доходимо висновку, що психічне здоров'я – це сукупність настанов, якостей і функціональних здібностей людини, що дозволяє їй адаптуватися до довкілля і є необхідним у професійній діяльності вчителя початкової школи. Психічне здоров'я утворюють позитивні емоції і почуття, воля, самосвідомість, самовиховання, мотивація поведінки, стреси, психотравми, резерви психологічних можливостей людини, запобігання шкідливим звичкам, формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь.

Іншою важливою складовою індивідуального здоров'я особистості є **фізичне здоров'я**. Вважаємо, що без фізичного здоров'я неможливо здійснювати професійну діяльність, особливо педагогічну, оскільки навчально-виховний процес у загальноосвітній школі повинен бути спрямований на розвиток й удосконалення фізичних, рухових якостей особистості дітей. Особливо важливим цей вид діяльності є в початковій школі.

Фізичне здоров'я – це природний стан організму, обумовлений нормальним функціонуванням усіх його органів, систем. Фізичне здоров'я – це досконалість саморегуляції в організмі, гармонія фізіологічних процесів максимальна адаптація; це стан росту й розвитку органів і систем організму, основу якого складають морфологічні та функціональні резерви, що забезпечують адаптаційні реакції [237].

Виокремлюють також і соматичне здоров'я, основу якого складає біологічна програма індивідуального розвитку особистості, опосередкована базовими потребами, що домінують на різних етапах онтогенетичного

розвитку [237]. Проте, ми вважаємо, що це поняття входить до поняття фізичного здоров'я людини.

Фізичне здоров'я визначають такі чинники, як індивідуальні особливості анатомічної будови тіла, фізіологічні функції організму в різних умовах спокою, руху, довкілля, генетичної спадщини, рівні фізичного розвитку органів і систем організму [182]. Фізичне здоров'я складає організм людини як біологічної системи: органи і системи життєзабезпечення, їх функції та здоровий стан, фізична діяльність і біохімічні процеси, гігієна тіла, рухова активність, здорове харчування, генетичне і репродуктивне здоров'я, профілактика хвороб, фізичний розвиток.

Підсумовуючи вищезазначене, доходимо висновку, що фізичне здоров'я майбутнього вчителя початкової школи забезпечується позитивним ставленням до здоров'я як до загальнолюдської цінності, достатньою руховою активністю, раціональним харчуванням, дотриманням санітарно-гігієнічних навичок, а також визнанням необхідності занять фізкультурно-оздоровчими, спортивно-ігровими вправами, що сприятимуть не лише формуванню у них здоров'язберезувальних навичок і вмінь, зміцненню їхнього фізичного здоров'я, а й набуттю умінь організовувати відповідну здоров'язберезувальну діяльність у подальшій професійній діяльності.

Моральне здоров'я визначається тими моральними принципами, що є основою соціального життя людини, тобто життя в певному людському суспільстві. Відмітними ознаками морального здоров'я, на думку С. Омельченко, є насамперед свідоме ставлення до праці, оволодіння скарбами культури, активне неприйняття вдач і звичок, що суперечать нормальному способу життя. Ми цілком згодні з ученою в тому, що фізично і психічно здорова людина може бути моральним виродком, якщо вона зневажає нормами моралі [189]. З огляду на зазначене під час навчання майбутніх учителів початкової школи перед викладачами вищого педагогічного навчального закладу постає важливе завдання формування здоров'язберезувальних навичок і вмінь, що сприятимуть збереженню і

зміцненню морального здоров'я студентів. Особливо важливим це вбачається за умов занепаду моральних устоїв, що, на жаль, властиво для нашого суспільства. І одним із найважливіших завдань, які сьогодні повинна вирішувати початкова школа, є формування моральних якостей молодших школярів, що слугуватимуть фундаментом морального здоров'я.

Дуже близьким до морального є духовне здоров'я. Духовне здоров'я розуміється науковцями (Н. Малярчук та ін.) не лише як максимальний рівень самореалізації особистості, що характеризується автономністю, почуттям прекрасного, альтруїзмом, турботою про досягнення щастя, благополуччя і здоров'я для себе й для людей, які оточують, прийняттям відповідальності за долю світу. Це, зауважує науковець, й особливе напруження, пов'язане з потенційним сенсом і цінностями, що вимагають здійснення вищого призначення людини [162].

Духовне здоров'я характеризується відчуттям гармонії, прагненням до збереження загальнолюдських цінностей, співвідношенням моральності і політики. Духовне здоров'я залежить від духовного світу особистості, його сприйняття складових духовної культури людства – освіти, науки, мистецтва, релігії, моралі, етики. Свідомість людини, її ментальність, життєва самоідентифікація, ставлення до сенсу життя, оцінка реалізації власних здібностей і можливостей у контексті власних ідеалів і світогляду – все це визначає стан духовного здоров'я індивіда [182].

Духовне здоров'я – це здоров'я в системі загальнолюдських цінностей, ідеал здорової людини, традиції культури українського народу, розвиток позитивних духовних рис, духовні цінності й засоби розвитку духовності.

З огляду на те, що поняття моральне здоров'я і духовне здоров'я близькі за своїм значенням, у дослідженні ми розглядатимемо **морально-духовне здоров'я**, під яким ми розуміємо наявність у майбутніх учителів початкової школи системи цінностей, настанов і мотивів їхньої поведінки у професійній діяльності, що передбачає формування відповідних здоров'язбережувальних навичок і вмінь, спрямованих на розвиток високої

духовності людини і пов'язаних з такими загальнолюдськими цінностями, як добро, любов, краса і т. ін. і є передумовою їхнього самоствердження у суспільстві і професійній педагогічній діяльності.

О. Приступа досліджувала проблеми **соціального здоров'я** й дійшла висновку, що воно є одним із головних факторів забезпечення соціального благополуччя підростаючого покоління, результатом цілеспрямованого педагогічного процесу. Воно, наголошує вчена, являє собою сформованість соціально прийнятного, морально нормативного досвіду взаємодії особистості з соціумом, що виявляється в саморегуляції поведінки в умовах, які змінюються, спрямованої на узгодження із самим собою, а також здатність до задоволення соціальних інтересів і потреб, до інтеграції у соціум. До структури соціального здоров'я науковець відносить духовно-моральний (наслідування соціальних моральних норм, наявність соціальних знань, умінь та навичок), соціально-поведінський (усталеність особистості до соціально-несприятливих факторів середовища та сформованість навичок саморегуляції поведінки), соціально-психологічний (соціальна спрямованість особистості, задовільна соціальна адаптивність) і соціокультурний (високий рівень соціального розвитку, сформована соціальна готовність, соціально корисний досвід) компоненти [205].

Соціальне здоров'я, на думку Г. Нікіфорова, відображається через такі характеристики, як-от: адекватне сприйняття соціальної реальності; інтерес до довкілля; адаптація до фізичної і суспільної сфер; спрямованість на суспільно корисну працю; альтруїзм; емпатія; відповідальність перед іншими; демократизм у поведінці [212].

Соціальне здоров'я індивіда, зауважує В. Нестеренко, залежить від економічних чинників, його стосунків із структурними одиницями соціуму – сім'єю, організаціями, через які відбуваються соціальні зв'язки – праця, відпочинок, побут, соціальний захист, охорона здоров'я, безпека існування тощо. Крім того, потрібно враховувати міжетнічні стосунки, різницю у прибутках різних соціальних категорій суспільства, рівень матеріального

виробництва, техніки і технологій, їх суперечливий вплив на здоров'я загалом. Ці чинники і складові створюють відчуття соціальної захищеності (або незахищеності), що суттєво впливає на здоров'я людини. У загальному вигляді соціальне здоров'я детерміноване характером і рівнем розвитку, що притаманне головним сферам суспільного життя в певному середовищі – економічному, політичному, соціальному, духовному [182].

Відтак, соціальна складова здоров'я передбачає наявність у майбутніх учителів початкової школи сформованих знань, умінь і навичок спілкування (дітьми, їхніми батьками, колегами тощо), соціальної поведінки у професійній діяльності і соціумі, що відповідає нормам, які ставить до вчителя суспільство, і не зашкоджують як їхньому здоров'ю, так і здоров'ю вихованців.

Як ми вже зазначали, важливим у педагогічній діяльності вчителя є **професійне здоров'я**. Науковці (М. Амосов, І. Брехман, Е. Вайнер та ін.) розуміють здоров'я як цілісність усіх складових благополучної особистості: фізичної, психічної, моральної, професійної. Під професійним здоров'ям А. Маклаков розуміє певний рівень характеристик здоров'я спеціаліста, який відповідає вимогам професійної діяльності й забезпечує її високу ефективність [160].

С. Орленко професійне здоров'я визначає як функціональний стан організму за фізичними і психічними показниками з метою оцінки його здатності до певної професійної діяльності, а також стійкості до несприятливих факторів, що супроводжують цю діяльність. Вона зауважує, що професійне здоров'я учителя – це складне і багатокомпонентне поняття, яке містить у собі, крім професійної придатності, і фізичне, і психічне здоров'я, що знаходиться у сфері відповідальності самої людини [193].

Досліджуючи проблеми професійного здоров'я чи нездоров'я учителів, Л. Мітіна доходить висновку, що основними показниками його є: особистісні якості (конфліктність, егоцентризм, невірноваженість); емоційний стан (роздратованість, депресія, гнів, тривога); процеси самокерування

(самоуправління, самоконтроль, труднощі в оцінці ситуації, прогнозування дій) [170].

Формування в майбутніх учителів початкової школи навичок збереження професійного здоров'я, на нашу думку, є одним із найважливіших завдань вищої школи, зважаючи на те, що професійна діяльність учителя в умовах сьогодення, на жаль, не сприяє його здоров'ю. Нами було проведене пілотажне опитування учителів початкових класів Одеської і Миколаївської областей. В опитуванні взяли участь 180 учителів початкової школи. Так, за результатами опитування учителів більшість із них (78 %) постійно відчують психологічний дискомфорт під час роботи; 81 % перебувають у постійному стресовому стані, що негативно позначається на їхньому здоров'ї і викликає нервові та серцево-судинні захворювання.

Значна кількість учителів початкових класів (92 %) акцентують на професійній завантаженості. Адже не таємниця, що професія педагога є професією підвищеного рівня стресового навантаження й енерговитрачання. Такий стан, на нашу думку, викликаний певними особливостями вчительської професії. Так, однією з особливостей праці вчителя є необхідність постійно розподіляти увагу, виконувати декілька видів діяльності одночасно. Друга полягає у відсутності постійного режиму дня. Це пов'язано з тим, що розклад занять часто змінюється, у більшості шкіл учителям доводиться працювати у дві зміни. Зазначене призводить до зниження працездатності, емоційних зривів, появи неврозів навіть у досвідчених педагогів. Значною мірою на професійне здоров'я впливає й недостатність фізичного навантаження учителів.

Проведене нами пілотажне дослідження виявило, що напруженість у професії сьогодні здебільшого викликають такі причини, як незадоволеність матеріальним станом. Цю причину вказали приблизно 98 % опитуваних. 82 % учителів невпевнені в завтрашньому дні, їх тривожить нестабільність, На втому від нервових перевантажень посиляються 93 % педагогів, а 68 % відзначають неможливість переносити стреси. Багато в чому на професійне

здоров'я учителів впливають відносини з адміністрацією навчального закладу, як несумісні визначили свої відносини 57 % педагогів. Все це призводить до того, що вчителі втрачають здатність до швидких і адекватних рішень, виявляють пасивність у міжособистісних конфліктах з учнями та їхніми батьками, внаслідок чого виникає певна формалізація відносин, наступає емоційне виснаження. Як наслідок виникає цинічне ставлення до праці й об'єктів своєї праці (негуманне, байдуже ставлення до учнів тощо). Редукція професійних досягнень – це виникнення відчуття некомпетентності у своїй професійній сфері, усвідомлення неуспіху в ній (за С. Орленко [193]).

Зазначені труднощі у вчительській професії підтверджено й нашими тривалими спостереженнями, які виявили, що переважна більшість учителів початкової школи страждає від хронічної втоми, що викликана насамперед тривожністю, недостатньою кількістю позитивних емоцій, неможливістю досягти поставленої мети тощо.

Зауважимо, що певний дискомфорт, за свідченням учителів, пов'язаний і з незадоволеністю обладнанням шкіл технічними засобами, недостатнім забезпеченням необхідними методичними та навчальними матеріалами, що не дозволяє на високому ефективному рівні забезпечити організацію навчально-виховного процесу.

Переконані, що крім означених недоліків, значною мірою на такий стан учителів впливає й недотримання ними здорового способу життя, несформованість важливих здоров'язбережувальних навичок і вмінь, небажання опікуватися власним здоров'ям і т. ін. Це має негативні наслідки. Так, недотримання вчителем культури здоров'я, здорового образу життя призводить до симптомів вигорання, які на думку С. Орленко, можна розділити на фізичні (втома, відчуття виснаження, часті головні болі, розладнання шлунково-кишкового тракту, надлишок або недостатність ваги, безсоння), психологічні та поведінські (робота стає все тяжчою, а здатність виконувати її – все меншою; відчуття образи й розчарування, провини, гніву, роздратованість; відчуття всемогутності – влада над долею учнів; підвищене

почуття відповідальності за учнів; загальна негативна настанова на життєві перспективи; часте зловживання алкоголю тощо). Деякі з ознак, уважає вчена, є неусвідомленою спробою отримати полегшення без установалення проблеми. Поділяючи в цілому висловлені С. Орленко положення, зауважимо, що нею не виокремлюються шляхи і засоби попередження виникнення такого стану у майбутніх учителів, не акцентується на формуванні відповідних життєвих навичок, що сприяли би збереженню фізичного, психічного, морального, соціального і професійного здоров'я у подальшій педагогічній діяльності.

До того ж учителі початкової школи є взірцем для своїх учнів і в тому разі, якщо вони відчують стресове напруження, це може спричинити виникнення відповідного стану й у школярів. Ознаками стресового напруження є: неможливість зосередитися на чомусь; занадто часті помилки в роботі; погіршення пам'яті; відчуття втоми, що виникає занадто часто; дуже швидке мовлення; часті болі, не спричинені фізичними проблемами; підвищена збудженість; робота не приносить радості; втрата почуття гумору; різке зростання кількості випалених цигарок; пристрасть до спиртного; постійне відчуття голоду або відсутність апетиту чи смаку до їжі; неможливість вчасно закінчити роботу (за Б. Шефером).

Наслідками процесу вигорання є вкрай низька ефективність і продуктивність учительської діяльності, незадоволеність працею, значне погіршення здоров'я педагога.

Отже, професійне здоров'я учителя визначається як цілісний багатомірний динамічний стан організму, що дозволяє педагогу максимально реалізовувати свій творчий потенціал у професійно-педагогічній діяльності. Майбутні вчителі початкової школи повинні достатньо чітко усвідомлювати цінність власного здоров'я й використовувати для його збереження і зміцнення весь арсенал сучасних педагогічних технологій. Проте, незважаючи на високі вимоги в умовах сьогодення до рівня здоров'я педагогів, воно характеризується низькими показниками.

Переконані, що формування свідомого ставлення до власного професійного здоров'я повинно розпочинатися під час навчання майбутніх учителів. На жаль, сьогодні в більшості вищих навчальних закладів не створюються необхідні умови, які сприяли б усвідомленню студентами значущості професійного здоров'я, недостатньо розроблені механізми формування в них здоров'язбережувальних навичок і вмінь, вироблення позитивного ставлення до здоров'я як до необхідної умови здійснення професійної діяльності, важливої професійної цінності.

Науково обґрунтованим є той факт, що фізичне, психічне, моральне, духовне і професійне здоров'я взаємопов'язані між собою, тобто в тому разі, якщо людина має певні відхилення у психіці, то це безумовно відобразиться на інших гранях, які й складають індивідуальне здоров'я особистості.

З огляду на вищезазначене, важливого значення під час навчання у вищому педагогічному навчальному закладі набуває пропагування здорового образу життя. Однак, зауважують учені (В. Гаврилюк, О. Гречишкіна, Л. Животовська, А. Міненко, О. Савонова, С. Страшко та ін.), зазвичай пропаганда здорового образу життя проводиться за старими шаблонами і в основному формально, тому й не сприймається молоддю [241]. Однією з причин недостатньої ефективності освітньо-виховного процесу вищої школи, на думку С. Радаєвої, є недосконалість традиційної системи організації фізкультурно-спортивної діяльності [215].

Здоровий спосіб життя Д. Солопчук визначає як діяльність, що спрямована на зміцнення фізичного, психічного та соціального здоров'я [239].

Здоровий образ життя, зауважує Ю. Кобяков, є елементом культури, що як субстанція сутності людини є системою, яка розвивається, і в цьому контексті здоровий образ життя повинен розглядатись як рухлива, динамічна, заснована на ціннісних орієнтаціях особистості, програма проєктивного і цілепокладального характеру, призначення якої полягає у профілактиці захворювань, розвитку й збереженні здоров'я, підвищенні якості життя та

його пролонгації. На підставі аналізу наукових доробок науковців (М. Амосов, І. Брехман, В. Заціорський, М. Віленський, П. Віноградов, Г. Малахов, І. Муравов, Н. Семенова) автор доходить висновку, що структурну основу здорового образу життя складають щонайменше п'ять факторів: активний руховий режим, раціональний режим харчування, оптимальна реакція на подразники зовнішнього світу, характер дихання, загартовування [130, с. 17].

Р. Вахітов присвятив своє дослідження розв'язанню проблеми формування здорового образу життя студентів університету на основі механізмів рефлексії. Під здоровим образом життя він розуміє реалізацію комплексу єдиної науково-обґрунтованої медико-біологічної і соціально-психолого-педагогічної системи профілактичних заходів, в якій важливе значення мають: а) активне фізичне виховання; б) належне сполучення праці й відпочинку; в) розвиток усталеності до психоемоційних перенавантажень; г) подолання труднощів, пов'язаних зі складними екологічними умовами мешкання; д) усунення гіпокінезії [37].

Визначаючи структуру здорового образу життя студентів, деякі вчені (Ю. Можарський, І. Чорнобай) указують, що здоровий образ життя відбиває узагальнену типову структуру форм життєдіяльності людини, для якої характерна єдність і доцільність процесів самоорганізації та самодисципліни, саморегуляції і саморозвитку, що спрямовані на зміцнення адаптивних можливостей організму, повноцінну самореалізацію своїх сутнісних сил, таланту та здібностей у загальнокультурному і соціальному розвитку, життєдіяльності в цілому [173, с.74].

С. Омельченко розглядає здоровий образ життя як взаємодію, взаємозалежність певних аспектів життя: фізичного, інтелектуального, емоційного, соціального, морального, особистісного; як етап повного фізичного, психічного, соціального здоров'я та добробуту людини; як потребу і вимогу часу; умову гармонійного життя та щастя; діяльність людини в напрямі зміцнення індивідуального і суспільного здоров'я [189].

Відтак, вища школа покликана не лише підготувати майбутніх учителів до здійснення професійної діяльності, а й, з урахуванням вищезазначеного, сформувати в них навички здорового способу життя, що на думку В. Бобрицької, передбачає реалізацію кожним студентом професійно вмотивованої, усвідомленої, тривалої у часі діяльності в напрямі поліпшення успадкованих резервів здоров'я, удосконалення (корекції) індивідуальних форм життєдіяльності і стилю життя. Результатом і головною метою формування здорового образу життя у майбутніх учителів у процесі навчання, зауважує вчена, є створення у них ціннісно-орієнтованої настанови на здоров'я і здоровий спосіб життя, складником якої є готовність до опанування знань, умінь і навичок організації здорової життєдіяльності своєї та учнів у професійній діяльності [23].

Здоровий образ життя відображає узагальнену типову структуру форм життєдіяльності студентів, для якої характерні єдність і доцільність процесів самоорганізації та самодисципліни, спрямованих на укріплення адаптивних можливостей організму, повноцінну саморегуляцію своїх сутнісних сил, дарувань та здібностей у загальнокультурному і професійному розвитку, життєдіяльності в цілому. В умовах здорового образу життя відповідальність за здоров'я формується у студента як частина загальнокультурного розвитку, що виявляється в єдності стильових особливостей поведінки, здатності побудувати себе як особистість відповідно до власних уявлень про повноцінне в духовному, моральному і фізичному ставленні до життя.

З огляду на зазначене, К. Оглоблін зауважує, що здоровий образ життя пов'язаний з особистісно-мотиваційним утіленням індивідами своїх соціальних, психологічних, фізичних можливостей і здібностей. Він виокремлює три основних мотиви здорового образу життя: 1) здоров'я як особистісний засіб досягнення кар'єри, успіху в житті, досягнення матеріального благополуччя (соціальне благополуччя) і т. ін.; 2) здоров'я як необхідну умову для особистісного росту, особистого щастя, відчуття духовної досконалості, самодостатності та ін. (духовне і душевне

благополуччя); 3) здоров'я як важливу умову фізичної досконалості, створення повноцінних сексуальних відносин, сім'ї тощо (фізичне благополуччя) [186].

Щоб стати основою повсякденної діяльності й поведінки, знання про здоров'я повинні усвідомлюватися, зазначає Н. Малярчук. Це усвідомлення відбувається у процесі їх «відчування» й емоційного «переживання», закріплюється у ході виконання спеціальних здоров'язбережувальних вправ та здоров'яформуючої практичної діяльності, що забезпечує особисту значущість цих знань, їх усвідомлення і формує суб'єктне ціннісне ставлення особистості до здоров'я. У процесі переживання відбувається інтеріоризація отриманих знань і перетворення їх у переконання, здійснюється перехід від знання до усвідомлення. Емоційно-чуттєве ставлення створює те тло, на підґрунті якого формуються потреби й мотиви, що є передумовою психологічної готовності до здоров'яформувального типу діяльності, розвивається здатність особистості до аналізу власної поведінки в соціоприродному середовищі до об'єктивної самооцінки, відбувається екстеріоризація знання та його практична реалізація [162]. Тобто йдеться про формування в особистості здоров'язбережувальних навичок і вмінь, хоча науковцем і не виживається такий термін, не акцентується на їх ролі в життєдіяльності особистості.

Відповідно до Закону України «Про загальну середню освіту» одним із завдань школи є виховання свідомого ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших громадян як до найвищої соціальної цінності, формування гігієнічних навичок і засад здорового способу життя, збереження і зміцнення фізичного та психічного здоров'я учнів (вихованців) [241, с. 59]. З огляду на зазначене, вчитель повинен бути готовим до здійснення такої діяльності в умовах загальноосвітнього навчального закладу, а підготовка до неї повинна відбуватись у навчально-виховному процесі вищої школи. Відомо, що у хворих учителів не може бути здорових учнів, тому важливо, щоб подаючи приклад своїм вихованцям, учитель був здоровим і фізично, і морально, і

психічно; не лише пропагував здоровий образ життя, а й сам дотримувався його в повсякденному житті та діяльності для власного оздоровлення.

Відтак, вища школа покликана не лише підготувати майбутніх учителів до здійснення професійної діяльності, а й сформувати навички здорового образу життя. **Здоровий образ життя учителя початкової школи**, на нашу думку, передбачає сформованість навичок повсякденної поведінки, що спрямована на збереження і зміцнення власного здоров'я (фізичного, психічного, морального, духовного соціального, професійного), дотримання ціннісних настанов щодо здоров'я і здійснення педагогічної діяльності, що ґрунтується на організації навчально-виховного процесу з урахуванням формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів.

О. Плаксіна у своєму дослідженні з проблеми формування ціннісного ставлення до здорового образу життя у студентів педагогічних спеціальностей університету зазначає, що поняття здорового образу життя набагато ширше, ніж відсутність шкідливих звичок, режим праці і відпочинку, система харчування, різноманітні загартовуючі і розвивальні вправи; до нього також входить система ставлення до себе, до іншої людини, до життя в цілому, а також усвідомленість буття, життєві цілі і цінності.

Вчена доходить висновку, що здоровий образ життя є однією з людських цінностей за такими підставами:

- по-перше, здоровий образ життя є орієнтиром, ідеалом, до якого повинна прагнути людина, що бажає зберегти і зміцнити своє здоров'я;
- по-друге, здоровий образ життя служить засобом формування, зміцнення і збереження здоров'я;
- по-третє, здоровий образ життя – це мета, здійснення якої дозволяє людині відмовитися від шкідливих звичок, підвищити соціальну активність і соціальний статус, реалізувати потреби в самоактуалізації, досягти високої працездатності й раціональної організації всієї життєдіяльності;
- по-четверте, здоровий образ життя має сенс, завдяки чому наповнюється сенсом і життя людини, яка максимально наближається до

реалізації своїх принципів і життєвих устремлінь [202].

Підсумовуючи вищезазначене, ми доходимо висновку, що одним із головних завдань підготовки у вищій школі майбутніх учителів початкових класів є формування ставлення до власного здоров'я і здоров'я дітей як найвищої загальнолюдської цінності, спрямування на здобуття відповідних знань, умінь та навичок, а також формування їхньої готовності до організації навчально-виховного процесу з упровадженням інноваційних здоров'язбережувальних методик, що передбачають формування й розвиток у дітей здоров'язбережувальних навичок і вмінь, дотримання ними здорового образу життя.

З огляду на це, нам вбачається доцільним розглянути сутність понять «навички», «уміння», «життєві навички», «здоров'язбережувальні навички та вміння» і визначити, які саме навички й уміння можливо формувати в молодшому шкільному віці.

1.2. Здоров'язбережувальні навички та вміння

1.2.1. Психофізіологічні засади формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь.

Аналіз наукової психолого-педагогічної літератури засвідчив, що сьогодні не існує однозначного визначення понять «навички» та «вміння». З одного боку, уміння визначаються як більш висока психологічна категорія, ніж навички, з іншого – навички є більш високою стадією оволодіння фізичними вправами і трудовими діями, ніж уміння. Одні автори (Є. Бойко, Б. Ломов, В. Чебишева та ін.) під уміннями розуміють можливість здійснювати на професійному рівні будь-яку діяльність, при цьому вміння формуються на базі кількох навичок, що характеризують ступінь оволодіння діями, тому навички передують умінням. Інші (Б. Ашмарін, Є. Гур'янов, А. Пуні, П. Рудик та ін.) під уміннями розуміють можливість здійснювати якусь дію, операцію, тобто вміння передуює навичкам, які потрібно розглядати

як більш досконалу стадію оволодіння діями.

Розглядаючи поняття «уміння» і «навички», Б. Айсмонтас доходить висновку, що вони схожі в тому, що характеризують здатність особистості виконувати ту чи ту дію, а відрізняються за ступенем оволодіння цією дією. Тобто вміння – це здатність до дії, що не досягла найвищого рівня сформованості і здійснюється повністю усвідомлено, а навичка – це здатність до дії, що досягла найвищого рівня сформованості і здійснюється автоматизовано, без усвідомлено проміжних кроків [3].

Отже, за Б. Айсмонтасом, уміння – це проміжний етап оволодіння новим способом дії, що ґрунтується на якомусь правилі (знанні) і відповідає правильному використанню знання у процесі розв’язання певного класу задач, але яке ще не досягло рівня навички. Проте надалі автор визначає два рівні вмінь. Так, він зазначає, якщо дія є елементарною, простою, яка широко використовується під час виконання більш складних дій, то її виконання формується зазвичай як навичка. Якщо дія складна, то виконання цієї дії формується, як уміння, до складу якого входить одна чи декілька навичок. Тобто термін «уміння» має два значення: 1) як первісний рівень оволодіння якоюсь простою дією (у цьому разі навичка розглядається як вищий рівень оволодіння цією дією, автоматизоване його виконання: уміння переходить у навичку); 2) як здатність усвідомлено виконувати складну дію за допомогою декількох навичок (у цьому разі навичка – це автоматизоване виконання елементарних дій, з яких складається складна дія, що виконується за допомогою вмінь) [3].

Твердження про те, що навички є автоматизованими діями підтримується й іншими вченими (А. Морозов, С. Головін, М. Дьяченко, Р. Немов, Л. Кандилович, С. Рубінштейн та ін.). Так, М. Дьяченко і Л. Кандилович визначають навички як автоматизовані дії, що здійснюються без помітної участі свідомості, раціонально, достатньо швидко й правильно, без зайвих витрат фізичної та психічної енергії [100, с. 146–147]. За Р. Немовим, навичка – повністю автоматизований рух чи система рухів (дій),

що швидко здійснюються, без контролю з боку свідомості людини, і призводять до певного, попереднього відомого результату [180, с. 63].

Навички, зауважує С. Рубінштейн, необхідні в усіх видах діяльності. І хоча жодна з найвищих форм людської діяльності не може бути зведена до простої механічної суми навичок, до будь-якої форми діяльності навички входять необхідною складовою. Завдяки тому, зазначає учений, що деякі дії закріплюються як навички і немов би «спускаються» у план автоматизованих актів, свідомою діяльністю людини, звільняючись від регулювання відносно елементарних актів, може спрямовуватися на розв'язання більш складних завдань. При цьому, продовжує автор, навички, будучи за своїми зовнішніми результатами діями чи більш-менш складними системами дій, за своєю психологічною структурою є не стільки діями, тобто актами, спрямованими на їх результат як на усвідомлену суб'єктом мету його діяльності, скільки операціями, чи способами, засобом яких здійснюється дія, спрямована на усвідомлену мету. Навичка, в такий спосіб, виникає як свідомо автоматизована дія і потім функціонує як автоматизований спосіб виконання дії [220].

Не заперечують цієї думки і такі вчені, як І. Блозза, Є. Рапацевич, І. Харламов та ін. Зокрема, Е. Рапацевич зазначає, що навичка – стереотипна, автоматизована операція, необхідна в навчанні під час виконання тих елементів предметних дій, у яких потрібна точність, закріпленість зв'язків, стереотипних дій, які можуть відбуватися без безпосереднього контролю свідомості (швидкість читання, письма, елементарного рахунку, проведення точних ліній, дотримання особистої гігієни тощо). Навички формуються в діяльності; набуті знання та інформація створюють лише передумови набуття навичок, оскільки не менш важливим є набуття практичного досвіду через реальне виконання відповідних вправ, дій, відпрацювання моделей поведінки [235, с. 476].

І. Харламов розрізняє поняття «вміння» і «навички». На його думку навичка є складовим елементом уміння, що виступає як автоматизована дія,

доведена до високого ступеня досконалості, а вміння – це володіння способами (прийомами, діями) застосування знань на практиці [259, с. 150–151].

Уміння, зауважує І. Підласий, на відміну від навичок, завжди спираються на активну інтелектуальну діяльність і визначаються як готовність свідомо і самостійно виконувати практичні та теоретичні дії на підставі засвоєних знань, життєвого досвіду і здобутих навичок [203]. При цьому, вміння розглядаються як використання знань і навичок для вибору прийомів дії відповідно до поставленої мети й утворюються внаслідок координації навичок, їх об'єднання за допомогою свідомо контрольованих дій [231].

І. Блозва, розглядаючи поняття «уміння» і «навички», дійшов висновку, що вони не заперечують, а доповнюють один одного. Автор наголошує на тому, що під час вирішення питання про співвідношення умінь і навичок слід виходити з того, що в будь-якому виді діяльності людини її знання, вміння і навички діалектично взаємопов'язані. Вміння у своїй основі мають творчий характер. Здебільшого вони не можуть стати автоматизованими, оскільки виражають собою здатність людини приймати рішення з їх реалізації в умовах, що змінюються. Вміння включають у себе цілий комплекс знань і виходять на перший план у тих видах діяльності, коли є зміна зовнішнього середовища, під час вирішення поставлених завдань. Навички основну роль відіграють у незмінних стандартних умовах. Невипадково дуже часто, особливо у практичній роботі, поняття «вміння» і «навички» вживаються як синоніми. Вміння тісно взаємопов'язані з навичками і вдосконалюються у процесі оволодіння навичками. Високий рівень умінь означає можливість користуватися різними навичками для досягнення однієї і тієї самої мети в залежності від умов дії [22].

Нам імпонує думка Е. Ільїна, який стверджує, що формування навичок і умінь призводить до різних наслідків у розвитку особистості, оскільки вміння формуються вправлінням у змінюваних умовах, а навички

вироблюються в одних і тих самих умовах діяльності. Отже, можливо говорити про тріаду «первісні вміння – навички – складні вміння». Відтак, не лише вміння перетворюється на навичку, а й навичка переходить у вміння. Проте в усіх трьох випадках йдеться про одну й ту саму дію, якою оволодіває людина, тому більш логічно подавати їх як стадії вдосконалення вміння [118].

Вміння і навички, зауважує науковець, надзвичайно складні структурні сполучення почуттєвих, інтелектуальних, вольових, емоційних якостей особистості, які формуються і виявляються у свідомому, цілеспрямованому здійсненні нею систем перцептивних, розумових, мнемічних, вольових, сенсорних та інших дій, що забезпечують досягнення поставленої мети діяльності в умовах, що змінюються. Цим пояснюється велика різноманітність умінь і навичок [22].

З погляду фізіології, за Ф. Гоноболіним, поява навичок зумовлена виникненням динамічних стереотипів у корі великих півкуль, унаслідок повторення відповідних дій. Характерною особливістю навичок є те, що за їх наявності вже не замислюються попередньо, як потрібно виконати дію, не розкладають її на окремі часткові операції.

Фізіологічною основою формування навичок як автоматизованих дій, на думку Ф. Гоноболіна, є утворення систем часових зв'язків, або динамічних стереотипів, що характеризуються значною міцністю, в силу чого початкова операція, що входить до складу дії, зумовлює здійснення подальших дій без регулювання їх другою сигнальною системою і без відображення в ній кожної з них. Це означає, зауважує учений, що людина не продумує попередньо кожну операцію і не усвідомлює її на момент здійснення [53].

Будь-яка затримка в актуалізації зв'язків, порушення вже виробленої системи не залишається непоміченою у другій сигнальній системі. У такий спосіб, під час виконання дій, способом яких оволоділа людина (тобто за наявності навички), всі операції, за виключенням мовленнєвих рухів,

здійснюються на рівні першої сигнальної системи. Утворення міцних систем зв'язків як основи оволодіння навичками, зумовлює швидкість виконання дій [53].

Однією з характерних особливостей навичок, наголошує автор, є й те, що засвоєні шляхом вправ способи дії відрізняються значною усталеністю. Проте усталеність навички не означає шаблонного виконання дій тоді, як умови, в яких вони здійснюються, змінюються. Отже, поряд з усталеністю, навичкам притаманна і гнучкість, зважаючи на те, що своєю фізіологічною основою навичка має не одну суворо фіксовану систему зв'язків, а багатообразні їх системи, що дещо відрізняються одна від одної й по-різному актуалізуються, залежно від умов виконання дії. Чим більш різноманітні ці умови, тим більш гнучкими стають навички. І навпаки – одноманітність умов створює одноманітність виконання дій. Лише в подальшому вони поєднуються в єдине ціле [53].

Підсумовуючи, доходимо висновку, що вміння і навички пов'язані між собою і ґрунтуються на знаннях. У дослідженні ми будемо дотримуватися того, що вміння – це успішний спосіб виконання діяльності в нових умовах, свідоме застосування наявних знань і навичок для виконання більш складних дій, а навички – це частково автоматизовані дії, що утворюються внаслідок вправління.

Формування навичок в аспекті дослідження, є важливим у навчально-виховному процесі вищої школи, оскільки вони разом із знаннями та вміннями забезпечують правильне відображення в уявленнях і мисленні майбутніх учителів початкової школи сутності здоров'я як найвищої цінності, необхідності дотримання здорового способу життя і культури поведінки, що допомагає їм визначити свою позицію щодо здійснення здоров'язбережувальної діяльності в майбутній педагогічній діяльності.

За П. Гальперіним, процес формування навичок здійснюється швидше за умови використання повної системи необхідних дидактичних умов, що забезпечують активний процес формування чуттєвих образів, понять,

розумових і перцептивних дій. При чому, засвоєння навичок відбувається шляхом поетапного переходу від зовнішньої діяльності у внутрішній розумовий план [52].

Нам імпонує думка Н. Гончарової, що основними психолого-педагогічними передумовами формування міцних навичок є:

- цілеспрямованість навчання;
- наявність у суб'єкта діяльності внутрішньої мотивації;
- внутрішня системність – розуміння, усвідомлення виконуваної дії, повнота засвоєння змісту операції;
- рівень розвитку суб'єкта, наявність фонових знань та вмінь;
- знання й оцінка якості результатів виконання дії [56].

Таким чином, майбутній учитель початкової школи повинен знати, які здоров'язберезувальні навички та вміння можливо формувати в молодшому шкільному віці і вміти цілеспрямовано їх формувати у навчально-виховному процесі початкової школи.

1.2.2. Класифікація здоров'язберезувальних навичок і вмінь: сутність і характеристика.

У педагогічній літературі пропонуються різні класифікації вмінь і навичок. Згідно з однією з них, уміння і навички розподіляються на рухові, пізнавальні, теоретичні і практичні. Перші – складають зовнішній, моторний аспект діяльності, другі – співвідносяться з основними психічними процесами, треті – передбачають формування знань, пов'язаних з абстрактним інтелектом, останні дорівнюють до навчальних. Згідно з іншою класифікацією, виокремлюють навички рухові, перцептивні й інтелектуальні, причому останні дві групи регулюють першу і входять до неї. Розрізняють також навички первинно автоматизовані, що формуються без усвідомлення їх компонентів, і вторинно автоматизовані, які формуються з попереднім усвідомленням компонентів дії і за необхідності легше стають

свідомо контрольованими, швидше вдосконалюються і перебудовуються [56].

Залежно від того, які аспекти дії частково автоматизовані, навички, зазначають учені (С. Батишев, С. Шапоринський та ін.), бувають: розумові, сенсорні і сенсомоторні, орієнтувальні, з планування і контролю своєї роботи, вольові, рухові, або їх часто називають – моторні. Залежно від переваги конкретних фізіологічних механізмів і психологічних процесів визначають три основні групи навичок – рухові, сенсорні і розумові. В деяких дослідженнях розрізняють навички політехнічні (широкого спрямування) і професійні (вузького спрямування) [22].

Освіта в галузі здоров'я на основі навичок, на думку вчених (В. Гаврилюк, О. Гречишкіна, Л. Животовська, А. Міненко, О. Савонова, С. Страшко та ін.), є підходом, що передбачає використання різноманітного досвіду методик навчання і ставить за мету розвиток знань, формування ставлення та спеціальних навичок, необхідних для діяльності, спрямованої на створення та дотримання здорового способу життя. Програми формування життєвих навичок передбачають широке використання інтерактивних методів навчання: моделювання ситуацій, рольові ігри, дискусії, дебати, вікторини, ситуаційний аналіз, використання аудіовізуальних видів робіт (театр, музика та інші засоби мистецтва) тощо [241, с. 101].

За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я, життєві навички – це здатність до адаптивної та позитивної поведінки, яка дає можливість індивідуумам ефективно вирішувати проблеми та долати повсякденні труднощі. Вони допомагають людям приймати обґрунтоване рішення, розв'язувати проблеми, критично і творчо мислити, ефективно будувати соціальні контакти та здорові стосунки, співчувати, продуктивно організовувати своє життя, вести здоровий спосіб життя [241, с. 102].

На нашу думку, набуття життєвих навичок є поступовим, поетапним процесом, що супроводжує, а в деяких випадках визначає, період особистісного зростання. Для підвищення ефективності формування навичок

цей процес має бути неперервним та несуперечливим. На формування навичок впливає багато чинників, що взаємодоповнюють один одного (родина, школа, позашкільні установи), а також чинників, що протидіють або конкурують (територіальні компанії, асоціальні та дисфункційні родини). Тому до аспектів формування життєвих навичок включається також необхідність вироблення навичок нейтралізації чи мінімізації можливого негативного впливу на дитину. Позитивну роль у цьому процесі має відігравати робота з батьками учнів.

Поняття «життєві навички» інтегрує навички, що стосуються різних складових людського буття (фізичного, психологічного, духовно-морального, соціального) і дозволяють вирішувати завдання адаптації та розвитку, а також збереження здоров'я на сучасному етапі розвитку суспільства.

Зазначимо, що цілеспрямована робота з формування життєвих навичок і вмінь у молодших школярів є одним із важливих завдань початкової школи. В аспекті започаткованого дослідження життєві навички розглядаються як здоров'язберезувальні, хоча в педагогічній літературі такого терміна ми не зустрічали, оскільки спрямовані на збереження фізичного, соціального, психологічного, духовно-морального здоров'я особистості. О. Калюжна розглядає навички здорового способу життя, визначаючи їх як усвідомлені дії, вироблені у процесі свідомого оволодіння спеціальними знаннями, вміннями, досвідом профілактики і зміцнення здоров'я, що виражається у дотриманні здорового способу життя. Тобто науковець вважає, що навички формуються після оволодіння певними вміннями, з чим ми не зовсім згодні, поняття «вміння здорового способу життя» автором взагалі не розглядається.

Визначення понять «уміння і навички здорового способу життя» ми знаходимо у працях О. Ващенко. На підставі теоретичного аналізу змісту понять «уміння» і «навички» авторка доходить висновку, що вміння здорового способу життя – це засвоєні людиною на особистому досвіді способи виконання оздоровчих дій, а навички здорового способу життя – це дії, сформовані шляхом повторень у процесі оздоровчої діяльності, і є

автоматичними компонентами свідомої валеологічної поведінки. Вміння і навички, продовжує науковець, взаємопов'язані і можуть бути конкретизовані стосовно різних складових здоров'я – фізичного, психологічного, морального та соціального [39]. Не заперечуючи в цілому визначень О. Ващенко щодо сутності понять уміння і навички здорового способу життя, зазначимо, що нею не систематизовано ці навички і вміння, тобто незрозумілим залишається, які конкретно навички і вміння характеризують фізичне, психологічне, моральне й соціальне здоров'я. На нашу думку, в основі формування навичок у вмінь здорового способу життя повинно бути покладено здоров'язбережувальні навички і вміння.

На підставі аналізу наукових джерел **здоров'язбережувальні навички** ми розуміємо як усвідомлене й усталене виконання особистістю автоматизованих дій щодо збереження і зміцнення здоров'я у незмінних стандартних ситуаціях, а **здоров'язбережувальні вміння** – як здатність застосування здобутих знань і навичок у нових складних життєвих ситуаціях, не зашкоджуючи як власному здоров'ю, так і здоров'ю інших людей.

Отже, освіта в галузі здоров'я має поєднувати набуття необхідних знань та вмінь, вироблення позитивного ставлення до здоров'я і на цій базі формування здоров'язбережувальних навичок та вмінь, що можна представити у вигляді тріади (див. схему 1.2).

Процес набуття знань та вмінь передбачає опанування учнями певної інформації та розуміння життєвих ситуацій. Натомість знання і вміння є необхідною, але недостатньою умовою формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь. Наступним кроком у реалізації освіти на основі формування життєвих навичок є вироблення ставлення до набутих знань, розуміння їх життєвої необхідності.

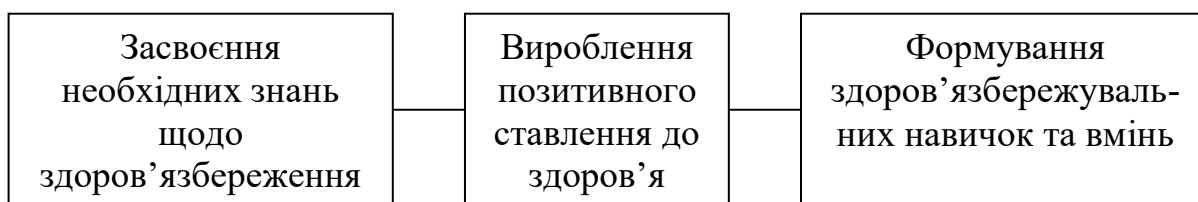


Схема 1.2. Освіта в галузі здоров'я

На основі знань, умінь та ставлень можуть бути сформовані необхідні для збереження здоров'я життєві навички як здатність практикувати конкретні моделі поведінки. Вони включають життєві та специфічні практичні навички, які мають відношення до здоров'я: надання першої медичної допомоги, дотримання гігієни, правильне користування протизаплідними засобами тощо.

Значну увагу привертає програма «Життєві навички» («Life skills»), розроблена організацією Life Skills International. В. Спрангер, засновник цієї програми, зауважує, що навчання життєвих навичок – це процес навчання дітей у їхній взаємодії між собою й особами, які здійснюють навчання, для набуття знань, навичок та формування поведінки, що дозволить молоді і дорослим відповідально ставитися до власного життя, приймати правильні, «здорові» рішення, мати високий опір негативним формам тиску, мінімізувати шкідливі види поведінки [217].

На підставі аналізу психолого-педагогічної літератури з проблем освіти в галузі здоров'я, ми дійшли висновку, що формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь сприяє не лише формуванню ціннісного ставлення школярів до власного здоров'я, а й формуванню навичок у різних видах діяльності: для якості творчої активності (формування навичок організації і проведення фізкультурно-оздоровчої діяльності); для якості усвідомлення значущості своєї навчальної праці для суспільства (набуття знань про значущість занять фізичною культурою для

морального, психічного і фізичного здоров'я); для якості поваги до тих, хто оточує, і колективізму (формування навичок міжособистісного спілкування і рис характеру); для якості цілеспрямованості (формування навичок контролю функціонального стану і виконання відтворювальних процедур, виконання оздоровчих вправ для профілактики порушень і корекції основних систем організму); для якості працелюбності (формування навичок тренування рухових якостей) [136].

В аспекті нашого дослідження важливе значення має наведена дослідниками (Н. Бібік, О. Локшина, О. Овчарук, Л. Паращенко, О. Пометун, О. Савченко, С. Трубачева та ін.) класифікація життєвих навичок і вмінь, з якою не можна не погодитися, тим більше, що ними виокремлено навички та вміння, які сприяють здоровому образу життя.

1. Життєві навички та вміння, що сприяють фізичному здоров'ю:

- навички раціонального харчування: дотримання режиму харчування; вміння складати харчовий раціон, враховуючи реальні можливості та користь для здоров'я; вміння визначати й зберігати високу якість харчових продуктів;

- навички рухової активності: виконання ранкової зарядки; регулярні заняття фізичною культурою, спортом, руховими іграми, фізичною працею;

- санітарно-гігієнічні навички: навички особистої гігієни; вміння виконувати гігієнічні процедури (догляд за шкірою, зубами, волоссям тощо);

- режим праці та відпочинку: вміння чергувати розумову та фізичну активності; вміння знаходити час для регулярного харчування й повноцінного відпочинку.

2. Життєві навички та вміння, що сприяють соціальному здоров'ю:

- навички ефективного спілкування: вміння слухати; вміння чітко висловлювати свої думки; вміння відкрито виражати свої почуття, без тривоги та звинувачень; володіння невербальною мовою (жести, міміка, інтонація тощо); адекватна реакція на критику; вміння просити про послугу або допомогу;

- навички співчуття: уміння розуміти почуття, потреби і проблеми інших людей; уміння висловити це розуміння; уміння зважати на почуття інших людей; уміння допомагати та підтримувати;

- навички розв'язування конфліктів: уміння розрізняти конфлікти поглядів і конфлікти інтересів; уміння розв'язувати конфлікти поглядів на основі толерантності; вміння розв'язувати конфлікти інтересів за допомогою конструктивних перемов;

- навички поведінки в умовах тиску, погроз, дискримінації: навички впевненої (адекватної) поведінки, зокрема й застережливих дій щодо ВІЛ/Сніду; вміння розрізняти прояви дискримінації, зокрема щодо людей з особливими потребами, ВІЛ-інфікованих і хворих на СНІД; уміння обстоювати свою позицію та відмовлятися від небажаних пропозицій, зокрема й пов'язаних із залученням до куріння, вживання алкоголю, наркотичних речовин;

- навички спільної діяльності та співробітництва: вміння бути «членом команди»; вміння визнавати внесок інших у спільну роботу; вміння адекватно оцінювати свої здібності та свій внесок у спільну діяльність.

3. Життєві навички і вміння, що сприяють духовному та психічному здоров'ю:

- самоусвідомлення та самооцінка: вміння усвідомлювати власну унікальність; позитивне ставлення до себе, інших людей, до життєвих перспектив; адекватна самооцінка: вміння реально оцінювати свої здібності й можливості, а також адекватно сприймати оцінки інших людей;

- аналіз проблем і прийняття рішень: уміння визначати суть проблеми та причини її виникнення; здатність сформулювати декілька варіантів розв'язання проблеми; вміння передбачати наслідки кожного з варіантів для себе та інших людей; уміння оцінювати реальність кожного варіанта, враховуючи власні можливості та життєві обставини; здатність вибирати оптимальні рішення;

- визначення життєвих цілей та програм: уміння визначати життєві цілі, керуючись своїми потребами, нахилами, здібностями; уміння планувати свою діяльність, враховуючи аналіз можливостей і обставин; уміння визначати пріоритети й раціонально використовувати час;
- навички самоконтролю: уміння правильно виражати свої почуття; уміння контролювати прояви гніву; уміння долати тривогу; вміння переживати невдачі; вміння раціонально планувати час;
- мотивація успіху та тренування волі: віра в те, що ти є господарем свого життя; настанова на успіх; уміння зосереджуватися на досягненні мети; розвиток наполегливості та працьовитості [136, с. 87–89].

Погоджуюсь у цілому з поданою класифікацією, зауважимо, що життєві навички більш широке поняття, яке стосується життєдіяльності особистості загалом. В аспекті дослідження нас цікавлять здоров'язбережувальні навички і вміння, які можливо формувати в молодшому шкільному віці.

У структурі здоров'язбережувальних навичок і вмінь, що мають безпосереднє відношення до здорового способу життя й здоров'я людини, слідом за С. Омельченко, ми відносимо: оптимальний руховий режим; тренування імунітету й загартовування; раціональне харчування; психофізіологічну регуляцію; раціонально організовану життєдіяльність; відсутність шкідливих звичок; здоров'язбережувальну самоосвіту і самовиховання [189].

Натомість зауважимо, що формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь – процес тривалий. Не всі навички можливо сформувати в молодшому шкільному віці, зважаючи на психологічні та фізіологічні особливості учнів цього віку, а також ураховуючи відсутність соціального досвіду дітей. З огляду на це, було класифіковано здоров'язбережувальні навички і вміння, які, на нашу думку, доцільно і можливо формувати в учнів початкової школи, організовуючі певні умови в навчально-виховному

процесі відповідно до визначених складових індивідуального здоров'я особистості (див. табл. 1.1).

Таблиця 1.1.

Класифікація здоров'язбережувальних навичок і вмінь молодших школярів

Складові здоров'я	Навички	Уміння
Соціальне здоров'я	– культурна поведінка; – виявлення співчуття; – спільна робота з іншими людьми; – правильне мовлення ; – активне слухання	– міжособистісне спілкування; – побудова стосунків; – чітке висловлення своєї думки; – бути членом команди
Психологічне здоров'я	– самоконтроль; – поведінка у конфліктних ситуаціях; – прийняття рішень; – управління емоціями	– адекватна самооцінка, – правильне вираження своїх почуттів; – контроль прояву гніву; – переживання невдачі
Морально-духовне здоров'я	– повага до старших; – свідомо дисципліна; – вимогливе ставлення до себе; – бережливе ставлення до природи; – прояв волі, наполегливості	– прояв милосердя, співпереживання; – розуміння почуттів, потреб і проблем інших людей; – надання їм допомоги та підтримки

Фізичне здоров'я	раціональне харчування; рухова активність; загартування; дотримання санітарно-гігієнічних вимог; здорового способу життя	чергування розумової та фізичної активності; знаходження часу для регулярного харчування й повноцінного відпочинку; самостійні заняття фізкультурно-оздоровчою діяльністю
------------------	--	---

Розглянемо зазначені навички більш докладно.

Навички і вміння забезпечення соціального здоров'я, тобто такі, що сприяють соціальному благополуччю – це навички та вміння, здебільшого спрямовані на поведінку особистості в соціумі, тобто вони передбачають навички й уміння особистості активно спілкуватися з людьми, які їх оточують (однолітки, вчителі, батьки тощо); виявляти співчуття, співпереживання; вирішувати конфліктні ситуації, відповідно поводитися, навички спільної роботи і діяльності з іншими [241, с. 102].

Певною мірою соціальне здоров'я особистості, зазначають науковці (С. Омельченко, А. Петровський, О. Солоділова та ін.), передбачає сформованість навичок культурної поведінки особистості. Цілеспрямована, систематична робота з виховання навичок культурної поведінки розпочинається з приходом дітей до школи. Саме в початкових класах закладаються основи акуратності й охайності, ввічливості, точності, прищеплюються правила етикету, вміння культурно поводитися в школі, вдома, на вулиці та у громадських місцях. Відсутність позитивних елементарних звичок у дітей ускладнює роботу над вихованням у них більш тонких і складних проявів культурної поведінки: такту, делікатності, невимушеності, добірності манер тощо [189].

Культура поведінки, за визначенням Є. Рапацевича, є сукупністю форм повсякденної поведінки людини, в яких відбиваються моральні й естетичні норми цієї поведінки. Якщо моральні норми визначають зміст вчинків, вказують, що саме люди повинні робити, то культура поведінки, на думку автора, розкриває, яким конкретно чином здійснюють у поведінці вимоги моральності, який зовнішній облік поведінки людини, в якій мірі органічно, природно й невимушено ці норми поєдналися з її образом життя, стали повсякденними життєвими правилами [235].

На нашу думку, в молодшому шкільному віці доцільно формувати навички (культурної поведінки, виявлення співчуття, спільної роботи з іншими людьми, правильного мовлення, активного слухання) та вміння (міжособистісного спілкування, побудови стосунків, чіткого висловлювання своєї думки, бути членом команди), що сприятимуть збереженню і зміцненню їхнього соціального здоров'я.

Зазначимо, що навички й уміння забезпечення соціального здоров'я дуже тісно пов'язані з **навичками та вміннями** забезпечення **морального і духовного** здоров'я. Виховання моральних рис дитини залежить від соціальних і колективних впливів, які діють на неї у процесі усієї її діяльності, побудованої на принципах і нормах людської моралі [133].

Розглядаючи проблеми моральної вихованості (в аспекті нашого дослідження ми можемо ототожнювати її як навички та вміння морального здоров'я особистості), І. Бех, С. Максименко зауважують, що молодшому школяреві властивий розрив між знаннями моральних норм і відповідною поведінкою. Ця схильність виступає тут як вікова особливість дитини, яка ще тільки вчиться орієнтуватися в розмаїтті життєвих ситуацій, вчиться співвідносити наявні в неї уявлення про життя з реальними вчинками, конкретною поведінкою [20].

Молодший школяр формується в умовах засвоєння нових для нього соціальних умов і обов'язків. Вступ до школи, нові обов'язки учня сприяють накопиченню дітьми позитивного морального досвіду, стосунків і суспільної

поведінки. Отже, в учнів молодших класів уже розвиваються елементи соціальних почуттів, формуються навички суспільної поведінки (колективізм, відповідальність за вчинки, товариськість, взаємодопомога тощо), виникають колективні зв'язки, формується громадська думка. На нашу думку, саме молодший шкільний вік надає великі можливості для формування моральних якостей і позитивних рис особистості, сприяє формуванню життєво важливих навичок морального спрямування [20].

На нашу думку, в молодшому шкільному віці дуже важливо виховувати такі моральні навички, як: поваги до старших, свідомої дисципліни, вимогливості до себе та один до одного, прояву волі, наполегливості, бережливого ставлення до природи; та вміння: прояву милосердя, співпереживання, розуміти почуття, потреби і проблеми інших людей, допомагати та підтримувати їх тощо.

Навички та вміння забезпечення психологічного здоров'я науковцями розподіляються на інтелектуальні, які передбачають наявність навичок самоусвідомлення, самооцінки, аналізу проблем, що виникають, прийняття відповідальних рішень, навички мислення (критичного, логічного), визначення цілей і програм, які життєво важливими. До психологічних навичок належать також емоційні навички – управління стресами, навички самоконтролю, мотивації на успіх, формування волі і т. ін. [241, с. 102]

Відтак, діяльність учителя початкової школи спрямовується на формування таких здоров'язбережувальних навичок і вмінь, як комунікація, приймання рішень, критичне й творче мислення, управління емоціями, стресом та конфліктними ситуаціями, розпізнання та формування цінностей [29], оскільки їх відсутність загрожує виникненням психічних розладів і захворювань.

Зважаючи на те, що нове оточення, нові умови життєдіяльності молодших школярів, їхня емоційна неусталеність часто призводить до

виникнення конфліктів у дитячому колективі, виникає необхідність формування навичок поведінки у конфліктних ситуаціях.

Отже, в молодшому шкільному віці увага вчителя спрямовується на формування навичок (самоконтролю, поведінки у конфліктних ситуаціях, прийняття рішень, управління емоціями) та вмінь (адекватної самооцінки, правильно виражати свої почуття; контролювати прояви гніву, переживати невдачі), що сприятимуть забезпеченню психологічного здоров'я учнів.

І звісно, що, розглядаючи проблему формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів, неможливо не визначити сформованість культури здоров'я, тобто фізичні навички та вміння.

Навички та вміння забезпечення фізичного здоров'я, тобто такі, що визначають фізичне благополуччя, науковцями (В. Гаврилук, О. Гречишкіна, Л. Животовська, А. Міненко, О. Савонова, С. Страшко та ін.) виокремлюються такі, як: навички раціонального харчування, рухової активності та загартування, санітарно-гігієнічні навички, навички раціональної організації праці і відпочинку [241, с. 102].

Фізичне виховання молодого покоління спрямоване на досягнення фізичної досконалості, міцного здоров'я, правильного, відповідно до віку, фізичного розвитку, на оволодіння життєво необхідними руховими навичками і вироблення високої працездатності організму.

Молодші школярі, зауважують науковці (Н. Адамчук, Т. Воронцова, Н. Максимова, В. Пономаренко, С. Страшко), повинні вміти ефективно розподіляти свій час, запобігати надмірній втомі під час навчання, підтримувати добру фізичну форму (виконувати ранкову гімнастику, займатися спортом, грати в рухливі ігри), загартовуватись, запобігати інфекційним захворюванням, дотримуватись правил особистої гігієни, гігієни одягу і взуття, гігієни житла і т. ін. [241].

Отже, цілеспрямована діяльність майбутніх учителів початкових класів повинна передбачати формування навичок (раціонального харчування, рухової активності, загартовування, дотримання санітарно-гігієнічних вимог,

здорового способу життя) та вмінь (чергувати розумову і фізичну активність, знаходити час для регулярного харчування й повноцінного відпочинку, самостійних занять фізкультуро-оздоровчою діяльністю) задля забезпечення фізичного здоров'я молодших школярів.

Підсумовуючи вищезазначене, доходимо висновку, що формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів є складним і багатофакторним процесом. З огляду на те, що формування навичок та вмінь, як уже зазначалося, найбільш ефективно відбувається в діяльності, перед вищим педагогічним навчальним закладом постає завдання щодо підготовки майбутніх учителів початкових класів до здійснення здоров'язбережувальної діяльності у навчально-виховному процесі.

1.3. Здоров'язбережувальна діяльність учителя початкової школи

Головним завданням діяльності вчителя початкових класів є сприяння реалізації творчого потенціалу особистості дітей, забезпечення їхнього соціального захисту, створення необхідних умов для активізації школярів, допомога у вирішенні їхніх проблем за допомогою застосування різноманітних форм і засобів індивідуальної та колективної роботи, створення сприятливого психологічного клімату в класі, спрямування дітей на дотримання здорового образу життя, що, на нашу думку, зумовлює переструктурування навчально-виховної діяльності з огляду на здоров'язбереження молодших школярів.

Зауважимо, що у вищому педагогічному навчальному закладі, на жаль, недостатньо уваги приділяється підготовці майбутніх учителів до здійснення здоров'язбережувальної діяльності, набуттю знань із питань здоров'я, формуванню практичних умінь упровадження здоров'язбережувальних методик у навчально-виховному процесі початкової ланки освіти.

Під здоров'язбережувальною діяльністю вчителя початкової школи ми розуміємо складне, поліфункціональне соціальне явище, що

передбачає впровадження здоров'язбережувальних методик, шляхом застосування відповідних методів і засобів організації навчально-виховного процесу, які не зашкоджують здоров'ю дітей і спрямовані на формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь, що сприяють збереженню фізичного, психічного, соціального, морально-духовного здоров'я учасників навчально-виховного процесу.

На нашу думку, здоров'язбережувальними видами діяльності вчителя у початковій школі такі види діяльності, як: навчальна, виховна, ігрова, спортивно-ігрова, фізкультурно-оздоровча, дозвіллева, екологічна (див. схему 1.3.), які є взаємопов'язаними і спрямованими на зміцнення фізичного, психологічного, морально-духовного й соціального здоров'я молодших школярів; формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь, що передбачає оптимізацію навчально-виховного процесу.

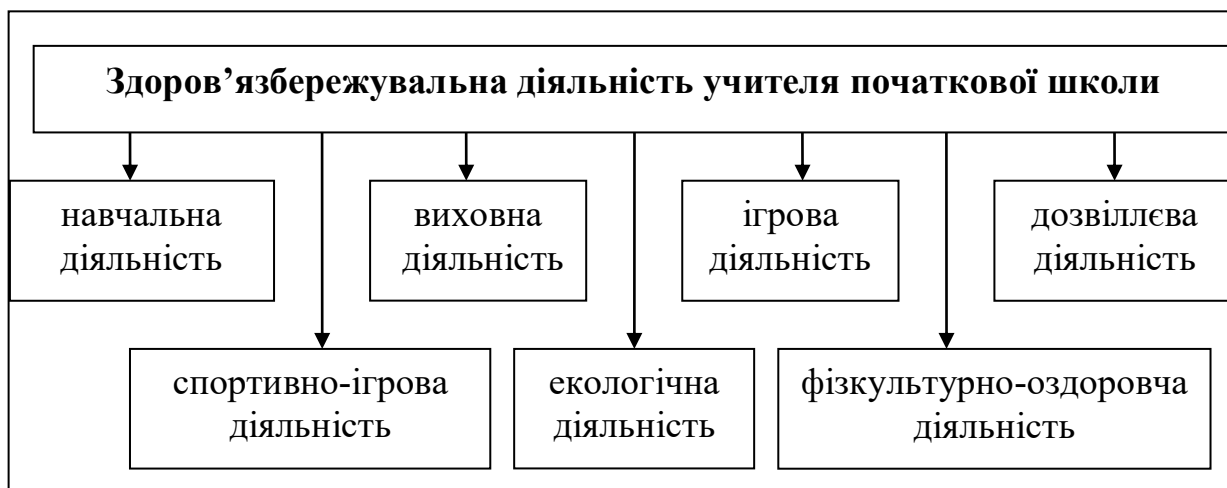


Схема 1.3. Види діяльності вчителя початкової школи, що сприяють збереженню здоров'я молодших школярів

Розглянемо в аспекті дослідження, як саме виокремлені види діяльності впливають на збереження і зміцнення здоров'я молодших школярів, а також на формування у них здоров'язбережувальних навичок і вмінь.

Навчальна діяльність. Звісно, що основною діяльністю вчителя початкової школи є навчання молодших школярів. Навчання – це цілеспрямований, систематичний і організований процес формування й

розвитку в учнів якостей, необхідних їм для виконання навчальної діяльності. У зв'язку з погіршенням здоров'я учнів, науковці (О. Дубогай, М. Євтушок) наголошують на тому, що необхідно перетворити навчальну діяльність не тільки в органічне засвоєння знань, а і паралельну підтримку та зміцнення здоров'я за рахунок зміни якості методології проведення навчального процесу, тобто у процесі навчання відповідно до шкільної програми інтегровано перетворювати паралельне засвоєння знань із загальноосвітніх предметів з формування умінь та навичок своєчасно використовувати рухи різної структури з різних вихідних положень у практичне їх застосування з метою фізіологічного поліпшення діяльності організму (наприклад, зняття розумової втоми, корекція постави тощо). Ця методологічна технологія сприяє підтримці та зміцненню здоров'я школярів безпосередньо в навчальний час, розвиває органічну сутність особистості, а в подальшому, під час несподіваних ситуацій. Певною мірою зумовлює вміння у момент напруженого стану оптимально використовувати набуті теоретичні знання і відповідні рухові дії та створювати адекватну поведінку [98, с. 36].

На підставі аналізу наукової літератури, опитування учителів початкової школи і власних спостережень, дійшли висновку, що основними факторами, які негативно впливають на здоров'я учасників навчального процесу (учнів та вчителів) є: недотримання санітарно-гігієнічних вимог (нераціонально складений розклад занять, погане освітлення класу, недотримання режиму провітрювання, неадекватний температурний режим, нестандартні шкільні столи, праця у дві зміни); фізична гіподинамія (недостатня рухлива активність, статична поза протягом уроку, недостатнє використання рухливих ігор на перервах та фізкультхвилинок на уроках); соціальний і психологічний дискомфорт (неадекватна оцінка вчителем і батьками, примушений характер спілкування, велика кількість контактів упродовж дня, невідповідність емоційних настроїв учителя та учнів, високий темп і перевантаження навчальної діяльності, необхідність тривалого виконання завдань); неправильне, нераціональне харчування, підвищене

перевантаження на зоровий, слуховий і мовленнєвий апарат, недостатній рівень знань про своє здоров'я і можливості його збереження власними силами; необізнаність учителів із формами, методами та засобами, що сприяють збереженню здоров'я дітей молодшого шкільного віку, формуванню у них відповідних навичок і вмінь.

Навчання в умовах здоров'язбережувальної освіти включає передавання знань, умінь і навичок, які сприяють формуванню уявлень про здоров'язбереження і вчать відрізняти здоровий образ життя від нездорового, що допоможе в подальшому учням берегти як своє власне здоров'я, так і здоров'я людей, які їх оточують. Формування навичок і вмінь здоров'язбереження повинно відбуватися на всіх уроках початкової школи. Так, під час уроків читання, навчання грамоти основна увага вчителів повинна бути спрямована на формування таких навичок і вмінь, як: правильного мовлення, активного слухання, уміння чітко висловлювати свої думки, правильно виражати свої почуття; уроки з математики сприяють формуванню навичок критичного мислення, прийняття рішень, уміння переживати невдачі; на уроках природознавства формуються навички бережливого ставлення до природи. Звісно, що найбільш сприятливими для формування у молодших школярів здоров'язбережувальних навичок та вмінь є такі предмети, як «Фізична культура», «Людина і світ», «Охорона здоров'я», в ході яких діяльність учителя повинна спрямовуватися на формування всіх виокремлених навичок і вмінь здоров'язбереження.

Значна роль у збереженні здоров'я молодших школярів у навчально-виховному процесі належить психологічній атмосфері у класі, відчуттю дітьми психологічної безпеки. Н. Артемева зазначає, що основними умовами, що забезпечують психологічну безпеку дитини, є сприятлива психологічна атмосфера, правильно організований педагогічний процес, середовище, що забезпечує потреби дитини в русі, творчості, спілкуванні, доброзичливий і гуманний педагог, уважний і чутливий до будь-яких проявів дитини. Навчальні ж перевантаження, несприятливий психологічний клімат,

неуважний, байдужий педагог з авторитарним стилем впливу, непередбачуваною поведінкою призводять до виникнення стресів, сталих психосоматичних розладів, особистісних аномалій, різного роду дезадаптацій і можуть розглядатися як психологічна загроза [9].

Відтак, збереженню і зміцненню здоров'я в освітньому процесі сприяє застосування здоров'язбережувальних методик, у ході яких, зауважують учені (Ю. Горячева, А. Іванов, О. Краснов, О. Родіонов), повинні виконуватись як мінімум чотири вимоги:

- урахування індивідуальних (інтелектуальних, емоційних, мотиваційних та інших) особливостей учнів, їхнього темпераменту, характеру сприйняття ними навчального матеріалу, типу пам'яті тощо;
- недопущення надмірного, виснажливого інтелектуального, емоційного, нервового напруження у ході засвоєння навчального матеріалу, прагнення досягти гарних результатів навчання при оптимізації необхідних витрат часу та сил учнів і педагога;
- забезпечення такого підходу до освітнього процесу, який гарантував би підтримку сприятливого морально-психологічного клімату в навчальній групі, зміцнення психічного здоров'я учнів;
- акцентувати не тільки на організації навчального процесу, що не шкодить здоров'ю, але й на тому, щоб навчити учнів самостійно захищатися від стресів, образ, навчити їх засобам психологічного захисту і збереження здоров'я [255, с. 84].

З огляду на зазначене, під здоров'язбережувальною навчальною діяльністю майбутнього вчителя початкової школи ми розумітимемо таку організацію освітнього процесу, що ґрунтується на врахуванні вікових та психологічних особливостях дітей молодшого шкільного віку, створенні позитивного психологічного клімату під час навчання, що сприятиме формуванню здоров'язбережувальних навичок та вмінь у школярів.

Виховна діяльність майбутніх учителів початкової школи є багатогранною та багатофункціональною і пронизує всі аспекти їхньої

діяльності. Важливими складовими здоров'язбережувальної виховної діяльності, на нашу думку, є особистісно-орієнтована взаємодія учителя з учнями (педагогіка співробітництва), що передбачає активізацію процесу виховання з опорою на здоров'язбережувальні технології. Ґрунтуючись на особистісно-орієнтованому підході, перед учителям початкової школи постає важливе завдання щодо забезпечення комфортних безконфліктних та безпечних умов у виховному процесі.

Особистісно-орієнтований виховний процес, зауважує І. Бех, – це повноцінне емоційно насичене й суспільно значуще, спільне, творче життя учителя і школярів, яке відповідає їхнім основним соціогенним потребам. Він є дійовим засобом формування такого типу особистості, якій притаманне почуття людської гідності, прагнення служити людям, миролюбство, підвищена увага до чужого горя, душевна щедрість, почуття вдячності, порядності, чесності, справедливості, потреба доброчинності [18]. В аспекті нашого дослідження зазначений підхід до організації виховного процесу в початковій школі викликає значний інтерес, оскільки він значною мірою сприяє здоров'язбереженню дітей у ході вихованої діяльності, хоча вчений і не наголошує на цьому аспекті. На нашу думку, застосування саме особистісно-орієнтованого підходу не лише не зашкоджує здоров'ю учнів, а й сприяє формуванню в них визначених здоров'язбережувальних навичок і вмінь.

Виховна діяльність учителя початкових класів, здебільшого, здійснюється у позанавчальний час. Значний вплив на формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь, на нашу думку, здійснюватиме цілеспрямована робота з молодшими школярами в ході класних годин та позакласних виховних заходах, спрямованих на здоров'язбереження, що передбачають ознайомлення учнів з проблемами здоров'я й усвідомлення ними необхідності дотримання здорового способу життя, набуття відповідних навичок і вмінь. Така робота також ґрунтується на особистісно-

орієнтованому підході з урахуванням індивідуальних особливостей кожної дитини.

Отже, ми дійшли висновку, що організація виховного процесу в початковій школі із застосуванням особистісно-орієнтованого підходу сприяє формуванню навичок збереження усіх складових індивідуального здоров'я. Зокрема таких, як: навички міжособистісного спілкування; побудови стосунків, спільної роботи з іншими людьми; правильного мовлення; активного слухання (соціальне здоров'я); навичок самоконтролю; самооцінки; самосвідомості; критичного мислення; прийняття рішень (психологічне здоров'я); навичок прояву поваги до старших свідомої дисципліни; колективізму; вимогливого ставлення до себе (морально-духовне здоров'я); навичок правильної організації праці і відпочинку (фізичне здоров'я).

Фізкультурно-оздоровча діяльність. Зазначимо, що важливою частиною педагогічного процесу початкової школи є фізкультурно-оздоровча робота. Особливого значення вона набуває у зв'язку зі зростанням навантаження на молодших школярів, збільшенням кількості хворих дітей, несприятливими екологічними умовами, гіподинамією. Значні розумові і статичні навантаження, що викликані приходом дітей до школи, малорухомий спосіб життя призводять до погіршення у школярів зору, діяльності серцево-судинної і дихальної системи, обмін речовин, зменшується опір організму до різноманітних захворювань, а в цілому до погіршення здоров'я дітей.

З огляду на це, зауважує М. Козленко, правильна організація фізкультурно-оздоровчої діяльності у процесі навчання в початковій школі є не тільки необхідною умовою всебічного гармонійного розвитку особистості учня, а й дієвим фактором підвищення його розумової працездатності. Раціонально організовані заходи з фізичного виховання в режимі дня розширюють функціональні можливості організму дитини, підвищують продуктивність розумової праці, зменшують втому [133].

Основними завданнями шкільного фізичного виховання, акцентують Ю. Васькова та І. Пашкова, є: формування в учнів поняття про те, що піклування людини про власне здоров'я – це не лише особиста справа, а й громадський обов'язок; використовуючи різноманітні засоби фізичної культури, сприяння зміцненню здоров'я та фізичного розвитку учнів; озброєння учнів уміннями та навичками організації здорового способу життя; формування знань та вмінь запобігання травматизму, здійснення першої долікарської допомоги при травмах або пошкодженнях; формування «школи» рухів і основних рухових якостей [36, с. 10–11].

Одним із важливих засобів фізичного виховання молодшого школяра є навчання його дотримуватися санітарно-гігієнічних норм: режиму дня школяра і дотримання правил гігієни. Правильно організований режим дня є необхідною умовою для нормального фізичного розвитку дитини, зміцнення її здоров'я, підтримання високого рівня фізичної і розумової працездатності. Водночас режим має велике виховне значення. А. Макаренко підкреслював, що режим є засобом виховання навичок і звичок поведінки, засобом виховання таких рис особистості, як дисциплінованість, організованість, громадська активність.

Незважаючи на те, що фізичному вихованню в початкових класах надається певна увага, науковці (М. Антропова, А. Віндюк, М. Козленко, А. Хрипкова та ін.) єдині в думці про те, що школа не вирішує повною мірою проблеми задоволення біологічної потреби дітей у рухах. Уроки фізичної культури лише на 11–13 % компенсують необхідний для дитячого організму об'єм рухової активності [46, с.1].

Ми повністю згодні з ученими (І. Груздевич, М. Дідич, Л. Краєвська, В. Ликова та ін.) у тому, що під час уроків необхідно робити паузи, проводити фізкультхвилинки, змінювати види діяльності. Проте, як свідчить практика, багато хто з педагогів ігнорують ці вимоги, посиляючись на недостатність часу, велику кількість теоретичного навчального матеріалу, який потрібно «вкласти» в голови дітей. Вони мало замислюються над тим,

як діти сприймають цю інформацію, чи зможе дитина скористатися нею у своїй реальній життєдіяльності «за дверима класу», яку ціну вона платить за прискорене навчання [111, с. 4]. Наслідком такого ставлення, зауважують науковці, є те, що шкільна освіта сьогодні патогенна. Для більшості учнів вона досягається ціною здоров'я, а навчання в школі для них є хронічною психотравмуючою ситуацією.

Медики і фізіологи, які досліджували навчальну діяльність учнів, дійшли висновку, що десь від 25 до 32 хвилини уроку в дітей спостерігається певний спад розумової діяльності. Саме в цей час пропонується проведення фізкультхвилинки. Вони позитивно впливають на відновлення розумової працездатності, попереджають зростання втоми, знижують статичне навантаження, перешкоджають порушенню постави тощо [36, с. 149].

Правильно проведені фізкультурні хвилини є ефективним засобом зменшення втоми і підвищення розумової працездатності учнів на уроках. Крім того, вони сприятливо діють на організм дитини, запобігаючи порушенням постави та деформаціям будови тіла. Як зазначає М. Козленко, протягом навчального дня поступово наростає стомлення дітей і знижується працездатність. У них падає увага, збільшується кількість помилок у виконанні завдань, випадків порушення дисципліни (відволікання від навчальної роботи, неспокій, розмови). Тривале сидіння за партою спричинює втому м'язів спини, шиї, ніг. Стомившись, учень сутулить спину, лягає грудьми на парту, перекошує тулуб вліво або вправо. Все це негативно впливає на поставу дитини [133].

Головною метою кожної вправи, що застосовується на уроці, є збереження фізичного і психологічного здоров'я. Водночас усі розминки, фізкультхвилини, вправи поліфункціональні, зазначає В. Ликова, виконують розвивальну, навчальну, комунікативну, психотехнічну, релаксаційну функції. Вони орієнтовані на регуляцію емоційно-особистісного стану, відновлення працездатності, розвиток дрібної та крупної моторики, координації тіла, профілактику сколіозу, зорових хвороб, на розвиток

пізнавальної сфери (уваги, мислення, пам'яті, відчуттів, сприйняття). У процесі їх виконання формуються й опрацьовуються навички саморегуляції, самоконтролю й самооцінки, створюється можливість відчувати й зрозуміти самого себе, апробувати нові моделі поведінки, по-іншому поглянути на тих, хто оточує. При цьому розвиваються соціальні навички, здатність до емпатії, кооперації, групової взаємодії [157, с. 6]. Отже, доходимо висновку, що проведення фізкультурно-оздоровчої діяльності є важливим аспектом діяльності вчителя початкової школи, що значно впливає на формування здоров'язберезувальних навичок та вмінь у молодших школярів, спрямовує їх на дотримання здорового способу життя.

Ігрова діяльність. Зважаючи на те, що в початковій школі гра відіграє вагомий роль, не можливо не виокремити застосування ігрової діяльності як здоров'язберезувальної. Ігрова діяльність, за Л. Виготським, є засобом активного засвоєння дитиною людської культури під час спілкування дитини з дорослими та іншими дітьми [48].

За Н. В. Кудикіною, ігрова діяльність – це динамічна система взаємодії дитини з довкіллям, у процесі якої відбувається його пізнання, засвоєння культурно-історичного досвіду і формування дитячої особистості. Специфіка ігрової діяльності полягає в тому, що її продуктивність визначається активним функціонуванням уяви дітей і міжособистісним спілкуванням [147].

Ігрова діяльність характеризується багатовимірністю впливу на формування особистості. На думку вченої, з нею пов'язується трансформація психічних процесів, удосконалення пізнавальної діяльності, розвиток соціальних якостей і форм поведінки, здатності дитини до творчості [147, с. 4]. Н. Кудикіна доходить висновку, що специфіка виховного впливу творчої ігрової діяльності виявляється в засвоєнні дитиною впливів соціокультурного середовища. Набуваючи у грі індивідуального морально-емоційного досвіду, дитина інтеріоризує впливи соціокультурного

середовища і самовдосконалюється як людина творча, активна, здатна долати в житті різні перешкоди, конструктивно діяти в соціальній сфері [147, с. 39].

Неабияке значення ігрова діяльність молодших школярів має й у формуванні здоров'язберігаючих навичок та вмінь. Так, ігрове здоров'язбережувальне середовище, за визначенням О. Тимченко, – це активно-рухове, соціально-ігрове товариство дітей, об'єднаних ігровими правилами, діями, що стимулюють рухову активність дітей, вимагають від дитини координації рухів, самостійності у прийнятті рішень та оптимальному виборі способів самозбереження здоров'я [248, с. 6].

І хоча в дослідженні О. Тимченко здійснюється проектування здоров'язбережувального простору дошкільного закладу, ми згодні з нею в тому, що створюючи такий простір у початковій школі, учитель початкових класів значно впливає на виховання у школярів здорового стилю поведінки, що виражається в умінні зберігати і підтримувати своє фізичне здоров'я шляхом рухової активності, дотримання правил особистої гігієни, регулювати характер відносин у дитячо-дорослому товаристві і стримувати негативні прояви.

Важливим нам убачається й те, що засобами гри є, по-перше, знання про людей, їхні дії, взаємини, переживання, виражені в образах, мові, переживаннях, і діях дитини. По-друге, способи дії з певними предметами (стерновим колесом, терезами, градусником) у певних життєвих обставинах. І, по-третє, моральні оцінки й почуття, що виступають у судженнях про добрий і поганий вчинок, корисні і шкідливі дії людей. Зазначене, на нашу думку, значною мірою впливає на формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів, зважаючи на те, що наслідком гри є глибокі уявлення дітей про життя і діяльність дорослих, про їхні обов'язки, думки і взаємини. Це також товариські почуття, гуманне ставлення до людей, різноманітні пізнавальні інтереси і розумові здібності дітей, що формуються в ігровій діяльності. У грі розвиваються спостережливість і пам'ять, увага і мислення, творча уява і воля. Найважливіший результат гри – глибока

емоційна задоволеність дитини самим її процесом, що найбільшою мірою відповідає потребам і можливостям дійового пізнання навколишнього світу та активного спілкування з людьми.

З огляду на висловлене вище, ми доходимо висновку, що гра є дієвим і потужним засобом у навчально-виховному процесі початкової школи, що сприяє формуванню здоров'язберезувальних навичок і вмінь у молодших школярів, оскільки гра: надає відчуття радості, задоволення, упевненості в собі і своїх силах (навички психологічного здоров'я); сприяє соціалізації дитини, у процесі якої відбувається формування життєвої позиції (навички соціального здоров'я); навчає діяти в колективі, свідомої дисципліни, вимогливого ставлення до своїх дій і вчинків, поваги до традицій українського народу (навички морально-духовного здоров'я); забезпечує рухову активність, правильну організацію праці і відпочинку, залучає до занять фізкультурою і спортом (навички фізичного здоров'я).

Отже, окрім набуття професійних, психолого-педагогічних і методичних знань та вмінь під час навчання у вищому педагогічному навчальному закладі значна увага повинна приділятися підготовці майбутніх учителів до застосування ігрової діяльності у навчально-виховному процесі початкової школи.

Спортивно-ігрова діяльність. Однією з ефективних форм формування здоров'язберезувальних навичок і вмінь, дотримання здорового образу життя в режимі дня загальноосвітньої школи, що може знизити зазначені негативні явища, є заходи, що використовуються у спортивно-ігровій діяльності, під якою ми розуміємо багатofакторну систему реалізації природних здібностей дитини на підставі активізації цілеспрямованої м'язової діяльності; і система спортивних ігор, спрямованих на вдосконалення фізичних можливостей та інтелектуальних резервів організму. Завданнями спортивно-ігрової діяльності є зниження негативних наслідків навчального перенавантаження; збільшення рівня щоденної рухової активності; формування «школи рухів» - навчання учнів основ рухової

діяльності; навчання основ знань з методики самостійного проведення спортивних і рухливих ігор; формування соціально значущих якостей особистості. Кожна гра має свої завдання й спрямована на реалізацію відповідних особистісних і фізичних якостей.

Цінність спортивних і рухливих ігор полягає в тому, що вони містять у собі різні форми соціалізації і здоров'язбереження, що полягають у руховій активності людини і фізичних діях. Дотримуючись основних норм і правил, зауважує О. Тимченко, діти набувають досвід саморегуляції і самостійного прийняття рішення – самозбереження чи саморуйнування. У грі рух, активність і потреба самозберігати здоров'я визначаються привабливістю правил, що дають «простір свободи» гравцям [248].

Оздоровче значення ігор полягає також у тому, що вони сприяють гармонійному росту організму школяра; формують правильну поставу; загартовують організм; підвищують працездатність; зміцнюють здоров'я.

Натомість зазначимо, що більший інтерес для дітей сьогодні викликають не спортивні та рухливі ігри на свіжому повітрі, а комп'ютерні та відеоігри, які значно сприяють розвитку пізнавальних, розумових, інтелектуальних здібностей учнів, натомість певною мірою негативно впливають на їхнє здоров'я. Ми в жодному разі не заперечуємо важливість інтелектуального розвитку молодших школярів, однак глибоко переконані, що розвиток особистості повинен відбуватися в гармонії інтересу до занять спортивно-ігрової діяльності (інтелектуальний аспект), навчання навичок спортивно-ігрової діяльності (фізичний аспект), навчання навичок збереження здоров'я (здоров'язбережувальний аспект) на підставі використання емоційного компонента.

Безумовно, значну роль у житті молодших школярів відіграють заняття спортом. Спортивні ігри, на нашу думку, сприяють удосконаленню навичок основних рухів, розвиваючи швидкість, спритність, витривалість, силу, і позитивно впливаючи створення гарного настрою. Крім того, під час ігор молодшими школярами засвоюються правила колективної дії, вироблюється

узгодженість дій задля досягнення спільної мети, що стоїть перед командою, формуються здоров'язберезувальні навички, що сприяють становленню фізичного, психологічного, морально-духовного та соціального здоров'я.

Ефективність засобів рухливих ігор, естафет, ігрових вправ з різними м'ячами і самої спортивної гри (баскетбол, волейбол, футбол тощо) для молодших школярів обумовлена значною емоційністю, простотою, привабливістю (як виду ігрової діяльності) і має здатність самодозування фізичного навантаження; можливістю уникати перевтомлення, що досягається відповідністю між підготовленістю і навантаженням, відсутністю великого ризику травматизму в силу спрощення правил гри, можливістю організації занять без урахування статевої приналежності, що немало важливо для цього віку, малою витратою матеріально-технічного забезпечення (В. Голомазов, 1976; Ю. Клещев, 1985) [219].

Переконані, що використання в молодшому шкільному віці ігор з елементами спорту як засобу і форми організації фізичного виховання забезпечує єдність особистісного, фізичного й психічного розвитку дитини, створює умови для гуманізації педагогічного процесу, перетворює дитину з об'єкта соціально-педагогічного впливу на об'єкт активної творчої діяльності на підставі розвитку внутрішніх мотивів до самовдосконалення. Навчання цих ігор забезпечує всім дітям рівні права в оволодінні цінностями фізичної культури і кожній дитині право вибору, надає можливість для прояву власних інтересів та здібностей. Природно, що досягти цих результатів можливо лише за умови ненасильницького стимулювання моторного розвитку. Втрата масовості фізкультурного руху, спадок «дворового спорту», неможливість для багатьох сімей користуватися платними послугами у сфері фізичного виховання дітей викликають необхідність активізації й систематизації процесу навчання ігор з елементами спорту в молодших класах.

На підставі аналізу психолого-педагогічної і методичної літератури доходимо висновку, що застосування спортивних і рухливих ігор у

навчально-виховній діяльності початкової школи значно впливає на формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів, зокрема таких, як: міжособистісне спілкування, побудова стосунків, культурна поведінка, виявлення співчуття, вирішення конфліктів, спільної роботи в команді (соціальне здоров'я); самоконтролю, самооцінки, критичного мислення, прийняття рішень, прояву волі і наполегливості, управління емоціями (психологічне здоров'я); прояву поваги, співпереживання, свідомої дисципліни, колективізму, вимогливого ставлення до себе (морально-духовне здоров'я), рухової активності, загартування, правильної організації праці і відпочинку, здорового способу життя (фізичне здоров'я).

Натомість спортивним іграм під час навчання у вищому навчальному закладі не надається належної уваги. Наслідком цього є неготовність майбутніх учителів організовувати, навчати і проводити спортивну діяльність в початкових класах, оскільки вони, зазвичай, не знайомі із методикою їх проведення, правилами спортивних ігор і т. ін. Відтак, у процесі навчання виникає необхідність підготовки майбутніх учителів початкових класів до здійснення спортивно-ігрової діяльності як здоров'язбережувальної.

Дозвіллєва діяльність. Важливою складовою здоров'язбережувальної діяльності вчителя початкової школи є організація дозвілля молодших школярів. Перехід до ринкової системи відносин, наголошує В. Бочелюк, спричинює необхідність постійно збагачувати зміст діяльності установ культури, методи її здійснення і шукати нові дозвіллєві технології. Основне їхнє завдання полягає в розвитку соціальної активності і творчого потенціалу особистості, організації різноманітних форм дозвілля і відпочинку, створення умов повної самореалізації особистості у сфері дозвілля [32]. Він безпосередньо впливає і на її виробничо-трудова сфера діяльності, тому що в умовах вільного часу найбільш сприятливо відбуваються рекреаційно-відбудовні процеси, що знімають інтенсивні фізичні та психічні

навантаження. Використання вільного часу є своєрідним індикатором культури, кола духовних потреб та інтересів конкретної особистості або окремої соціальної групи. Як частина вільного часу дозвілля залучає особистість своєю нерегламентованістю і добровільністю вибору його різних форм, демократичністю, емоційною забарвленістю, можливістю поєднати фізичну й інтелектуальну діяльність, творчу і споглядальну, виробничу й ігрову.

Науковець доходить висновку науковець, що дозвілля – це сукупність занять у вільний час, за допомогою яких задовольняються безпосередні фізичні, психічні і духовні потреби, в основному відновлювального характеру. На відміну від природної основи відновлення сил людини, дозвілля є специфічним, соціальним способом регенерації цих сил [32].

На важливості активного дозвілля акцентував І. Сеченов. На його думку, такий вид відпочинку стимулює рухову функцію організму, обмін речовин, нервову систему. Оптимізація дозвілля, продовжує автор, дозволяє зберегти працездатність особистості, її гармонійний розвиток, збереження її здоров'я [228].

Науковці (М. Безруких, В. Болотов, Л. Глебова С. Гончаренко Е. Рапацевич та ін.), під дозвіллям розуміють вільний від занять час, що використовується для читання, занять мистецтвом та технікою, ігор, прогулянок, спорту, тобто всіма видами корисної діяльності відповідно до інтересів школярів.

Дозвілля є специфічною сферою соціалізації та інкультурації особистості, зауважує Т. Гончар. У процесі неформального спілкування, в ігровій, розважальній діяльності, діяльності за інтересами в дитини формуються ціннісні орієнтації, моделі поведінки і спілкування, які функціонують у дозвіллєвих спільнотах і далеко не завжди співпадають із тими, які намагаються прищепити їй сім'я і школа [54].

Цієї думки дотримується С. Омельченко, зауважуючи, що правильно організоване дозвілля, тобто раціональне використання вільного часу,

оптимальне сполучення в ньому основних функцій: відновлення фізичних та психічних сил людини як запорука фізичного й психічного здоров'я є одним з найбільш важливих чинників соціалізації. Правильна організація вільного часу дитини, продовжує авторка, це умова для розвитку, самореалізації, розкриття закладених природою нахилів і здібностей, залучення школярів до різних видів діяльності [189].

З. Петрова зазначає, що дозвілля – це соціально спрямована позитивна діяльність творчого характеру в контексті вільного часу, яка не регламентована певними завданнями, зовнішніми по відношенню до особистості. Саме дозвілля, продовжує авторка, дозволяє людині самостверджувати свою істинну сутність. Завданнями дозвіллевої діяльності, на її думку, є розвиток духовного й творчого потенціалу особистості, естетичних почуттів, її фізичне виховання. Відтак, особистість має здійснювати усвідомлений вибір між пасивним відпочинком та соціальною активністю на користь останньої [200].

Дещо по-іншому розглядає дозвілля Г. Усачова, акцентуючи, здебільшого на культурно-дозвіллевій діяльності, механізмами якої, на її думку, є введення школярів у художньо-творчу, інтелектуально-пізнавальну, професійно-профільну діяльність, створення соціально-виховних ситуацій, проектування різних заходів з паралельною діагностикою їхньої ефективності, спостереження за індивідуальним розвитком кожного школяра, засвоєння учнями національно-культурних світоглядних позицій [250].

Як ми бачимо, майже всі науковці єдині в тому, що дозвілля школярів повинно бути організованим і сприяти активному відпочинку задля розвитку їхніх творчих здібностей, залучення до культурних цінностей суспільства. Натомість жодний з них не визначає ролі дозвілля у збереженні здоров'я. На нашу думку, саме дозвілля може сприяти формуванню як навичок здоров'язбереження, так і навичок, що можуть погіршити здоров'я, якщо не займатися його організацією цілеспрямовано.

На доцільності підготовки вчителя до організації соціально корисного відпочинку дітей наголошував К. Ушинський наголошуючи на тому, що час дозвілля має бути обов'язково насиченим справами, які сприяють розвитку дитини: «необхідно, щоб для вихованця стало неможливим те лакейське проведення часу, коли людина залишається без роботи в руках, без думки в голові, оскільки саме в ці хвилини псується голова, серце й мораль» [7, с. 52]. Аналогічної думки дотримувався й інший видатний педагог – В. Сухомлинський, який уважав необхідною підготовку педагогів до забезпечення здоров'язбережувального дозвілля школярів. Зокрема він, акцентував на необхідності організації вчителем посильних для дитини фізичних навантажень (праці, екскурсій, прогулянок на свіжому повітрі), стверджуючи, що здоров'я вливається в дитячий організм життєтворчим джерелом тоді, коли після трудової напруги дитина відпочиває [247].

З огляду на вищезазначене, доходимо висновку, що в ході навчання майбутніх учителів початкових класів особлива увага повинна приділятися їхній підготовці до організації дозвіллевої діяльності молодших школярів, яка сприятиме формуванню в них здоров'язбережувальних навичок і вмінь, що є основою збереження і зміцнення усіх складових індивідуального здоров'я.

Екологічна діяльність. Ще одним видом здоров'язбережувальної діяльності в початковій школі, на нашу думку, є екологічна, спрямована на формування екологічної культури молодших школярів. Зауважимо, що формування екологічної культури, гармонійних відносин людини і природи є одним із основних напрямків національного виховання, що зумовлено багатьма причинами і насамперед наслідками Чорнобильської катастрофи, високим рівнем радіаційної, хімічної забрудненості довкілля. З огляду на це завданням початкової школи є формування у молодших школярів відчуття відповідальності за природу як національної й загальнолюдської цінності.

Як зазначає О. Козьменко, перехід суспільної свідомості до розуміння необхідності забезпечення взаємоузгодженого, гармонійного розвитку

суспільства і природи потребує нової системи цінностей у ставленні людини до природного оточення, до життя, до самої себе. Гуманізація змісту природничих знань, що надаються учням, наближення їх до сфери моральних норм є одним з пріоритетів у справі виховання почуття національної єдності підростаючого покоління. Гострота сучасних екологічних проблем висунула перед педагогічною теорією і шкільною практикою всього світу завдання виховання молодого покоління у дусі дбайливого, відповідального ставлення до природи, здатного вирішувати питання раціонального природокористування, захисту та відновлення природних багатств [134].

Це, на думку автора, пов'язано насамперед з тим, що без дбайливого ставлення до природи країни, де мешкає людина неможливе формування почуття національної ідентичності. Жива природа традиційно визнавалась у світовій педагогіці одним із найвпливовіших чинників освіти і виховання школярів. Спілкуючись з природою, вивчаючи її, діти поступово осягають світ, в якому живуть: відкривають дивне розмаїття рослинного і тваринного світу, усвідомлюють значущість природи в житті людини, її універсальну цінність, виявляють високі почуття й переживання, що спонукають піклуватися про світ природи. Природа є найдосконалішим вихователем, використання її з виховною метою дозволяє ефективно вирішувати багато педагогічних проблем, в числі яких виховання національної ідентичності є однією з найбільш злободенних для багатьох країн світу, в тому числі й для України [134].

На думку Л. Хафизової, формування в учнів відповідального ставлення до природи є складним і тривалим процесом. Його результатом повинно бути не тільки оволодіння певними знаннями й уміннями, а й розвиток емоційної чуйності, уміння і бажання активно захищати, поліпшувати, облагороджувати природне середовище [260].

Ученими (Л. Долинська, З. Огороднійчук, О. Скрипченко та ін.) доведено, що навички, поведінка дитини, моральні норми й цінності формуються за умови безпосередньої практичної діяльності із застосуванням

методів виховних вправ. Поза цілеспрямованою діяльністю ні вміння, ні навички, що складають їх, формуватися не можуть [45, с. 86]. Здійснення екологічної діяльності на уроках та в позаурочний час, акцентує О. Біда, формує в учнів уміння приймати екологічно правильні рішення, виховувати почуття любові й бережного ставлення до природи, вчить застосовувати набуті знання в повсякденному житті [21]. Натомість, акцентуючи на безперечно важливому впливі екологічної діяльності на розвиток учнів, учена не виокремлює її значення для збереження здоров'я дітей, формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь, що є важливим в подальшому житті будь-якої людини.

Не наголошує на цьому і З. Клепініна, хоча зауважує, що екологічна діяльність дітей займає одне із вагомих місць серед засобів виховання особистості і використовується як засіб розвитку пошуково-пізнавальної активності школярів, які стають широко обізнані про навколишню природу, засвоюють досвід поміркованого й обережного ставлення людей праці до довкілля. Підпорядкована справі державного становлення української нації, продовжує вчена, «екологічна діяльність на уроках, у позакласний та позашкільний час стає джерелом формування екологічної свідомості» [128, с. 31]. З огляду на це, всебічне вивчення природних, соціально-економічних умов та історичних особливостей рідного краю, реалізація завдань охорони природи постає як один із найдієвіших засобів формування активної життєвої позиції учнів на ґрунті поліаспектного сприйняття ними змісту екологічної діяльності.

Ціннісне ставлення до природи, зауважує А. Степанюк, означає усвідомлення самоцінності природи, яке зумовлюється системою світоглядних знань особистості, життєвим і соціальним досвідом, який формується й виявляється лише в процесі активної оцінної діяльності, тобто вмінням оцінювати. Формування саме таких оцінних навичок у дітей молодшого шкільного віку досягається вивченням народного історичного досвіду, традицій спілкування з природою, ставлення до неї [244, с. 12].

При цьому Н. Пустовіт зауважує, що екологічна діяльність, сприяє особистісному розвитку школярів, забезпечує збереження психічного здоров'я школярів [214]. Не заперечуючи твердження науковця, переконані, що екологічне виховання сприяє не лише збереженню психічного здоров'я. На нашу думку, екологічна діяльність сприяє формуванню у молодших школярів здоров'язбережувальних навичок і вмінь: дбайливого ставлення до природи, поваги до українського народу (морально-духовне здоров'я); навички культурної поведінки, спільної роботи з іншими людьми, міжособистісного спілкування; побудови стосунків, виявлення співчуття (соціальне здоров'я); навички самоконтролю, самооцінки, самосвідомості, критичного мислення; прийняття рішень (психологічне здоров'я); навички рухової активності, загартування правильної організації праці і відпочинку, здорового способу життя (фізичне здоров'я). З огляду на зазначене, перед вищою школою постає завдання підготовки майбутніх учителів початкової школи до здійснення екологічної діяльності молодших школярів, з урахуванням збереження і зміцнення їхнього здоров'я.

З огляду на вищезазначене, доходимо висновку, що здійснення навчально-виховної, фізкультурно-оздоровчої, ігрової, спортивно-ігрової, дозвілєвої та екологічної діяльності в початковій школі сприяє збереженню та зміцненню індивідуального здоров'я молодших школярів і передбачає формування у них відповідних здоров'язбережувальних навичок і вмінь.

РОЗДІЛ 2

ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЯК ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА

2.1. Підготовка майбутніх учителів початкових класів до здоров'язбережувальної діяльності в теорії педагогіки

Сьогодні в проблемне поле обговорення потрапляють майже всі основні характеристики процесу навчання: формування особистості (у світлі соціально значущих властивостей і якостей), зміст теоретичної та практичної підготовки як школярів, так і майбутніх фахівців, шляхи й засоби мотивації навчально-пізнавальної активності тощо. При цьому, зауважує І. Лебедик, традиційні проблеми одержали нові імпульси розвитку, а головне – нові повороти, нові грані в самій постановці цих проблем і далі – в пошуку ефективних шляхів їх вирішення [150]. У зв'язку з цим, актуальним питанням модернізації сучасної освіти постає проблема оновлення змісту підготовки майбутнього вчителя і зокрема – вчителя початкової школи.

Механізми професійної підготовки майбутнього фахівця учені розуміють як настанову на діяльність (Д. Узнадзе, О. Проскура); стійкість до зовнішніх та внутрішніх впливів у процесі діяльності (О. Г. Мороз); вияв емоційно-вольового та інтелектуального потенціалу особистості в конкретному виді діяльності (В. Дяченко, Н. Левітов, А. Пуні); міжособистісні відносини як механізм регуляції поведінки людини (О. Лазурський, В. Мясіщев) тощо.

Педагогічна діяльність, за Е. Карповою, виокремлюється за своїми функціями і способом здійснення в особливу сферу суспільного виробництва: її матеріалом, метою і продуктом виступає сама людина, точніше людина як особистість – носій і творець певної діяльності [124, с. 56]. Тобто, зауважує учена, педагогічна діяльність функціонально

забезпечує відтворення наявних видів діяльності в певній культурі.

Професійно-педагогічна діяльність як категорія педагогіки вищої школи досить глибоко розкрита багатьма вченими в різних її аспектах (О. Абдуліна, Ю. Алферов, І. Богданова, Ф. Гоноболін, І. Зимняя, І. Зязюн, Т. Ільїна, Е. Карпова, Н. Кічук, Н. Кузьміна, З. Курлянд, А. Линенко, Л. Михайлова, Г. Нагорна, С. Скидан, Л. Спірін, В. Сластьонін, О. Трубіцина, О. Щербаков, Р. Хмелюк, О. Цокур, В. Якунін та ін.).

Діяльність учителя спрямована передусім на іншу людину, тобто все те, що він робить, має сенс лише тоді, коли в особистості його учня, вихованця акумулюється той науковий і соціальний досвід, який має бути переданий йому педагогом. Тільки те, що втілюється, інтегрується у внутрішній світ конкретних учнів, наголошує вчена, має сенс і визначає цінність педагогічної діяльності (за В. Семиченко).

Успіх професійно-педагогічної діяльності багато в чому залежить від наявності у педагога педагогічних здібностей та вмінь. Педагогічні здібності, за І. Зимньою, це «сукупність найрізноманітніших дій вчителя, які насамперед співвідносяться з функціями педагогічної діяльності, значною мірою виявляють індивідуально-психологічні особливості вчителя (викладача) і засвідчують його предметно-професійну компетентність» [112].

В. Сластьонін виокремлює такі педагогічні вміння: вміння виявляти рівень вихованості учнів; проектувати розвиток особистості в колективі, прогнозувати результати навчання і виховання; планувати роботу з керівництва навчальною і позакласною діяльністю учнів; відбирати, аналізувати, узагальнювати навчально-виховний матеріал; розчленовувати педагогічну діяльність на операції; виявляти і проводити в рух потенційні виховні можливості різноманітних видів діяльності учнів; планувати структуру діяльності учнів і педагогіки керівництва їхньою діяльністю; володіти прийомами і засобами педагогічної техніки в умовах, що змінюються; відшукувати найкращу форму вимог і варіювати ними в залежності від індивідуальних можливостей учнів і педагогічної ситуації;

встановлювати педагогічно доцільні стосунки з окремими учнями, малими групами, учнівським колективом, з батьками і вчителями; здійснювати поточні інструктування й оперативний контроль за роботою учнів; аналізувати одержані результати в порівнянні з вихідними даними і поставленою педагогічною метою [232]. Натомість ученим не акцентується уваги на вміннях учителя здійснювати здоров'язбережувальну діяльність, забезпечувати умови, що не зашкоджували б здоров'ю як вихованців, так і самих учителів.

Сучасні вимоги до вчителя і процесу його підготовки, наголошує В. Чайка, які відображені в державних документах та законодавчих актах, зумовлені наявністю неусвідомлених елементів у професійних діях, феноменом «швидкого старіння» знань, процесами інтенсивної інформатизації суспільства, мобілізації навчання у вищій педагогічній школі для проходження всіх етапів професійного становлення, що забезпечують формування у майбутніх учителів цілісного досвіду педагогічної діяльності. Це, на думку науковця, вимагає перегляду традиційних уявлень про розвиток особистості педагога, реалізації випереджувальних технологій його професійної підготовки [265].

Проблему професійно-педагогічної підготовки та формування особистості сучасного вчителя досліджували О. Абдуліна, О. Гонєєв, О. Дубасенюк, К. Дурай-Новакова, В. Журавльов, Е. Карпова, Н. Кузьміна, А. Линенко, А. Маркова, А. Орлов, О. Павлик, В. Сластьонін, Л. Спирін, І. Харламов, Р. Хмелюк та ін. Основними напрямками підготовки майбутнього вчителя ними визначається комплекс методологічних, педагогічних, методичних проблем, які ставляться і розв'язуються через залучення студентів вищої школи до практичної педагогічної діяльності, спрямованої на підвищення рівня їхнього професіоналізму. Проте зауважимо, що вчені дещо по-різному підходять до трактування поняття «підготовка», натомість у жодному з них ми не знайшли відображення питань, пов'язаних із здоров'ям. Здебільшого наголошується на психолого-педагогічній і методичній

підготовці майбутніх учителів.

Так, Т. Мітічева розглядає педагогічну діяльність з позиції особистісного залучення до неї суб'єкта. На її думку, включення людини в діяльність призводить до необхідності розвитку нових системних якостей, прояву її як суб'єкта діяльності. З огляду на це, включення студента в різні види діяльності, що мають чітко сформульовані завдання, його активна суб'єктивна позиція сприяють успішному становленню майбутнього спеціаліста. Під суб'єктивною позицією науковець розуміє усталену систему ставлення людини до певних сторін дійсності, що потребує від неї відповідної поведінки [172].

Відтак, завданням вищої школи є підготовка студентів до здійснення майбутньої діяльності. Деякі науковці (О. Абдуліна, Н. Тализіна та ін.) зазначають, що професійна підготовка майбутніх учителів є процес формування й набуття настанов, знань та вмінь, необхідних спеціалісту для належного виконання спеціальних завдань навчально-виховного процесу.

Інші (Л. Ахмедзянова, І. Богданова, І. Зязюн, Е. Карпова, Н. Кічук, Н. Кузьміна, З. Курлянд, Р. Хмелюк та ін.) наголошують на тому, що професійна підготовка майбутніх учителів – це цілісний процес засвоєння й закріплення загальнопедагогічних та соціальних знань, умінь і навичок.

Професійне педагогічне навчання, наголошує О. Леонтьєв, вимагає того, щоб майбутні вчителі насамперед глибоко на теоретичному рівні усвідомили сутність, структуру і функції педагогічної діяльності, а також окремих діяльностей (дій, а потім операцій), що складають її. Тільки на підставі цих наукових узагальнених уявлень, зауважує учений, можна сформувати вміння правильно, професійно діяти в кожній конкретній педагогічній ситуації, здійснюючи відповідний аналіз, приймаючи обґрунтовані рішення, виконання яких забезпечує досягнення мети [152, с. 107].

Однією з актуальних проблем вищої школи, на думку Л. Хомич, є розробка сучасної концепції формування майбутнього вчителя. Учена

наголошує на тому, що потребує вдосконалення насамперед їхня професійно-педагогічна підготовка, зокрема, її конкретизація і наближення до майбутньої професійної діяльності. З огляду на це, зауважує вчена, з особливою гостротою постає «проблема оволодіння майбутніми вчителями сучасною педагогічною технологією – системою знань, умінь і навичок, потрібних для успішної організації навчання у школі» [262, с. 3].

На думку І. Богданової, фундаменталізація професійно-педагогічної підготовки вчителя передбачає: впровадження блоків різноманітних педагогічних дисциплін як єдиного комплексу наук про освіту, навчання та виховання людини, які дають змогу вчителю в умовах різнорівневої освіти задовольняти потреби суспільства у висококваліфікованих фахівцях; багатоступеневість освітньої та професійної підготовки; підвищення академічного, наукового рівня педагогічних програм з урахуванням їх випереджувального характеру стосовно суспільного життя; інтеграцію педагогічної освіти в міжнародний освітній простір [24, с. 18].

Для того, щоб студенти були готові до професійно-педагогічної діяльності, вони повинні пройти необхідну загальну педагогічну підготовку, а також професійну підготовку зі спеціалізації. О. Абдуліна вважає, що загальнопедагогічна підготовка вчителя – це процес учіння студентів у системі навчальних занять з педагогічних дисциплін і педагогічної практики і результат, що характеризується певним рівнем розвитку особистості вчителя, сформованості загальнопедагогічних знань, умінь і навичок. Система загальнопедагогічних знань, умінь і навичок є загальною, необхідною кожному вчителю незалежно від спеціальності (вчителю історії і математики, фізики і хімії, початкових класів та ін.) для реалізації його соціально-професійних функцій (звідси поняття «загальнопедагогічна підготовка»).

Весь комплекс педагогічних дисциплін, за словами О. Абдуліної, визначає «професійну спрямованість педагогічного інституту, складає ядро професійної підготовки студентів педвузів» [1]. Авторка розглядає загальнопедагогічну підготовку як гармонійне поєднання загального,

особливого та індивідуального, тобто взаємозв'язок загального (ядра), особливого (з урахуванням специфіки факультету) та індивідуального (диференціація та індивідуалізація навчання і виховання).

Узагальнюючи висловлене вище, не можна не погодитися з С. Литвиненко, яка наголошує на тому, що педагогічна підготовка у вищому навчальному закладі не тільки зумовлює професійне становлення студентів, але й виконує орієнтаційні, розвивальні, теоретичні, методологічні та діяльнісні функції, озброює майбутнього вчителя методами теоретичного аналізу, сприяє формуванню відповідних умінь і навичок, розкриває сутність, діалектичну природу, головні закономірності педагогічного процесу, забезпечує розуміння всього багатства педагогічних явищ, їх внутрішніх зв'язків і можливість прогнозування їх розвитку [155, с. 51]

В аспекті нашого дослідження необхідно визначити особливості підготовки майбутніх учителів саме початкової школи. Розглядаючи підготовку майбутніх учителів початкових класів на сучасному етапі, зауважимо, що вчені також по-різному підходять до її вирішення.

На проблемі підготовки вчителів початкової школи ще в XIX столітті акцентував фундатор вітчизняної педагогіки – К. Ушинський. Зокрема він зазначав, що майбутній учитель повинен оволодіти дидактикою, особливостями організації навчального процесу, методикою викладання окремих предметів. З огляду на це ним було запропоновано цілісну систему підготовки вчителя початкової школи, що містить загальнонауковий, спеціальний та педагогічний аспекти. Головним завданням у підготовці педагогічних кадрів К. Ушинський уважав вироблення у них свідомого ставлення до практичної діяльності й створення міцних основ для майбутньої праці над собою. Педагогічні ідеї видатного вченого щодо необхідності відповідної підготовки вчителя народної школи в цілому і вчителя початкової школи зокрема не втратили свого значення й сьогодні [251].

Зауважимо, що вчитель початкових класів повинен здійснювати різноманітну діяльність, пов'язану з навчанням і вихованням учнів

молодшого шкільного віку. Отже, перед вищою школою постає завдання підготувати студентів до навчальної, виховної, соціальної, оздоровчої, екологічної, спортивної, здоров'язбережувальної, ігрової, дозвіллевої, творчої діяльності, ураховуючи вікові та індивідуальні особливості школярів.

На підставі аналізу професійної діяльності вчителів початкових класів Л. Хомич доходить висновку, що вони не завжди підготовлені до творчого розв'язання навчально-виховних завдань, що призводить до того, що вони недостатньо сприяють розвитку індивідуальності кожного молодшого школяра. На її думку, значною мірою це зумовлено тим, що професійно-педагогічні знання, яких набувають майбутні вчителі під час навчання у вищій школі, не становлять єдиної системи, що функціонує в реальній практичній діяльності вчителя. Учена зазначає також, що студенти факультетів початкового навчання «недостатньо усвідомлюють значення провідних ідей і тенденцій передової педагогічної науки і практики, не завжди знають шляхи використання педагогічної теорії на практиці» [262, с. 4].

О. Савченко ядром професійної підготовки вважає її зміст, фундаментальність якого має забезпечити випереджувальну підготовку спеціаліста. Розглядаючи зміст професійної підготовки вчителя початкових класів, науковець доходить висновку щодо його невідповідності цьому положенню. Початкова освіта, зауважує вчена, є багатопредметною. Сучасному вчителю необхідно забезпечити повноцінний навчальний процес, а отже, нагальною є потреба оновлення змісту методичної підготовки вчителів за принципом цілісності, системності та інтеграції; урахування тих процесів, які визначають діяльність сучасної початкової школи. Відтак, на думку О. Савченко, необхідно змінити існуючу традицію – будь-що забезпечити навантаження усіх викладачів – а переорієнтувати кадри на підготовку нових курсів відповідно до нових потреб практики [224, с. 3]. З огляду на зазначене, вона доходить такого висновку: у формуванні особистості майбутнього вчителя початкових класів необхідно

згармонізувати загальнокультурні, психолого-педагогічні і методичні знання, вміння, способи діяльності, посилити їх професійну спрямованість, забезпечити фундаментальність базової підготовки через запровадження державних стандартів, зміну об'єктів моніторингу, створення умов для персоніфікованої педагогічної освіти [224, с. 4].

Н. Колмакова доходить висновку, що професійно-педагогічна підготовка майбутніх учителів початкових класів є сукупністю взаємопов'язаних елементів, які виконують певну роль і відображаються у відповідних блоках, визначених у державному стандарті вищої педагогічної освіти. Зазначені елементи на підставі інтеграції складають цілісну систему, метою якої є забезпечення якісної підготовки педагога як спеціаліста [135].

Аналогічної думки дотримується Ю. Вавілов, який виявляв особливості професійно-особистісного становлення учителя початкових класів на стадії навчання у вищому педагогічному навчальному закладі. У ході дослідження учений доходить висновку, що професійно-особистісне становлення вчителя у вищій школі є системним процесом засвоєння педагогічної діяльності, формування особистості вчителя на підставі єдності їхніх загальних, специфічних та індивідуальних властивостей [34]. З огляду на те, що робота вчителя початкової школи має певні відмінності від роботи вчителів-предметників, науковець виокремлює якості, якими, на його думку, необхідно володіти вчителю початкової школи: спрямованість на педагогічну роботу саме з молодшими школярами; любов до тих навчальних предметів, що викладаються в початковій школі; професійна підготовка, орієнтована на програму навчання в початковій ланці; уміння викладати навчальний матеріал у простій, доступній для молодших школярів формі; яскраве образне мислення; знання вікових та індивідуальних особливостей учнів початкових класів, можливостей і резервів їхнього розвитку; уміння спілкуватися з молодшими школярами, підтримуючи їхню безпосередність та емоційність; емпатія; педагогічна зіркість, спостережливість; особлива турбота і доброта, материнська ласка щодо учнів, схильність до ігрових

методів навчання [34, с. 4]. Зауважимо, що, на жаль, науковцем не акцентується увага на здоров'язбережувальній діяльності вчителя початкової школи, хоча певною мірою зазначені якості і впливають на здоров'язбереження учнів.

Предметом наукового дослідження С. Литвиненко виступили теоретико-методичні засади підготовки майбутніх учителів початкових класів до соціально-педагогічної діяльності. Зазначений процес, на думку автора, є дуже важливим і обумовлений розширенням функцій професійно-педагогічної діяльності в умовах бурхливих соціально-економічних змін, посиленням педагогічної складової в діяльності різних соціальних інституцій; зростанням вимог до якості професійно-педагогічної підготовки фахівців, що визначається інноваційними процесами в освіті, відродженням гуманістичних ідей у вітчизняній педагогіці, розвитком педагогіки соціалізації і т. ін. [155].

Підготовку майбутніх учителів початкових класів до соціально-педагогічної діяльності, науковець визначає як процес і результат:

- теоретико-методичної підготовки – засвоєння системи методологічних, науково-теоретичних, практичних знань. Вироблення ціннісного ставлення до них, розвиток творчого мислення і загальної культури, формування продуктивних способів пізнавальної діяльності;
- формування загальнопедагогічних умінь (аналітико-діагностичних, конструктивно-організаторських, прогностичних, комунікативних, рефлексивних), оволодіння технологіями соціально-педагогічної діяльності;
- усвідомлення суспільного й особистісного значення соціально-педагогічної діяльності, виникнення потреби використання цієї діяльності у практиці роботи, розвиток педагогічної спрямованості. Орієнтації на особистісну модель взаємодії з дітьми, професійно-особистісних якостей та індивідуальності студентів, становлення суб'єктності майбутнього вчителя на підставі формування в нього потреби у професійному та особистісному саморозвитку [155].

У зв'язку з цим, наголошує вчена, у процесі професійної підготовки необхідний поступовий перехід від інформативних до активних методів і форм у навчально-виховному процесі вищого навчального закладу з включенням у діяльність студентів елементів проблемності, наукового пошуку, різних форм самостійної роботи, до такої взаємодії викладача й студентів, за якої акцент зміщується з навчальної діяльності викладача на пізнавальну діяльність, продуктивну навчальну взаємодію студентів [155].

Учена доходить висновку, що підготовка вчителів нового покоління покликана подолати суперечності між традиційною орієнтацією на підготовку вчителя-предметника і сучасною орієнтацією на професіонала, здатного працювати в мікросоціумі, створювати умови для успішної соціалізації дітей.

В аспекті дослідження привертають увагу наукові розвідки вчених (І. Бех, Л. Білик, А. Богуш, І. Зязюн, П. Плахтій, І. Піскунова, О. Савченко, Л. Сущенко та ін.), в яких висвітлюються проблеми підготовки студентів вищої педагогічної школі до здійснення фізичного виховання і формування здорового способу життя особистості дитини. Хоча ними і розглядаються деякі аспекти підготовки майбутніх учителів до здійснення діяльності, спрямованої на збереження здоров'я школярів, проте проблема підготовки студентів факультетів початкового навчання до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів, на жаль, не знайшла свого відображення в наукових роботах.

У межах започаткованого дослідження, значний інтерес викликає дисертаційна робота Б. Максимчука, який досліджував процес підготовки майбутніх учителів початкових класів до організації спортивно-масової роботи. Аналізуючи навчальну діяльність у початковій школі, науковець акцентує на тому, що вміння учителів забезпечувати проведення учнями спортивно-масової роботи прямо й активно впливає на результативність навчання, адже успішність учнів значно залежить від рівня концентрації їхньої уваги, яка досягається поєднанням на уроках навчального

навантаження з легкими фізичними вправами, що сприяє активному відпочинку й поліпшенню загального рівня у сприйнятті навчального матеріалу [161].

У своєму дослідженні Б. Максимчук ключовим поняттям визначає спортивно-масову роботу, провідною сутністю якої є організація і проведення масових спортивних заходів для дітей з метою сприяння поліпшенню фізичної підготовленості, виявленню сильних спортсменів, пропаганді здорового способу життя, що сьогодні є одними з найактуальніших проблем розвитку молодших школярів. В основу спортивно-масової роботи автором покладено масові фізкультурні заходи, зокрема свята фізичної культури, масові видовищні заходи показового і розважального характеру тощо [161]. Натомість науковець не досліджує роль спортивно-масової роботи у формуванні здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів, не акцентує уваги на необхідності підготовки до цієї діяльності майбутніх учителів початкової школи.

Близьким в аспекті нашого дослідження є розгляд О. Філіп'євою проблеми підготовки майбутніх учителів початкової школи до валеологічного виховання учнів. Авторкою наголошується на тому, що навчально-виховна діяльність учителів початкових класів є одним із найважливіших чинників збереження та зміцнення здоров'я учнів, формування у них валеологічної свідомості, розвитку вмінь і навичок правильної організації життєдіяльності.

У ході дослідження О. Філіп'єва доходить висновку, що в системі вищої педагогічної освіти залишаються суттєві резерви навчального процесу, які важливо ефективно використовувати з метою покращення професійної підготовки майбутніх учителів початкових класів до валеологічного виховання учнів. Вони, на думку науковця, пов'язані з формуванням відповідального ставлення до питань валеологічного виховання, забезпечення необхідної інформованості майбутніх учителів та їхньої практичної підготовки до вирішення питання валеологічного впливу на учнів

[257].

Натомість, як свідчить практика, майбутні вчителі початкової ланки освіти недостатньо готові до такого виду діяльності, не мають уявлення про глобальність катастрофічного стану здоров'я нинішнього покоління дітей. Відтак, одним із основних завдань, що стоять перед вищою школою, є не лише підготовка майбутніх учителів початкових класів до викладання навчальних предметів, проведення виховних заходів, а й оволодіння ними певних технологій, спрямованих на збереження фізичного, психічного, морально-духовного, соціального здоров'я.

З огляду на зазначене, під час навчання майбутніх учителів початкових класів у вищому педагогічному навчальному закладі необхідно, на нашу думку, належну увагу приділяти усвідомленню ними значущості формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів, дотримання здорового образу життя, оволодіння необхідними психолого-педагогічними основами і відповідними професійними навичками для здійснення такої діяльності; поглибленому вивченню, систематизації та інтеграції знань у галузі валеології тощо.

З урахуванням специфічної діяльності вчителя початкової школи, що виявляється у тому, що він постійно знаходиться з дітьми, викладає майже всі шкільні предмети, їх необхідно спрямувати на використання міжпредметних зв'язків у навчально-виховному процесі, що забезпечить цілісну підготовку до застосування здоров'язбережувальних технологій. Проте, як свідчить аналіз наукових доробок, увага науковців здебільшого концентрується лише на одному з видів діяльності вчителя. Так, Ю.Коваленко, зазначає, що вирішення завдань збереження і зміцнення здоров'я дітей повинно відбуватися «через формування оптимального фізичного розвитку, розвитку фізіологічних систем організму дитини, формування рухових умінь та навичок, розвитку фізичних якостей, формування у дітей потреби в самовдосконаленні свого організму та зміцнення здоров'я засобами фізичних вправ» [131, с. 9].

Цілком погоджуючись з ученою щодо важливості фізичного виховання для молодших школярів, зауважимо, що це є дещо однобічний підхід до розуміння феномена «здоров'я», оскільки він містить не лише фізичне, а й соціальне, психічне, моральне здоров'я. Не акцентується науковцем і на необхідності формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів у ході занять фізичною культурою.

Відтак, на підставі вивчення наукової психолого-педагогічної літератури, дисертаційних досліджень щодо підготовки майбутніх учителів і зважаючи на аспект нашого дослідження, ми дійшли висновку, що **професійна підготовка майбутніх учителів початкового навчання до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь дітей молодшого шкільного віку у навчально-виховному процесі** – це цілісний педагогічний процес, який характеризується набуттям студентами фундаментальних знань у галузі фізичного, морально-духовного, соціального та психологічного розвитку дітей, їхніх індивідуальних та психофізіологічних особливостей, формування на їх підставі відповідних умінь і навичок, що сприятимуть здійсненню ними ефективних заходів щодо формування у молодших школярів здоров'язбережувальних навичок і вмінь у подальшій роботі, використовуючи різні види діяльності (начально-виховну, фізкультурно-оздоровчу, ігрову екологічну, дозвіллеву спортивно-ігрову тощо).

Отже, професійна підготовка майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів розглядається нами як процес, результатом якої є готовність студентів до здійснення зазначеної діяльності.

Зазначимо, що проблема готовності майбутніх фахівців до професійної діяльності загалом не є новою в педагогіці вищої школи і досліджена в різних напрямках і професійних галузях:

- у галузі підготовки вчителя (О. Абдуліна, Ю. Алферов, Л. Ахмедзянова, І. Богданова, С. Будаков, Ф. Гоноболін, І. Зязюн, Т. Ільїна,

Е. Карпова, Н. Кічук, Л. Кондрашова, Н. Кузьміна, З. Курлянд, А. Линенко, Г. Нагорна, Л. Спірін, В. Сластьонін, Р. Хмелюк, О. Цокур, О. Щербаков та ін.);

- інженерно-педагогічний (А. Батишев, Б. Белькевич, В. Блюхер, Е. Зеєр, В. Зборовський, М. Зотєєва, О. Гонопольський, Г. Карпова, В. Ложкін, П. Підкасистий, Р. Чакєнова, П. Ярмоленко ат ін.);

- технічно-інженерній (І. Мальхер, Л. Мойсеєнко, Л. Соломко та ін.);

- військовій (Г. Гапончук, В. Григорьянц, Л. Железняк, М. Єфімов, А. Кузнецов, В. Моїсєєв, О. Прокофієв, О. Тарасов, С. Чернєєв, П. Шпак та ін.); медичній (В. Лавренко, І. Матюшин та ін.);

- юридичній (Б. Бовін, Г. Васильєв, А. Вахов, І. Ващенко, І. Голосніченко, Н. Горбач, А. Гранін, Є. Додін, Ф. Думко, В. Дяченко, А. Жалинський, Г. Запорожцева, А. Зелінський, В. Коновалова, А. Морозов, В. Тюріна, П. Юхновець, Х. Ярмакі та ін.).

За словниковими джерелами, «готовність» тлумачиться як «стан, за яким усе зроблено, все готове для чогось» [188]. У словнику професійної освіти готовність визначається як «уміння виконувати певні операції і творчо підходити до їх виконання, це знання і володіння навичками» [211]. У сучасному педагогічному словнику подано визначення поняття «професійна готовність студента», яке є важливим для нас, з огляду на те, що ми розглядаємо процес підготовки саме студентів до майбутньої педагогічної діяльності. Зазначений феномен трактується як інтегративна особистісна якість і суттєва передумова ефективності діяльності після закінчення вищого навчального закладу [235].

З позиції психології готовність до діяльності розуміється як функція психіки, психічний стан суб'єкта діяльності, як процес і результат формування настанов, що виявляються в активності й успішному здійсненні обраної професії. Л. Кадченко визначає професійну готовність як складне особистісне утворення, що забезпечує високі результати педагогічної роботи і містить у собі професійну спрямованість психологічних процесів,

професійні знання, вміння і навички; здатність до подолання труднощів, само оцінювання результатів праці, потребу в професійному самовдосконаленні [122].

В. Зінченко, В. Гордан визначають готовність як стан мобілізації всіх психофізичних систем людини, що забезпечують ефективне виконання певних дій... Конкретний стан готовності до дії визначається поєднанням факторів, які характеризують різні аспекти готовності: фізичну підготовку, необхідне нейродинамічне забезпечення дії, психологічні умови готовності [113].

Розглядаючи готовність як якість особистості та психічний стан, М. Дьяченко та Л. Кандибович, розуміють її як актуалізацію і пристосування можливостей особистості для успішної діяльності в певний момент, а також як внутрішню налаштованість особистості на певну поведінку під час виконання навчальних і трудових завдань, на станову на активні й доцільні дії [100].

В. Крутецький визначає готовність як синтез властивостей особистості, що містить активне позитивне ставлення до діяльності, стійкі інтелектуальні почуття, сприятливий психічний стан, певний фонд знань, умінь, навичок з відповідної галузі, придатність до конкретної діяльності [145].

Українські психологи (Є. Машбиць, В. Моляко) розглядають психологічний аспект готовності фахівця і виділяють у ньому функціональний і особистісний аспекти. Функціональний – пов'язаний з певним станом психологічної функції, що сприяє досягненню високих показників у діяльності. Особистісний аспект учені пов'язують з результатом підготовки майбутнього спеціаліста до певної діяльності. Відтак, на їхню думку, психічна готовність – це інтегральне утворення особистості, що обіймає низку компонентів та сукупність знань, умінь, навичок і особистісних якостей, адекватних вимогам, змісту та умовам діяльності [175].

Психологи розглядають готовність як особливий психічний стан, що

виникає як прояв якісного новоутворення у структурі особистості на певному етапі її розвитку. Це вибіркова активність особистості у процесі підготовки до діяльності чи її виконання. Хоч окремі психологи (І. Зимня) відзначають і готовність до професії. Так, І. Зимня пише, що готовність передбачає відрефлексовану спрямованість на професію типу «людина-людина», світоглядну зрілість людини, широку і системну професійно-предметну компетентність, а також комунікативну, дидактичну потреби і потребу в ампліфікації [112].

Отже, на підставі психологічних досліджень, ми можемо зазначити, що готовність до професійної діяльності – це такий психофізичний стан спеціаліста, який володіє знаннями, вміннями, навичками, в якому він може негайно перейти до безпосереднього виконання своєї професійної діяльності.

Зазначимо, що педагоги (Н. Кузьміна, В. Сластьонін, Л. Спірін та ін.) описують змістовий і практичний бік професійної діяльності. На їхню думку, готовність до професійної діяльності – це сукупність знань, умінь і навичок, які забезпечують успішне виконання професійної діяльності.

Найбільш широке визначення готовності до педагогічної діяльності ми знаходимо у Г. Троцько. За її словами, готовність – це цілісне, складне, особистісне утворення, що забезпечує високий рівень педагогічної діяльності і охоплює професійно-педагогічні погляди і переконання, професійну спрямованість психічних процесів, професійні знання, вміння долати труднощі, оцінювати наслідки своєї праці, професійно самовдосконалюватись [249].

Зазначимо, що на шпальтах психолого-педагогічної літератури феномен «готовність» вживається в різних значеннях, як-от: «готовність до дії», «підготовленість до діяльності», «готовність до діяльності», «психологічна готовність», «готовність до педагогічної діяльності». Кожне поняття несе своє смислове навантаження, хоча вони й мають спільні риси.

За Л. Григоренко, професійна готовність – це сукупність професійно-педагогічних знань, умінь, навичок та особистісних якостей, що

забезпечують результативність роботи шкільного вчителя. Натомість, як бачимо, автор не визначає, які саме якості, знання, вміння, навички, що входять до структури готовності, не виділено ставлення до педагогічної діяльності [59].

У ґрунтовному дослідженні щодо формування професійної готовності студентів до педагогічної діяльності К. Дурай-Новакова визначає її як закономірний результат широкого розуміння поняття професійної підготовки, розвиток професійної спрямованості, професійного становлення. Авторка виходить з того, що педагогічна діяльність і професійна готовність є взаємозалежними, зважаючи на те, що у процесі засвоєння педагогічної діяльності відбувається формування професійно значущих властивостей особистості [99].

С. Литвиненко визначає готовність майбутніх учителів початкових класів до соціально-педагогічної діяльності як результат професійно-педагогічної підготовки, як інтегральне багаторівневе динамічне утворення, структура якого обіймає мотиваційний, змістовий, діяльнісно-технологічний, креативний компоненти, що виявляються і реалізуються в цілісній системі взаємодії вчителя й учнів [155].

Формування готовності майбутніх учителів до виховної діяльності було предметом дослідження Л. Кравцової [142], яка зазначає, що професійна підготовка переважно визначається усталеними мотивами і психічними особливостями особистості, а її розвиток розпочинається з ознайомлення зі світом професії. Надалі здійснюється набуття знань, умінь, навичок, здібностей їх реалізовувати в конкретних умовах професійної діяльності, укріплення професійних мотивів, позитивного ставлення до обраної спеціальності, підвищення вимогливості до себе, самокритичності тощо. Завершується процес тим, що готовність стає усталеним особистісним утворенням, критеріями якого виступають зміна, ступінь вираження, сформованості основних компонентів, насамперед можливості успішно реалізовувати професійні завдання.

Виходячи з цього, авторка розглядає готовність учителя до виховної роботи як результат професійної підготовки до педагогічної діяльності, що передбачає: глибокі знання психолого-педагогічних дисциплін і теоретичних основ виховання школярів; сформовану потребу у використанні цих знань під час організації виховної роботи; комплекс певних особистісних характеристик, необхідних педагогу, що організовує виховну роботу.

Натомість учена акцентує увагу на тому, що професійна готовність до виховної роботи є не лише результатом, а й метою підготовки, початковою й основною умовою ефективної реалізації можливостей кожної особистості. Цим, на думку Л. Кравцової, підкреслюється діалектичний характер готовності як якості і як стану, а також динамічного процесу.

За результатами дослідження авторка доходить висновку, що готовність студентів вищого педагогічного навчального закладу до виховної роботи є багатокомпонентною особистісно й професійно значущою характеристикою, що містить загальнокультурну, предметну, психолого-педагогічну та методичну складові, кожна з яких є являє собою багаторівневі структури, взаємопов'язані й взаємопроникливі одна в одну і спрямовані на професійне зростання педагога та підвищення результативності виховної роботи. Відтак, формування готовності студентів до виховної роботи розглядається нею як складний, діалектичний та динамічний процес, спрямований на вирішення суперечностей у взаємодії особистості (суб'єктивного) і професії (об'єктивного), що пов'язано з привласненням та створенням особистістю студента конкретної моделі професійної діяльності, і відбивається у прояві особистісних новоутворень – професійно-значущих якостей, що визначають успішне й ефективне її виконання [142].

Дещо по-іншому трактує сутність готовності студентів до виховання молодших школярів В. Васенко, який розуміє це поняття як складову готовності до педагогічної діяльності взагалі. Автором наголошується на тому, що зазначена властивість характеризується усвідомленням значущості та інтересом студентів до здійснення виховання учнів, сформованістю в них

спеціальних знань і вмінь, що виявляється в їхній самостійній професійно-педагогічній діяльності [35]. У ході дослідження виокремлюються певна сукупність знань і вмінь, що необхідні майбутньому вчителю початкової школи для ефективної роботи, зокрема вміння, спілкування, конструювання, організації, аналізу, діагностування виховного процесу. В. Васенко також акцентує на тому, що формування готовності майбутніх учителів початкових класів передбачає три етапи: 1) формування пізнавальних інтересів і потреб одночасно з оволодінням знань та вмінь, що необхідні для такої діяльності; 2) стимуляція професійних інтересів і формування професійного самовизначення; 3) потреба у професійній самореалізації, що містить самоутвердження, самоактуалізацію, систематизацію й узагальнення знань і вмінь щодо здійснення цієї діяльності [35].

Розкриваючи специфіку поняття «готовність», І. Казанжи зауважує, що її не можна розглядати лише як властивість чи ознаку окремої особистості, отже, готовність до виховної діяльності не можна зводити лише до забезпечення певного «настрою» особистості працювати за обраною спеціальністю чи до виховання, як простої суми виховання окремих якостей. У дослідженні проблеми підготовки майбутніх учителів початкових класів до позаурочної виховної роботи, науковець визначає готовність зазначеної діяльності не тільки як запас професійних знань, умінь і навичок, а й такі риси особистості, що забезпечують успішне виконання професійних функцій (переконання, педагогічні здібності, інтереси, професійна пам'ять, мислення, увага, педагогічна спрямованість думки, працездатність, емоційність, моральний потенціал особистості), тобто ставлення до явищ, подій, професійних обов'язків, зважаючи на моральні суспільні норми і вимоги до вчителя-вихователя [123].

Готовність, на думку авторки, фіксує відношення свідомості і поведінки, суб'єктивності та об'єктивності свідомості, що стійко виявляються у професійній діяльності, стосунках, закріплена в рисах характеру. Відтак, доходить висновку вчена, її зміст складають такі

інтегральні характеристики особистості, які включають інтелектуальні, емоційні та вольові властивості, професійно-моральні переконання, потреби, звички, знання, вміння, навички, педагогічні здібності [123].

Вивчаючи теоретико-методичні засади підготовки майбутніх фахівців до роботи з неблагополучними сім'ями, Т. Жаровцева наголошує на тому, що готовність – це цілісна система стійких, інтегративних особистісних утворень (якостей), що є індивідуальними для кожного випускника вищого навчального закладу ієрархічними особливостями і дозволяє йому забезпечити у процесі професійної діяльності взаємодії з дітьми та їхніми батьками [104].

В. Чайка у своєму дослідженні порушує питання теорії і технології підготовки майбутніх учителів до саморегуляції педагогічної діяльності. У ході дослідження рівень готовності студентів до зазначеної діяльності ним було визначено з позицій системного підходу за сукупністю компонентів (ціннісно-цільовий, моделювальний, дидактико-технологічний та оцінювально-корекційний), у парадигмі яких було виокремлено мотиви-цінності діяльності, наявність професійних знань, володіння практичними вміннями і навичками. Автор доходить висновку, що інтегральне взаємопов'язане і взаємообумовлене утворення цих компонентів є готовністю. При цьому вчений акцентує на тому, що теоретичні знання і практичні вміння є необхідною передумовою розвитку позитивного ставлення до професійної діяльності, водночас таке цілеспрямоване ставлення спонукає педагога до оволодіння професійними знаннями та вміннями, до самоорганізації, ініціативності, самостійності [265].

Ми поділяємо твердження В. Сластьоніна, що сутність професійної готовності поєднує чотири рівні готовності: 1) фізіологічна готовність, тобто відповідність стану здоров'я обраній професії; 2) психологічна готовність, що виявляється яскраво вираженою спрямованістю на педагогічну діяльність, настанові на роботу в навчальному закладі, наявності інтересу до дитини, потребі в самоосвіті в цій галузі знань; 3) науково-теоретична готовність, яка

передбачає оволодіння необхідним обсягом психолого-педагогічних та спеціальних знань; 4) практична готовність, що містить наявність відповідних передумов для оволодіння професійними вміннями й навичками на необхідному рівні [232].

Схожу позицію має й І. Зязюн, який розглядає професійну готовність як сформованість особистісних якостей, високий рівень спеціальних і загальних знань, здатність вирішувати різні педагогічні завдання, керувати діяльністю дітей [115].

В аспекті нашого дослідження викликає інтерес думка Ю. Коваленко, що розглядає професійну готовність як інтегративну професійно-особистісну характеристику майбутнього фахівця. При цьому автор зазначає, що зазначене явище відображає його мотивацію до фізичного виховання дітей і до самостійних занять фізичними вправами; ступінь засвоєння професійних теоретичних і методичних знань, зокрема щодо вікових анатомо-фізіологічних, психофізичних особливостей дітей, рівня їх здоров'я та фізичної підготовленості; рівень володіння вміннями та навичками щодо впровадження фізкультурно-оздоровчих технологій у роботу навчального закладу; рівень розвитку професійно значущих особистісних якостей; рівень стану здоров'я відповідно до вимог професійної діяльності [131, с. 11]. Проте науковцем досліджуються лише готовність до впровадження фізкультурно-оздоровчих технологій, що дещо звужує проблему готовності майбутніх учителів до здійснення різних видів здоров'язбережувальної діяльності в навчально-виховному процесі початкової школи.

Ми цілком поділяємо твердження В. Бабича, який, досліджуючи процес підготовки майбутніх учителів фізичного виховання до формування культури здоров'я школярів, зазначає, що професійна готовність майбутніх учителів фізичної культури (а ми можемо додати, що й учителя початкових класів також) являє собою якісне утворення особистості студента, яке розкривається через синтез його технологічної, духовної, психологічної та фізичної готовності щодо виховання здорової шкільної молоді [11, с. 8]. До

структури зазначеного явища, автором віднесено науково-теоретичний і практичний компоненти технологічної готовності, духовну, психологічну, фізичну готовність.

Науково-теоретичний компонент технологічної готовності, на думку В. Бабица, вміщує в себе сім блоків знань:

- 1) культура здоров'я особистості як соціально-педагогічна проблема;
- 2) здоровий спосіб життя та його значення;
- 3) сутність і зміст формування культури здоров'я школярів;
- 4) оздоровчі технології й методики їх застосування;
- 5) індивідуально-оздоровча система;
- 6) нормативно-правова база охорони здоров'я дітей та учнів;
- 7) історичні передумови формування культури здоров'я школярів [11].

Практичний компонент технологічної готовності становить сукупність професійний умінь, з-поміж яких: гностичні, проектувальні, конструктивні, комунікативні, організаційні та контрольно-оцінні вміння, що необхідні студентам у вирішенні питань виховання здорових школярів.

Духовна готовність, зауважує автор, являє собою сформованість у майбутніх учителів таких професійно важливих якостей, як: гуманність (прояв любові, дружелюбності, уважності до дитини), толерантність (терпимість та повага думки й поведінки кожної особистості), креативність (здатність до творчості в майбутній професійній діяльності у сфері формування культури здоров'я школярів).

Психологічна готовність характеризується сформованістю у студента позитивної мотивації до майбутньої діяльності у сфері формування культури здоров'я шкільної молоді, наявністю особистого ідеалу духовно й психофізично здорової людини, а також витривалістю до різноманітних стресів.

Фізична готовність передбачає відсутність у студентів шкідливих звичок, щоденне дотримання режиму дня (сну, праці, відпочинку, харчування тощо), застосування на практиці оздоровчих технологій, постійне вдосконалення індивідуальної оздоровчої системи [11, с. 9].

Професійна готовність як якісне новоутворення формується і виникає тільки у процесі певної предметної діяльності (фізичної, музичної, образотворчої, спортивно-ігрової, мовленнєвої та ін.), вона забезпечує як ефективне виконання діяльності, так і її подальше вдосконалення.

Достатньо цікавим, на нашу думку, є дослідження С. Барашкова, спрямоване на розв'язання проблеми формування готовності студентів вищих навчальних закладів до здоров'язбережувальної діяльності в ході професійної підготовки. Автор наголошує на необхідності формування професійно-прикладної фізичної культури, яку він розглядає як частину культури праці і фізичної культури в цілому, специфіка якої полягає у спрямованості на сприяння розвитку й оптимізації умов для реалізації психофізичних якостей і психофізіологічних процесів у людському організмі у професійній діяльності.

Під професійно-прикладною фізичною підготовкою розуміється педагогічний процес, спрямований на розвиток і вдосконалення спеціальних, професійно важливих фізичних якостей, рухових навичок і психофізіологічних функцій організму, до яких у процесі конкретної трудової діяльності ставляться підвищені вимоги. Заняття фізичними вправами із професійною спрямованістю, наголошує науковець, забезпечують активну адаптацію організму людини до праці (і що особливо важливо, до його складних видів). Це суттєво прискорює професійне навчання, створює передумови для високої і стійкої працездатності [14].

С. Барашкова доходить висновку, що готовність до здоров'язбережувальної діяльності студентів вищої професійної освіти, є складним інтегральним станом особистості, який характеризується наявністю знань, умінь та навичок, необхідних для здійснення здоров'язбережувальної діяльності, і сприяє саморозвитку, самоосвіті студентів, їхній адаптації в умовах зовнішнього середовища, що змінюється, й ефективному оволодінню професійними навичками в умовах цілісного освітнього процесу вищого навчального закладу [14].

Отже, професійна готовність майбутнього вчителя до педагогічної діяльності є досить складним полікомпонентним утворенням, яке передбачає систему знань, умінь і навичок, сформованих професійних здібностей, а також відповідних професійних якостей особистості педагога.

Під **готовністю** майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів ми будемо розуміти психофізіологічний стан майбутнього вчителя, що володіє теоретичними знаннями і практичними вміннями й навичками щодо організації та ефективного здійснення здоров'язбережувальної діяльності в початковій школі, спрямованої на формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів у навчально-виховному процесі.

З огляду на подане визначення, розглянемо структуру готовності майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів.

2.2. Структура готовності майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів

Як свідчить аналіз наукової літератури, досліджуючи формування професійної готовності майбутніх учителів, більшість науковців (К. Дурай-Новакова, Н. Кузьміна, З. Курлянд, А. Линенко, В. Мясіщев, В. Сластьонін, Л. Спірін, Г. Троцко, О. Щербаков та ін.) визначають такі структурні компоненти готовності до професійної діяльності, як:

- мотиваційний – позитивне ставлення до педагогічної професії, інтерес до роботи вчителя, стійке бажання присвятити себе педагогічній діяльності, педагогічне покликання до роботи з дітьми;
- змістовий або змістовно-операційний – професійні знання, вміння і навички, педагогічне мислення, професійна спрямованість уваги, сприймання, уяви, педагогічні здібності;

- морально-орієнтаційний – моральне обличчя педагога, педагогічні та загальнолюдські цінності, наявність прогресивних поглядів і переконань, педагогічних принципів та бажання діяти відповідно до них;
- емоційно-вольовий – цілеспрямованість, працьовитість, наполегливість, рішучість, самостійність, ініціативність, самокритичність, охайність, емоційна сприйнятливність, посидючість, терплячість;
- оцінний – самооцінка своєї професійної підготовленості і відповідності процесу розв’язання професійних завдань оптимальним педагогічним зразкам;
- психофізіологічний – висока працездатність педагога у виконанні професійних функцій: упевненість у своїх силах, прагнення доводити до кінця розпочату справу, довільно управляти своєю поведінкою та поведінкою учнів, активність, урівноваженість, витримка.

І. Слєпцова, розглядаючи проблему формування готовності майбутніх вихователів до взаємодії з дітьми дошкільного віку у процесі професійної підготовки визначає потребово-мотиваційний, комунікативно-технологічний, операційно-дієвий, інтелектуально-пізнавальний, емоційно-вольовий і оцінно-атрибутивний компоненти, кожний з яких, на думку авторки, характеризується сукупністю необхідних знань, умінь та навичок, особистісних якостей і мотиваційно-ціннісних відносин, що забезпечують успіх професійної діяльності педагога [233].

У структурі готовності майбутніх учителів початкової школи до формування здоров’язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів, на нашу думку, доцільно виокремити мотиваційний, змістовий, технологічний, рефлексивний та здоров’язбережувальний компоненти (див. схему 2.1.).

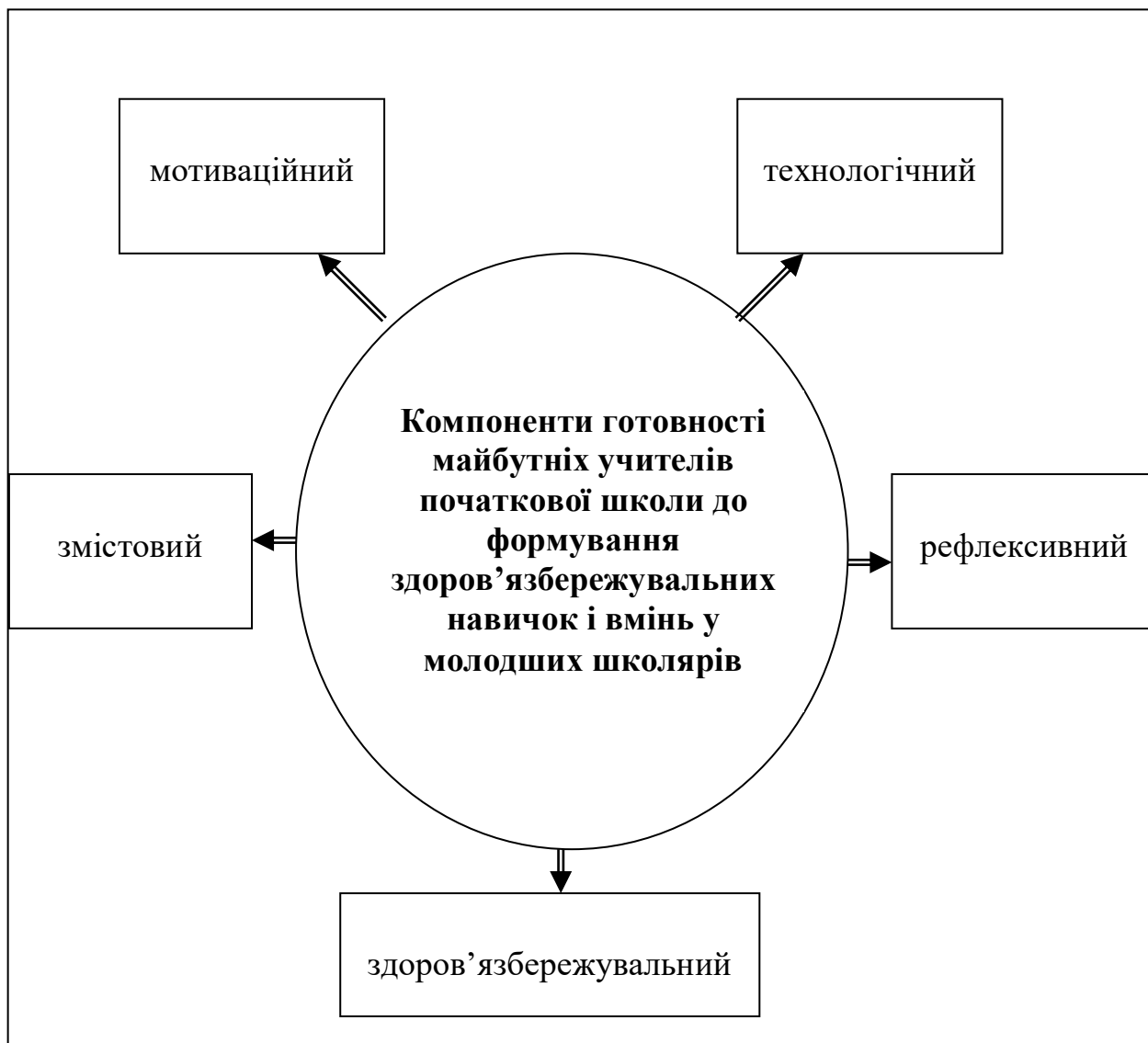


Схема 2.1. Структура готовності майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язберезувальних навичок і вмінь у молодших школярів

Розглянемо більш конструктивно виокремлені компоненти у структурі готовності майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язберезувальних навичок і вмінь у молодших школярів і визначимо критерії, показники і рівні сформованості готовності студентів до здійснення такої роботи.

Мотиваційний компонент. На значущості мотиваційного компонента у структурі готовності до професійної діяльності акцентують майже всі вчені.

Так, В. Бобрицька зазначає, що мотиваційний компонент передбачає засвоєння знань у галузі збереження і зміцнення здоров'я, результатом чого є формування мотивацій щодо набуття знань, умінь і навичок удосконалення життєдіяльності на засадах здорового образу життя як життєвої і професійної перспективи. При цьому науковець наголошує на тому, що мотиваційний компонент сприяє формуванню навичок саморегуляції діяльності, унаслідок чого розвиваються психолого-мобілізаційні процеси, здатність керувати ними, формуються цінності здорового способу життя, сталі мотивації на дотримання його норм, що є підґрунтям набуття уміння будувати й реалізовувати індивідуальну програму збереження і зміцнення здоров'я свого та інших, розраховану на ближню, середню і далеку перспективу [23].

Є. Вітун виокремлює ціннісно-мотиваційний компонент, який, на його думку, містить у собі цінності-засоби, що відображають способи досягнення мети на підставі сукупності вмінь і навичок з формування здорового образу життя; цінності-ставлення, що включають систему ставлення студентів до свого здоров'я, до здорового образу життя, до видів діяльності, що сприяють збереженню та зміцненню здоров'я; цінності-знання, тобто знання про способи і форми підтримки та зміцнення здоров'я, які складають основу здоров'язбережувальних освітніх технологій; цінності-якості, що являють собою індивідуальні особливості особистості студентів, які допомагають їм вести здоровий образ життя, дотримуючись образу і стилю життя, що не шкодить здоров'ю [43].

Розглядаючи питання взаємодії соціальних інститутів суспільства у формуванні здорового способу життя дітей та підлітків, С. Омельченко виділяє мотиваційно-потребнісний компонент здорового способу життя і зауважує, що він охоплює оптимістичний світогляд, оптимальний рівень соціокультурної толерантності; систему соціальних мотивів у сфері формування здоров'я та здорового образу життя людини, креативне ставлення до педагогічних, психологічних, соціальних процесів у вищезазначеній сфері, систему особистісно та соціально-обумовлених

потреб, які виражають соціальну сутність цього явища (потреба в систематичних заняттях, пошуку додаткової інформації про здоров'я та здоровий спосіб життя; потреба у профілактиці шкідливих звичок; потреба в удосконаленні фізичної та психолого-емоційної регуляції; стійкий інтерес до сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій, програм, методик) [189].

Мотиваційний компонент, акцентує О. Кругляк, є стрижнем для формування інших структурних компонентів. Усім видам діяльності, продовжує автор, притаманні мотивація до діяльності, знання про діяльність та практичне виконання цієї діяльності. В основі мотиваційного компонента лежить позитивне ставлення до навчання, стійкий інтерес до освітнього процесу, потреба використовувати набуті знання, уміння й навички у майбутній професійній діяльності [144].

Підсумовуючи, доходимо висновку щодо важливості мотиваційного компонента у структурі готовності майбутніх учителів до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів.

Для оцінки рівнів сформованості готовності майбутніх учителів початкових класів до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів за мотиваційним компонентом було обрано спонукально-ціннісний критерій. Підставою для вибору зазначеного критерію слугувало те, що будь-яка діяльність, у тому числі й педагогічна, не може відбуватися на належному рівні без відповідної спонукальної діяльності, яка передбачає наявність певних мотивів, а саме: соціальні, професійні, пізнавальні мотиви і мотиви особистісного зростання; настанови на дотримання загальнолюдських цінностей.

В аспекті нашого дослідження є важливою оцінка ставлення студентів до здоров'я як найважливішої цінності людини. При цьому, зазначає В. Бобрицька, вважається необхідним враховувати характер усвідомлення студентами важливості цінностей здорового способу життя; бажання вносити корективи у засвоєні стереотипи поведінки; настанову на набуття досвіду

раціоналізації стилю життя як життєву перспективу; прагнення опановувати новими знаннями в означеній галузі тощо [23].

Спонукально-ціннісний критерій містить: наявність об'єктивного уявлення про спеціальність учителя початкової школи, професійну спрямованість і мотивацію здоров'язбережувальної діяльності; настанови на дотримання загальнолюдських цінностей і цінності здоров'я; позитивного ставлення до збереження власного здоров'я і здоров'я молодших школярів, навчання їх культури здоров'я; позитивного ставлення до оволодіння способами та прийомами професійної діяльності вчителя початкових класів, необхідними знаннями, вміннями, навичками; настанови працювати за обраною професією, інтересу до взаємодії з учасниками педагогічного процесу тощо.

У мотиваційній структурі особистості важливе місце посідає мотив досягнення, який С. Фармачей визначає як прагнення досягти високих результатів і майстерності в діяльності; воно виявляється у виборі складних завдань і прагненні його виконати. При цьому успіх у будь-якій діяльності, акцентує авторка, залежить не тільки від здібностей, навичок, знань, а й від мотивації досягнення, адже людина з високим рівнем мотивації досягнення, намагаючись отримати високі результати, настирливо працює заради досягнення поставлених цілей [252]. У нашому разі мотивація досягнення полягає у прагненні на належному рівні виконувати навчально-виховну діяльність, спрямовану на формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів.

У структурі навчальної діяльності майбутніх учителів початкової школи, зауважує Н. Мацкевич, важливу роль відіграє уявлення про майбутню професію, мотивація до неї та професійно-ціннісні орієнтації, адже ефективність навчання студента у вищому навчальному закладі багато в чому залежить від його ставлення до майбутньої професії, розуміння ним кінцевої мети навчання. Мотивація, наголошує вчений, є основою професійного

становлення майбутнього фахівця, його самоствердження та самовдосконалення [164].

Спонукально-ціннісний критерій також дає змогу оцінити усвідомлення майбутніми вчителями мети і мотивів педагогічної діяльності; розвиток внутрішньої потреби в опануванні знань, умінь і навичок здоров'язбереження, розвиток інтересу до саморегуляції своєї поведінки і внутрішнього стану, орієнтацію на самоорганізацію й самоаналіз у майбутньому [265].

В аспекті дослідження спонукально-ціннісний критерій характеризується усвідомленням значущості впровадження здоров'язбережувальних технологій у навчально-виховному процесі початкової школи, наявністю мотиву до занять фізичною культурою і спортом, спрямованість на формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів у майбутній професійній діяльності.

З огляду на вищезазначене, показниками спонукально-ціннісного критерію виступають: наявність позитивної мотивації на здійснення педагогічної діяльності; настанова на ціннісне ставлення до здоров'я; наявність мотивації на досягнення успіху в діяльності, спрямованої на формування у молодших школярів здоров'язбережувальних навичок і вмінь.

Наступним компонентом у структурі готовності майбутнього вчителя початкових класів до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів, що необхідний для належного виконання зазначеної діяльності, нами виокремлений **змістовий**. Л. Кацова зазначає, що студентів слід озброїти понятійним апаратом та системою знань, які є необхідними для виконання завдань майбутньої діяльності, при цьому забезпечити розвиток розумових якостей, операцій і процесів, видів і форм мислення відповідно до специфіки завдань і умов професійної діяльності, оскільки чим більш багате і розвинене професійне мислення, тим сильніший вплив його на професійний інтерес [125].

Є. Вітун обґрунтовує змістовий компонент, виходячи з вимог Державного освітнього стандарту, в яких простежується оздоровча спрямованість фізичної освіти, що міститься в таких завданнях: 1) знання науково-практичних основ здорового образу життя, 2) формування мотиваційно-ціннісного ставлення до здорового стилю життя, 3) оволодіння системою практичних умінь і навичок, що забезпечують збереження й зміцнення здоров'я [43].

Змістовий компонент, на думку С. Омельченко, включає: наявність у студентів стабільних знань, умінь і навичок відносно формування здорового способу життя людини; знань, умінь і навичок у галузі фізичного виховання, валеології, гігієни, спортивної підготовки, національних традицій в означеній сфері; знань у галузі формування здоров'я та безпеки життєдіяльності; наявність додаткової інформації у сфері міжнародного досвіду оздоровлення людини та формування культури здоров'я; профілактики шкідливих звичок [189].

Важливим у процесі підготовки майбутніх учителів, зауважує О. Бондаренко, є набуття знань про складові здоров'я, шляхи збереження і зміцнення його; поняття про професійні захворювання, їх профілактику, надання першої допомоги при невідкладних станах, а також про шкідливий вплив на організм «інтелектуальних отрут» і засоби їх запобігання; переконаність студента в залежності здоров'я від навколишнього середовища; здобування знань у галузі збереження та зміцнення здоров'я [28].

Отже, змістовий компонент пов'язаний із набуттям необхідних для здоров'язбереження знань та вмінь, і передбачає наявність знань про здоров'я людини (психологічне, соціальне, морально-духовне, фізичне, професійне) та про здоров'язбережувальні методики в діяльності вчителя початкової школи; особливості й умови професійної діяльності, спрямованої на здоров'язбереження дітей; знань щодо способів і методів формування

здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів у майбутній професійній діяльності.

Для оцінки рівнів сформованості готовності майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів за змістовим компонентом обрано когнітивно-валеологічний критерій.

Функція когнітивно-валеологічного критерію, на нашу думку, полягає у здійсненні орієнтації майбутнього вчителя початкової школи на сферу своєї професійної діяльності, спрямованої на формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів. З огляду на зазначене, когнітивно-валеологічний критерій передбачає насамперед оцінку наявних знань студентів у галузі здоров'я, їхніх умінь прогнозувати різноманітну (навчальну, виховну, дозвіллеву, ігрову, екологічну, фізкультурно-оздоровчу, спортивно-ігрову та ін.) діяльність у навчально-виховному процесі початкової школи; знання щодо впровадження здоров'язбережувальних технологій, спрямованих на збереження і зміцнення здоров'я учнів.

Завданням вищого навчального педагогічного закладу постає оволодіння майбутніми вчителями початкової школи певним обсягом знань про свій організм, формування мотивів, переконань і потреби в здоровому образі життя, фундаментальних даних про вплив оптимальної рухової активності на стан здоров'я, оскільки гіподинамія призводить до зниження імунних властивостей крові, порушень функціонального стану серця, зменшенню аферентної стимуляції клітин головного мозку, зниженню розумової та фізичної працездатності, розвитку де тренованості систем організму і механізмів їх регуляції. Шкідливими є також значні фізичні навантаження, що призводять до перенапруження усіх систем організму, зниженню їх функціонального стану, опору інфекціям тощо. З огляду на це, зауважує В. Бондін, формування необхідних знань, умінь і навичок для визначення оптимальних рухових режимів, що підвищують функціональних

стан і здоров'я людини, є одним із основних завдань валеологічної освіти в підготовці спеціалістів педагогічного профілю [30].

В аспекті дослідження зазначимо, що когнітивно-валеологічний критерій передбачає наявність у майбутніх учителів не лише знань про свої індивідуальні особливості, а й особливостей дітей молодшого шкільного віку, знань про можливості здійснювати між предметні зв'язки з урахуванням валеологізації навчальних предметів початкової школи, умінь пропагувати здоровий образ життя тощо.

Когнітивно-валеологічний критерій передбачає обізнаність щодо здоров'язбережувальної діяльності, набуття валеологічних знань; способів їх діагностики стану здоров'я учнів; психолого-педагогічних і фізіологічних особливостей учнів молодшого шкільного віку; форм і засобів формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів засобами рухливих ігор, змагань, організації спільної роботи колективу дітей, дозвілєвої, екологічної, спортивно-ігрової діяльності; наявність знань про основні норми дозування навантажень у навчально-виховній діяльності з молодшими школярами; дотримання професійної етики, вміння вирішувати проблеми та ситуації, що виникають.

Відтак, зазначений критерій пов'язаний з набуттям необхідних для процесу здоров'язбереження знань і вмінь, пізнанням себе, своїх потенційних здібностей і можливостей, інтересом до питань власного здоров'я, вивчення літератури з цього питання, різних методик з оздоровлення та зміцнення організму. Це відбувається завдяки процесу формування знань про закономірності становлення, збереження і розвитку здоров'я людини, оволодіння вміннями зберігати і вдосконалювати власне здоров'я, оцінці чинників, що на нього впливають, засвоєнню знань про здоровий образ життя та вмінь його побудови. Цей процес також спрямований на формування системи наукових і практичних знань, умінь і навичок поведінки у щоденній діяльності, що забезпечують ціннісне ставлення до особистого здоров'я і здоров'я дітей. Зазначене орієнтує студентів на розвиток знань, що містять

факти. Відомості, висновки, узагальнення про основні напрями взаємодії людини із собою, з іншими людьми та довкіллям [216].

Підсумовуючи вищезазначене, показниками когнітивно-валеологічного критерію визначаємо: наявність валеологічних знань; наявність умінь прогнозувати здоров'язбережувальну діяльність; обізнаність й орієнтацію на впровадження здоров'язбережувальних технологій.

Важливим компонентом у структурі готовності майбутніх учителів початкових класів до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів є **технологічний**, який передбачає опанування прийомів використання одержаної навчальної інформації з метою засвоєння способів здоров'язбережувальної діяльності в навчально-виховному процесі початкової школи, формування умінь організації життєдіяльності учнів, що не зашкоджує як власному здоров'ю, так і дітей.

Реалізація технологічного компонента передбачає: формування у студентів умінь раціонально організовувати свій образ життя з урахуванням усіх факторів здоров'язбереження (режим праці і відпочинку, раціональне харчування, оптимальний об'єм рухової активності, загартування, уміння зняти психологічну напруженість); здійснення збору і проведення аналізу інформації про стан здоров'я студентів, постановку мети і завдань формування готовності до здорового образу життя у студентів, а також відбір здоров'язбережувальних прийомів, методів, засобів, які повинні використовуватися в освітньому процесі [43].

На важливості цього компонента наголошує В.Бобрицька, зауважуючи, що оволодіння способами використання одержаної інформації для правильного вибору оздоровчих систем, практик, корекційних методик у сфері збереження і зміцнення здоров'я, опанування формами, засобами і методами збереження і зміцнення здоров'я свого та інших сприяє формуванню вміння організовувати навчально-виховний процес у школі, у ході якого не завдавалася б шкода здоров'ю учнів, застосовувати сучасні освітні здоров'язбережувальні методики, створювати індивідуальні програми

формування здорового способу життя у школярів, проводити роз'яснювальну роботу в цьому напрямі з батьками, колегами тощо [23].

О. Бондаренко в технологічному компоненті виокремлює такі показники, як: практичне застосування валеологічних знань; уміння діагностувати стан власного організму і здійснювати реальні здоров'ятвірні заходи; навички використання природних чинників середовища; уміння проводити заходи з психологічної стабілізації; уміння створювати оздоровчі технології, програми [28].

Для оцінки рівнів сформованості готовності майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів за технологічним компонентом обрано організаційно-діяльнісний критерій.

Зважаючи на важливу роль вчителя в початковій школі, успішність його здоров'язбережувальної діяльності багато в чому залежить від його здатності й уміння спостерігати, діагностувати стан здоров'я учнів. Розвиток зазначених умінь відбувається лише у процесі діяльності, під час якої усвідомлюється необхідність у саморозвитку, самовихованні відносно власного здоров'я й майбутньої професійної діяльності, пов'язаної зі збереженням і зміцненням здоров'я молодших школярів. Організаційно-діяльнісний критерій передбачає оцінку наявних умінь у майбутніх учителів налагоджувати взаємовідносини з учнями й колегами у процесі професійної діяльності; спілкуватися з учнями молодшого шкільного віку, їхніми батьками; залучати учнів до організованої колективної діяльності, вміння виражати і відстоювати свою думку, сперечатися, вислуховувати думки інших; планувати й організовувати свою діяльність у майбутній професійній діяльності [120].

За організаційно-діялісним критерієм оцінюються уміння, навички, здобутий досвід у здоров'язбереженні. Зазначений критерій передбачає насамперед оцінку конструктивної функції майбутніх учителів початкових класів щодо побудови навчально-виховного процесу з урахуванням

потенційних можливостей різноманітних навчально-виховних засобів, залежно від ситуації, й індивідуальних особливостей молодших школярів, що не зашкоджують їхньому здоров'ю, вміння планувати й реалізовувати власну здоров'язбережувальну діяльність.

Організаційно-діяльнісний критерій спрямований також на оцінку професійних здібностей майбутніх учителів, з-поміж яких важливими є розуміння учнів, визначення об'єктивної характеристики учнів, уміння створити позитивну психологічну атмосферу взаєморозуміння, організувати здоров'язбережувальну навчально-виховну та позанавчальну діяльність тощо. Завдяки цьому у студентів з'являється допитливість, спостережливість та кмітливість до того, як правильно діяти, щоб зберегти своє здоров'я упродовж усього життя [15].

З урахуванням вищезазначеного, показниками організаційно-діялісного критерію виступають: наявність організаційно-комунікативних здібностей; уміння організовувати і здійснювати здоров'язбережувальну діяльність; уміння вирішувати педагогічні ситуації, наявність у студентів адекватної реакції на вчинки людей, що оточують (конфліктостійкість); володіння здоров'язбережувальними методиками, спрямованими на формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь молодших школярів.

Важливим у структурі готовності майбутніх учителів початкових класів до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів ми вважаємо наявність **рефлексивного** компонента.

Для педагога, зауважує Т. Жаровцева, рефлексія виступає способом професійної діяльності, що дозволяє знайти шлях саморозвитку, коригувати свою поведінку, діяльність, відносини у процесі педагогічної взаємодії з дітьми і батьками [103].

Рефлексія, на думку І. Сергєєва, – це здатність свідомості вчителя бути зосередженим не на предметі власної діяльності, а на самій діяльності. Рефлексія як процес – це осмислення власної діяльності, це звернення назад, всередину діяльності з метою її подальшого цілеспрямованого

вдосконалення. Рефлексія – глибоко особистісна якість. Її часто розглядають як здатність людини виходити за межі власного «Я», осмислювати, вивчати, аналізувати щось шляхом порівняння образу свого «Я» з якимись подіями, особистостями – причому порівняння, що наповнене глибокими переживаннями. Рефлексія розглядається і як уміння конструювати й утримувати образ свого «Я» в контексті подій, що пер живаються, як настанову щодо самого себе в плані своїх можливостей, здібностей, соціальної значущості, самоповаги, самоствердження, прагнення підвищити самооцінку і суспільний статус [226, с. 26].

Рефлексія, за визначенням М. Дьяченка та Л. Кандиловича, – це самоаналіз, осмислення, оцінка передумов, умов і перебіг власної діяльності, внутрішнього життя. До рефлексії належать такі явища, як самопізнання, переосмислення, перевірка своєї думки про себе, про інших людей і про те, що, на думку суб'єкта, думають про нього інші люди, яка вони його оцінюють і як до нього ставляться. Без рефлексії неможливо встановлювати правильні взаємовідносини з іншими людьми. Рефлексія учителя, продовжують науковці, – це процес пізнання ним себе як професіонала, свого внутрішнього світу, аналіз власних думок і переживань у зв'язку з професійно-педагогічною діяльністю, роздуми про самого себе як особистості, усвідомлення того, як його сприймають й оцінюють учні, колеги, інші люди, що оточують [100, с. 231–232].

Розглядаючи процес формування готовності до здорового образу життя у студентів, Є. Вітун зауважує, що рефлексивний компонент є необхідним елементом і механізмом його реалізації. Він виражається у рефлексивному відображенні студентами самих себе, свого здоров'я і образу життя, самоаналізі своїх знань, умінь і навичок і на цій підставі – в умінні здійснювати саморегулювання діяльності [43].

Рефлексивний компонент готовності майбутнього фахівця до професійної діяльності, зазначає Б. Максимчук, знаходить свій вияв у

наявності у студента вмінь аналізувати наслідки, позитивні надбання в організації спортивно-масових заходів з учнями початкової школи [161].

Потреба у професійно-орієнтованій рефлексії, наголошує О. Кузнєцова, виникає у майбутніх учителів тоді, коли є усвідомлення норм, правил, моделі своєї професії (вимог до педагогічної діяльності та спілкування, до особистості) як еталонів для усвідомлення своїх якостей. Тут закладаються основи професійного світогляду. Якщо студент не ознайомлений з тим, яким він повинен бути, як йому бажано будувати свої стосунки з учнями, колегами, батьками, то йому важко оцінити й себе [148].

Отже, важливість рефлексивного компонента у структурі готовності майбутніх учителів до здійснення професійної діяльності, не викликає сумнівів, оскільки забезпечує здатність правильно оцінювати свою діяльність щодо формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів; оцінювати досягнуті результати; виявляти причини виникнення перешкод й коригування здоров'язбережувальної діяльності.

Для визначення рівня сформованості готовності майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів за рефлексивним компонентом обрано оцінно-моніторинговий критерій.

Важливим аспектом формування особистості майбутнього вчителя початкових класів, на нашу думку, є вміння здійснювати моніторинг як власного здоров'я, так і здоров'я своїх учнів, оскільки незнання про стан здоров'я не може сприяти усвідомленню його цінності і необхідності його збереження. Моніторинг здоров'язбережувальної діяльності – це комплексне системне вивчення стану здоров'я школярів, їхнього режиму дня, навчального та позанавчального навантаження, а також аналіз форм і методів здоров'язбережувальних методик, що використовуються в освітніх закладах [191].

Оцінно-моніторинговий критерій характеризується можливістю здійснювати діагностику здоров'я вихованців, урахувати особливості

їхнього емоційного стану та рівня ефективності власної праці; реалізувати рефлексію професійної діяльності на основі самоаналізу, об'єктивної самооцінки та самовдосконалення вчителя. За цим критерієм визначаються професійні вміння педагога з'ясовувати результативність виховного впливу, забезпечувати регулювання, контроль та оцінку своєї діяльності.

За зазначеним критерієм оцінюється здатність майбутніх учителів початкової школи до рефлексії, уміння правильно визначати й оцінювати досягнуті результати щодо збереження й зміцнення дітей у навчальній та позанавчальній діяльності, володіння ними методами оцінки здоров'язбережувальної діяльності, навичками впливу на особистість молодшого школяра на уроках і позаурочний час; вміння контролювати, оцінювати і вносити корективи в навчально-виховну діяльність, пов'язану зі збереженням і зміцненням здоров'я учнів; аналізувати педагогічні ситуації, що спрямовані на формування навичок морально-духовного, соціального, психологічного і фізичного здоров'я молодших школярів; наявність стійкої схильності до самоаналізу й самооцінки своїх професійних дій, пов'язаних з формуванням здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів.

Відтак, з огляду на вищезазначене показниками контрольно-оцінного критерію є: вміння оцінювати і контролювати результати своєї діяльності; уміння здійснювати моніторинг власного здоров'я та здоров'я вихованців; уміння вдосконалювати здоров'язбережувальну діяльність (визначати припущені помилки й вносити корективи у власну діяльність).

Ще одним компонентом, без якого, на нашу думку, майбутні вчителі початкових класів не зможуть на належному рівні здійснювати діяльність з формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів, є **здоров'язбережувальний**. Зазначимо, що науковцями здебільшого не акцентується на важливості зазначеного компонента у структурі готовності студентів до професійній діяльності вчителя.

Переконані, що вміння вчителя стежити за своїм індивідуальним і професійним здоров'ям, створювати необхідні умови для збереження фізичного, психологічного, морального-духовного, соціального здоров'я своїх вихованців, обирати доцільні способи і засоби навчання й виховання, що не зашкоджуватимуть здоров'ю учасників педагогічного процесу є надзвичайно важливим у педагогічній діяльності вчителя початкової школи. Здоров'язбережувальний компонент насамперед передбачає набуття студентами валеологічних знань, навичок дотримання ними режиму навчання і відпочинку, правил харчування, особистої гігієни, сформованість потреби у виконанні фізичних вправ, які забезпечують оптимальний руховий режим, а також усвідомлення шкідливості вживання наркотиків, алкоголю, тютюну тощо.

Визначення здоров'язбережувального компонента знаходимо в дослідженні В. Бондіна, який вважає, що цей компонент містить систему цінностей і настанов, що формують систему гігієнічних знань та вмінь, необхідних для нормального функціонування організму, а також систему вправ, спрямованих на вдосконалення навичок та вмінь щодо догляду за самим собою, одягом, місцем проживання, довкіллям. Особлива роль у цьому компоненті належить режиму дня, харчування, чергуванню праці й відпочинку. У професійній діяльності здоров'язбережувальний компонент передбачає володіння майбутніми вчителями способами діяльності, спрямованими на підвищення рухової активності школярів, попередження гіподинамії, на засвоєння важливих життєвих якостей, що підвищують загальну працездатність [30].

З огляду на це, вважаємо, що перед викладачами вищої школи постає завдання навчання майбутніх учителів здійснення планування відповідних заходів, що сприятимуть збереженню і зміцненню здоров'я, організації навчально-виховного процесу початкової школи, спрямованого на формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь.

На нашу думку, здоров'язбережувальний компонент у структурі готовності майбутніх учителів до професійної діяльності передбачає сформованість умінь у студентів не лише організовувати діяльність, спрямовану на розвиток фізичних якостей, умінь і навичок дітей молодшого шкільного віку. Не менш важливим є вміння створювати доброзичливу психологічну атмосферу в класі, що сприяє збереженню психологічного, соціального й морально-духовного здоров'я школярів, впливає на їхній психофізіологічний стан тощо.

Для оцінки рівня сформованості готовності майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і умінь у молодших школярів за здоров'язбережувальним компонентом обрано оздоровчо-поведінковий критерій. На нашу думку, зазначений критерій допомагає оцінити систему цінностей й настанов, що формують систему гігієнічних навичок та умінь, необхідних для нормального функціонування організму, а також систему вправ, спрямованих на вдосконалення навичок і умінь турбуватися про своє здоров'я, дотримуючись режиму дня, правильного харчування, черговості праці й відпочинку, відмови від шкідливих звичок.

Зважаючи на те, що в умовах сьогодення передумовою належного виконання професійних обов'язків у майбутній діяльності є насамперед наявність гарного здоров'я, перед вищою школою постає завдання підготовки вчителя який має високий рівень культури здоров'я, вміє його оцінювати й дотримуватися здорового образу, задля того, щоб сформувати в у своїх вихованців навички здоров'язбереження, розпочинаючи з молодшого шкільного віку. З цією метою, на нашу думку, у вищих навчальних закладах необхідно сформувати в майбутніх учителів початкових класів потребу в заняттях фізичною культурою і спортом.

Нам імпонує думка О. Соколенко, яка у своєму дослідженні доводить, що одне з найважливіших місць у професійній освіті майбутніх педагогів є формування культури здоров'я і пропаганда здоров'язбережувального

способу життя. При цьому вчена наголошує на тому, що першочерговим є завдання виховання у студентів потреби в здоров'ї як життєво важливої цінності, свідомого прагнення до культури здоров'я, ведення здорового способу життя, до самостворення й створення навколо себе здорового життєвого середовища, що передбачає спрямування педагогічного процесу у вищих педагогічних навчальних закладах на формування мотивації, потреби учасників освітньо-виховного процесу бути здоровими й визначення стратегії їхньої поведінки в усіх сферах життєдіяльності [236, с. 8].

Аналіз психолого-педагогічної літератури в галузі здоров'язбереження, дозволив визначити такі показники оздоровчо-поведінкового компонента, як: усвідомлення цінності власного здорового способу життя; сформованість потреби в заняттях фізичною культурою і спортом; наявність відчуття психологічного комфорту.

Підсумовуючи вищезазначене, доходимо висновку, що структура готовності майбутніх учителів початкових класів містить мотиваційний, змістовий, технологічний, рефлексивний і здоров'язбережувальний компоненти, рівень яких визначається відповідними критеріями. Наочно їх подано в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

Компоненти, критерії та показники готовності майбутніх учителів початкової школи до формування навичок і вмінь у молодших школярів

Компоненти	Критерії	Показники
мотиваційний	спонукально-ціннісний	наявність позитивної мотивації на здійснення педагогічної діяльності; настанова на ціннісне ставлення до здоров'я; наявність мотивації на досягнення успіху в діяльності, спрямованої на формування у молодших школярів здоров'язбережувальних навичок і вмінь

змістовий	когнітивно- валеологічний	наявність валеологічних знань; наявність умінь прогнозувати здоров'язбережувальну діяльність; обізнаність й орієнтація на впровадження здоров'язбережувальних технологій
технологічни й	організаційно- діяльнісний	наявність організаційно-комунікативних здібностей; уміння організовувати і здійснювати здоров'язбережувальну діяльність; уміння вирішувати педагогічні ситуації, наявність адекватної реакції на вчинки людей, що оточують (конфліктостійкість); володіння здоров'язбережувальними методиками
рефлексивни й	оцінно- моніторинго- вий	уміння оцінювати і контролювати результати своєї діяльності; уміння здійснювати моніторинг власного здоров'я та здоров'я вихованців; уміння вдосконалювати здоров'язбережувальну діяльність (визначати припущені помилки й вносити корективи у власну діяльність)
Здоров'я- зберігаючий	оздоровчо- поведінковий	усвідомлення цінності власного здорового способу життя; сформованість потреби в заняттях фізичною культурою і спортом; наявність відчуття психологічного комфорту

На підставі визначення компонентної структури готовності майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів у навчально-виховній діяльності і критеріального підходу було визначено рівні сформованості зазначеної готовності.

Подамо змістову характеристику рівнів сформованості готовності майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів.

Високий рівень готовності є характерним для студентів високим ступенем позитивної мотивації на здійснення педагогічної діяльності й на досягнення успіху в діяльності, спрямованої на формування у молодших школярів здоров'язбережувальних навичок і вмінь, в них сформоване ціннісне ставлення до здоров'я. Майбутні вчителі мають глибокі й міцні валеологічні знання, уміють прогнозувати здоров'язбережувальну діяльність, добре обізнані й орієнтовані на впровадження здоров'язбережувальних технологій у майбутній професійній діяльності.

У таких студентів на високому рівні сформовані комунікативні та організаторські здібності, відрізняються вмінням організовувати діяльність як усього колективу, так і кожного учня окремо без нанесення шкоди їхньому здоров'ю, при цьому психологічно комфортно себе почувають. Студенти з високим рівнем готовності вміють точно й правильно оцінювати свою діяльність і діяльність своїх вихованців, контролювати свій стан; вони цілком адекватно реагують на вчинки людей, що їх оточують, не виявляють конфліктності у відносинах з ними; наявні вміння і бажання самовдосконалення стосовно здоров'язбережувальної діяльності шляхом опрацювання психологічної, педагогічної, методичної літератури, вивчення педагогічного досвіду тощо. Високо цінують своє здоров'я, а тому дотримуються здорового способу життя, не мають шкідливих звичок.

Таких студентів відрізняє уміння здійснювати моніторинг свого здоров'я й слідкувати за змінами в ньому; вони активно займаються фізичною культурою, є пропагандистами здорового способу життя. Вони активні, енергійні, їхні думки, почуття й емоції спрямовані на досягнення поставлених цілей, можуть довго зберігати зосередженість уваги, вміють керувати зацікавленістю учнів, концентрувати їхню увагу, добирати та компонувати навчально-виховний матеріал з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей молодших школярів, їхнього стану здоров'я, навчально-виховну й позанавчальну діяльність будують на підставі інтересів учнів. Можна стверджувати, що в таких студентів готовність до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів виражена яскраво.

Достатній рівень готовності притаманний студентам, які мають переважно позитивну мотивацію на здійснення педагогічної діяльності, зацікавлені в досягненні успіху в діяльності, спрямованій на формування у молодших школярів здоров'язбережувальних навичок і вмінь, вони усвідомлюють необхідність ціннісного ставлення до здоров'я. Майбутні вчителі мають достатні валеологічні знання, наявні вміння прогнозувати здоров'язбережувальну діяльність, вони здебільшого обізнані й орієнтовані на впровадження здоров'язбережувальних технологій у майбутній професійній діяльності, проте, вони ще відчувають утруднення під час застосування набутих знань та вмінь у своїй професійній діяльності.

У таких студентів розвинені комунікативні та організаторські здібності, вони вміють організовувати діяльність як усього колективу, так і кожного учня окремо, що сприяє збереженню їхнього здоров'я, при цьому психологічно комфортно себе почувають. Студенти з достатнім рівнем готовності здебільшого правильно оцінюють свою діяльність і діяльність своїх вихованців, вміють контролювати свій стан; вони достатньо доброзичливо ставляться до людей, що їх оточують, не конфліктні у відносинах з ними; майбутні вчителі усвідомлюють необхідність

самовдосконалення стосовно здоров'язбережувальної діяльності шляхом опрацювання наукової та спеціальної літератури, спрямовані на здобуття нових знань.

Такі студенти загалом усвідомлюють цінність свого здоров'я, однак не завжди дотримуються здорового способу життя, здебільшого не мають шкідливих звичок. Такі студенти уміло здійснюють моніторинг свого здоров'я, займаються фізичною культурою, проте нерегулярно, є пропагандистами здорового способу життя. Вони виявляють активність, зацікавлені в досягненні поставлених цілей, можуть зберігати зосередженість уваги, вміло керують зацікавленістю учнів, концентрують їхню увагу, добирають і компонують навчально-виховний матеріал з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей молодших школярів, їхнього стану здоров'я, навчально-виховну й позанавчальну діяльність намагаються будувати на підставі інтересів учнів. У таких студентів готовність до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів виражена достатньо.

Середній рівень характерний для студентів, які спрямовані на педагогічну діяльність, пов'язану із збереженням та зміцненням здоров'я, проте цей інтерес має ситуативний характер; їхні бажання здебільшого залежать від обставин. Діяльність щодо формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь має споглядальний характер, їм притаманна відсутність ініціативи в навчанні. Валеологічні знання, а також специфіки діяльності, спрямованої на формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів епізодичні. Недостатньо вміло використовують одержані знання на практиці. Вони здатні впроваджувати здоров'язбережувальні технології в практичну діяльність лише за аналогією, виконувати таку діяльність самотійно утруднюються, прагнуть до шаблонних дій.

Студенти з середнім рівнем готовності необ'єктивно оцінюють свою діяльність, часто їхня самооцінка є завищеною, не вміють контролювати свій

емоційний стан; стосунки з людьми, що їх оточують, мають нестійкий характер, вповні можуть піти на конфлікт; недостатньо усвідомлюють необхідність самовдосконалення стосовно здоров'язбережувальної діяльності, мають поверхові знання і при застосуванні їх у практичній діяльності припускаються помилок.

Такі студенти не усвідомлюють цінності свого здоров'я, здебільшого не дотримуються здорового способу життя, мають шкідливі звички. У них спостерігаються труднощі при здійсненні моніторингу свого здоров'я, здебільшого вони не займаються фізичною культурою. Вони виявляють пасивність, байдуже ставляться до досягнення поставлених цілей, можуть зберігати зосередженість уваги на короткий час, ускладнюються в керуванні зацікавленістю учнів, концентрації їхньої увагу, невміло добирають і komponують навчально-виховний матеріал, однак при здійсненні здоров'язбережувальної діяльності не вміють урахувати вікові й індивідуальні особливості молодших школярів, їхній стан здоров'я, навчально-виховну й позанавчальну діяльність виконують без емоційного забарвлення, без особливої зацікавленості.. У таких студентів готовність до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів виражена слабо.

Низький рівень характерний для пасивних у навчанні студентів, які не виявляють інтересу до педагогічної діяльності, пов'язаної із збереженням та зміцненням здоров'я; склад мотивації є бідним. Мають необ'єктивне уявлення про діяльність з формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь, у них несформована ініціативність у навчанні, безвідповідально ставляться до виконання завдань, пов'язаних із здоров'язбереженням.

Такі студенти мають поверхові валеологічні знання, не вміють використовувати одержані знання на практиці. Їм важко впроваджувати здоров'язбережувальні технології в практичну діяльність, зазнають значних труднощів під час виконання такої діяльності, не відчують необхідності у здобутті нових знань, не зацікавлені у самовдосконаленні. У таких студентів

майже не спостерігається прагнення до самоаналізу й самооцінки своєї діяльності, не вміють контролювати свій емоційний стан; стосунки з людьми, що їх оточують, мають негативний характер, вони часто вступають у конфлікт, в них спостерігається часта зміна настрою; не вміють налагоджувати стосунки з людьми.

Студенти з низьким рівнем не усвідомлюють цінності свого здоров'я, не дотримуються здорового способу життя, мають шкідливі звички. Не вміють адекватно оцінити стан власного здоров'я, здійснити моніторинг свого стану, не вбачають необхідності і не мають потреби в заняттях фізичною культурою. Вони виявляють пасивність, не мають чітко поставлених цілей, неухважні, мають поверхові знання щодо форм, методів і засобів збереження здоров'я як свого власного, так і учнів, не вміють добирати й компонувати навчально-виховний матеріал, урахувати вікові й індивідуальні особливості молодших школярів, їхній стан здоров'я, навчально-виховну й позанавчальну діяльність виконують формально, зазнають труднощів у виявленні і виправленні припущених помилок в організації здоров'язбережувальної діяльності. У таких студентів готовність до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів майже не виражена.

Для ефективної підготовки майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь молодших школярів необхідно визначити педагогічні умови й чинники, що сприятимуть цьому процесу.

РОЗДІЛ 3

ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ ДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ НАВИЧОК І ВМІНЬ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

Аналізуючи наукові доробки, ми дійшли висновку, що саме під час професійної підготовки майбутніх учителів необхідно створювати педагогічні умови, які сприятимуть збереженню та зміцненню здоров'я студентів і формуванню їхньої готовності до здійснення здоров'язбережувальної діяльності в навчально-виховному процесі початкової школи.

Зазначимо, що поняття «умови» по-різному трактується ученими (С. Бегідова, Н. Боритко, О. Леонтьєв, С. Хазова та ін.) і визначаються, з одного боку як умови, від яких щось залежить, а з іншого – як обстановка, в якій щось відбувається. З. Курлянд вважає, що явище є умовою в тому разі, якщо воно зумовлює існування іншого [149].

З філософського погляду, умови – це категорія, яка відображає відношення предмета до навколишніх явищ, без яких він існувати не може. При цьому сам предмет виступає як щось зумовлене, а умова – як відносно зовнішня його розмаїтість об'єктивного світу. На відміну від причини, яка безпосередньо породжує те чи те явище або процес, умова складає те середовище, ситуацію, в якій вона виникає, існує й розвивається. Умова є необхідною обставиною, яка дає можливість здійснення, створення й утворення чогось або сприяє чомусь. Її особливістю є те, що вона сама, без діяльності людини, не може стати визначально-продуктивною [256].

У Великому тлумачному словнику сучасної української мови умова визначається як вимога, пропозиція, що висувається однією зі сторін, які домовляються про що-небудь; як усна чи письмова домовленість про що-небудь; як правила, які встановлені в будь-якій сфері життя, діяльності; як

обставини, за яких відбувається чи залежить будь-що [40, с. 129].

Щодо поняття «педагогічні умови», то сучасними науковцями (Ю. Бабанський, О. Вітун, К. Конюхов, З. Курлянд, К. Недялкова, В. Стасюк, О. Цокур, І. Яковлєва, Л. Яновська та ін.) вони також трактуються по-різному:

- як обставини, від яких залежить і відбувається цілісний педагогічний процес професійної підготовки спеціалістів, опосередкованих активністю особистості, групи людей (В. Стасюк);
- як зовнішні відносно особистості обставини середовища навчання й виховання, що є причиною якісних змін особистості студента (К. Недялкова);
- як сукупність обставин, об'єктів і заходів, необхідних для здійснення досліджуваного процесу (Л. Яновська);
- як сукупність взаємопов'язаних передумов, необхідних для створення цілеспрямованого освітнього процесу певної професійної підготовки (Е. Пенчук),
- як якісна характеристика основних факторів, процесів і явищ освітнього середовища, що відбиває основні вимоги до організації діяльності (О. Бехтєнова),
- як сукупність об'єктивних можливостей, обставин педагогічного процесу, що цілеспрямовано створюються й реалізуються в освітньому середовищі й забезпечують вирішення поставленої педагогічної задачі, комплекс заходів, що сприяє підвищенню ефективності цього процесу (С. Бегідова, Н. Боритко, С. Хазова) та ін.

С. Гончаренко під педагогічними умовами розуміє такі обставини, за яких компоненти навчального процесу (навчальні дисципліни, методика його викладання, навчання і виховання) подані в найкращих взаємовідносинах та взаємозв'язках, що дають можливість учителям плідно викладати, керувати навчальним процесом, а учням – успішно навчатися [55, с. 118].

У деяких дослідженнях знаходимо також поняття «організаційно-педагогічні умови». Так, досліджуючи організаційно-педагогічні умови формування культури здоров'я студентів, І. Яковлева доходить висновку, що вони є сукупністю обставин, необхідних для формування культури здоров'я студентів вищого педагогічного навчального закладу, що передбачають інтеграцію наукових знань студентів про культуру здоров'я, усвідомлення і прийняття культури здоров'я як професійно-особистісної цінності, оволодіння студентами вміннями й навичками здоров'язбережувальної діяльності, включення в культурно-оздоровчу діяльність, формування потреби у зміцненні здоров'я [271].

Дещо по-іншому визначає організаційно-педагогічні умови О. Вітун, розглядаючи їх як зовнішні обставини, що суттєво впливають на протікання педагогічного процесу, в тій чи іншій мірі свідомо сконструйовані педагогом, які інтенціонально передбачають, але не гарантують певного результату процесу [43].

Ми не погоджуємось із цим визначенням, оскільки вважаємо, що саме для отримання конкретного результату й здійснюється експериментальна робота, спрямована на формування певних професійних чи особистісних якостей майбутніх учителів.

Під **педагогічними умовами** підготовки майбутніх учителів початкових класів до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів у навчально-виховній діяльності ми будемо розуміти спеціально організовані обставини, що впливають на розвиток професійних та особистісних якостей студентів, сприяють формуванню в них культури здоров'я, дотримання ними здорового образу життя й забезпечують результативність навчально-виховного процесу вищого навчального закладу у формуванні їхньої готовності здійснювати здоров'язбережувальну діяльність з молодшими школярами.

На нашу думку, підготовка майбутніх учителів початкових класів до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів

буде більш ефективною, якщо в навчальному процесі вищого навчального закладу реалізувати такі педагогічні умови, як-от:

- забезпечення позитивної мотивації студентів на здійснення здоров'язбережувальної діяльності з учнями початкової школи;
- взаємозв'язок валеологічної освіти з дисциплінами гуманітарного, соціально-економічного, природничо-наукового, професійного та практичного циклів фахової підготовки майбутніх учителів початкової школи;
- насиченість процесу фахової підготовки майбутніх учителів початкової школи інтерактивними методами навчання, спрямованих на формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь;
- залучення майбутніх учителів початкової ланки освіти до фізкультурно-оздоровчої та спортивно-ігрової діяльності.

3.1. Забезпечення позитивної мотивації студентів на здійснення здоров'язбережувальної діяльності з учнями початкової школи

Ґрунтуючись на особистісно-діяльнісному, аксіологічному та культурологічному підходах, які є методологічними концептами дослідження, аналізуючи відповідну філософську, психологічну, педагогічну та методичну літературу, ми дійшли висновку, що успішність роботи вчителя початкової школи насамперед залежить від його позитивного ставлення до своєї професійної діяльності, а також від усвідомлення необхідності здійснення цієї діяльності на засадах здоров'язбереження і здоров'ятворення.

На нашу думку, формування позитивної мотивації на майбутню здоров'язбережувальну діяльність, що передбачає формування в молодших школярів здоров'язбережувальних навичок і вмінь, залежить від наявності у студентів мотивів, внутрішньої потреби у збереженні і зміцненні як власного здоров'я, так і здоров'я вихованців.

З позиції філософії, мотив визначається як усвідомлене спонукання, що зумовлює дії для задоволення будь-яких потреб людини. Мотив є певним обґрунтуванням й виправданням вольової дії, він відбиває ставлення людини до вимог суспільства і відіграє важливу роль в оцінці дій і вчинків особистості [256, с. 294].

Психологами (А. Петровський, М. Ярошевський, О. Чебикін та ін.) зазначається, що мотивація – це спонукання, що викликає активність організму і визначає його спрямованість процеси мотивації виконують функцію спонукання суб'єкта до діяльності [213]. При цьому О. Чебикін наголошує на тому, що процес навчання починається з розкриття об'єктивної значущості дії, що формується, і якщо при цьому в суб'єкта відбувається трансформація об'єктивної значущості в суб'єктивну, то в нього виникає готовність до включення дії, яка підлягає формуванню, у значущу для нього діяльність. Зазначене свідчить про виникнення мотиваційної готовності до формування дії, що виявляється у вигляді позитивної емоції [266].

Мотив, за визначенням Є. Рапацевича, – це спонукання до діяльності, пов'язані із задоволенням потреб суб'єкта; сукупність зовнішніх чи внутрішніх умов, що викликають активність суб'єкта й визначають її спрямованість (мотивацію). Мотивація, зазначає науковець, є стрижнем психології особистості, що обумовлює особливості і поведінку, та діяльності особистості. Мотивація задає спрямованість, характер, здібності людини і має вирішальний вплив на них [235, с. 440].

На необхідності задоволення потреб наголошує А. Маслоу, зазначаючи, що задоволення будь-якої істинної потреби робить людину більш сильною, більш досконалою, більш здоровою. Науковець зауважує, що для збереження здоров'я повинні задовольнятися такі психологічні потреби, як фізіологічні (їжа, вода, сон і т. ін.), потреба в безпеці (стабільність, порядок), потреба в любові і приналежності (сім'я, дружба), потреба в повазі (самоповага, визнання), потреба самоактуалізації (розвиток здібностей). Важливим для нашого дослідження є його твердження, що задоволення

потреби само по собі сприяє оздоровленню людини, підвищує її стійкість перед небезпекою захворювань, створює позитивну тенденцію до її росту, що закладена в самому організмі і стає внутрішньою спонукальною силою, що спрямовує її до розвитку та самовдосконалення [163].

На нашу думку, в основі формування позитивної мотивації на подальшу здоров'язбережувальну педагогічну діяльність лежить сформованість у майбутніх учителів початкової школи ціннісного ставлення до власного здоров'я. Досліджуючи питання формування ціннісного ставлення до здорового образу життя у майбутніх педагогів, Л. Овчиннікова зазначає, що воно є результатом цілеспрямованого й організованого процесу формування знань про здоровий спосіб життя, умінь і навичок його ведення на підставі актуалізації віта генного досвіду студентів, при цьому необхідною складовою зазначеного процесу авторкою виокремлено виховання почуття відповідальності за власне здоров'я, що, безумовно, необхідне для успішної самореалізації в майбутній професійно-педагогічній діяльності [185].

Ціннісне ставлення до здоров'я, здорового способу життя; стійкі потреби і мотиви до свідомої діяльності, спрямованої на збереження власного здоров'я і здоров'я вихованців; цілеспрямований пізнавальний інтерес до такої діяльності; ціннісні орієнтації особистості на здорову життєдіяльність сприяє, на думку О. Бондаренко, підготовці майбутніх учителів початкової школи до здійснення здоров'язбережувальної діяльності. При цьому науковець зауважує, що ціннісне ставлення майбутніх педагогів до здорового способу життя формується внаслідок цілеспрямованого процесу формування знань про здоровий спосіб життя, умінь і навичок його дотримання на підставі актуалізації вітагенного досвіду студентів. Важливою складовою цього процесу є виховання в майбутніх педагогів почуття відповідальності за власне здоров'я, яке необхідне для успішної самореалізації в майбутній професійно-педагогічній діяльності [28].

З огляду на зазначене, ми доходимо висновку, що забезпечення позитивної мотивації студентів на здійснення здоров'язбережувальної

діяльності з учнями початкової школи лежить в основі мотиваційного компонента у структурі готовності майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів.

На нашу думку, формуванню позитивної мотивації сприяє набуття студентами відповідних знань, умінь та навичок щодо організації і впровадження у майбутній професійній діяльності здоров'язбережувальних педагогічних методик.

На нашу думку, методика підготовки до здоров'язбережувальної діяльності передбачає застосування системи форм і засобів вивчення визначеної теми навчального курсу, організацію практичних занять по «відточенню» вмінь і навичок розв'язання задач здоров'язбереження.

На думку В. Сокорева, серед умов, що негативно впливають на здоров'я, найбільше значення відводиться факторам, пов'язаним з образом життя і з довкіллям, оскільки ці фактори підлягають корекції як на популяційному, так і на індивідуальному рівні. Водночас, зауважує учений, катастрофічний стан здоров'я школярів – не лише результат впливу соціально-економічних, екологічних факторів, але й відповідної освітньої практики вчителя, який зорієнтований на «знанняєву» освітню парадигму, а не на виховання здорової людини, на використання здоров'явитратних методів навчання школярів, а не на реалізацію здоров'язбережувальних освітніх технологій [237].

Зважаючи на це, перед вищою школою постає завдання озброєння майбутніх учителів початкової школи технологіями, які спрямовані на збереження і зміцнення як здоров'я учнів, так і власного.

Досліджуючи питання проектування й реалізації здоров'язбережувальної технології фізичного виховання студентів вищого навчального закладу, Ю. Кобяков на підставі аналізу наукової літератури зауважує, що в теорії і практиці вищої освіти визначення здоров'язбережувальної методики як цілісної системи вищого навчального закладу, що використовується з метою зміцнення й розвитку здоров'я

студентів, яке розглядається як базове підґрунтя якісної підготовки висококваліфікованих спеціалістів, не сформовано, а її змістовий прояв і процедура реалізації на концептуально-теоретичному, конструктивно-технологічному і методико-прикладному рівнях не розкрито [130].

Відтак, сутність програмного орієнтування студентів на культурно-оздоровчу діяльність, на думку І. Яковлевої, полягає у набутті достатніх професійних знань і способів реалізації здоров'язбережувальних методик, у підвищенні інтересу до культури здоров'я як професійно-особистісної цінності та її формування, у здатності орієнтуватися в інформації про здоров'я, здоровий образ життя і фактори їх забезпечення [Яковлева, автореф. с. 8]. Зауважимо, що набуття знань, орієнтування на дотримання здорового способу життя, наявність ціннісного ставлення до здоров'я й уміння здійснювати його моніторинг та вносити корективи у власну діяльність, спрямовану на формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь, сприятиме формуванню змістового, здоров'язбережувального і рефлексивного компонентів готовності студентів до здійснення такої діяльності в майбутній професії [271].

Зауважимо, що в педагогічній теорії здебільшого розглядають здоров'язбережувальні технології. Ми не зовсім згодні з визначенням науковців сутності таких технологій, оскільки вони не вповні відповідають сутності саме технології. Тому в дослідженні будемо дотримуватися поняття здоров'язбережувальні методики».

Термін «здоров'язбережувальні методики» можна розглядати і як якісну характеристику будь-якої навчальної методики, її «сертифікат безпеки для здоров'я», і як сукупність тих принципів, методів педагогічної роботи, які, доповнюючи традиційні методики навчання й виховання, наділяють їх ознакою здоров'язбереження. Сутність здоров'язбережувальних методик, на нашу думку, полягає насамперед у тому, щоб знайти можливості для покращення фізичного і психологічного здоров'я суб'єктів педагогічного процесу, не допустити його погіршення або, навіть, втрати.

Відтак, ми доходимо висновку, що **здоров'язбережувальна методика** – це сукупність принципів, прийомів, методів педагогічної роботи, які доповнюють традиційні методики навчання, виховання, розвитку завданнями здоров'язбереження.

Метою здоров'язбережувальних технологій, наголошує Г. Соловійов, є насамперед забезпечення фізичного, психічного, соціального і духовного комфорту учнів, спрямованого на збереження та зміцнення їхнього здоров'я у навчальному процесі. Здоров'язбережувальні технології, на думку вченого, – це функціональна система організації способів управління навчально-пізнавальною і практичною діяльністю учнів на засадах наукового й інструментального збереження та зміцнення їхнього здоров'я [238].

В основі здоров'язбережувальної методики, на думку В. Магіна, лежить конкретний набір операцій учителя, що спрямовані на активізацію резервних можливостей організму людини, до яких учений відносить методи релаксації, тренінги, методи класифікації знань, системного бачення світу, мнемотехніки, саморегуляції тощо [158, с. 7–8]. В аспекті нашого дослідження оволодіння зазначеними діями й операціями сприятиме формуванню готовності майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів.

На нашу думку, будь-яка здоров'язбережувальна методика в навчально-виховній діяльності початкової школи передусім спрямована на зміцнення фізичного, психологічного, морального й соціального здоров'я молодших школярів; гармонійний розвиток усіх частин опорно-рухового апарату й особистості дитини; формування правильної постави й емоційної стабільності; формування звички до здорового образу життя й оптимізацію навчально-виховного процесу.

Зауважимо також, що здоров'язбережувальні методики передбачають проведення заходів, які не тільки містять навчальний матеріал, що розширює світогляд людей, а й обов'язково мають емоційний заряд, впливають на почуття особистості молодших школярів, відповідають їхнім віковим

потребам та інтересам, спрямовані на вироблення особистісного ставлення до світу знань, ідей, потребу в діяльності щодо перетворення довкілля.

Отже, застосовуючи здоров'язбережувальні методики, учитель сприятиме не лише збереженню здоров'я фізичного, а й створюватиме позитивний емоційно-психологічний клімат у класі, впроваджуючи ігрові методики, формуватиме здоров'язбережувальні навички та вміння в учнів задля збереження соціального, психологічного, духовно-морального і фізичного здоров'я.

Підсумовуючи, можна стверджувати, що здоров'язбережувальна методика – це система заходів, спрямованих на збереження та зміцнення здоров'я молодших школярів, що передбачає використання відповідних форм, методів, прийомів і способів навчання й виховання, які сприяють збереженню фізичного, духовно-морального, психологічного, соціального здоров'я учнів.

З огляду на вищезазначене, ми доходимо висновку, що озброєння майбутніх учителів початкової школи здоров'язбережувальними методиками сприятимуть:

- забезпеченню позитивної мотивації до здійснення здоров'язбережувальної діяльності, спрямованої на формування в молодших школярів здоров'язбережувальних навичок і вмінь (мотиваційний компонент);
- усвідомленості необхідності дотримання здорового образу життя, умінню здійснювати моніторинг власного здоров'я і здоров'я вихованців (здоров'язбережувальний компонент);
- набуттю знань й оволодінню способами і методами формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів (змістовий компонент);
- здатності студентів до проектування й організації здоров'язбережувальної діяльності за допомогою відповідних методів і прийомів (технологічний компонент);

- здатності правильної оцінки власної діяльності, досягнутих результатів та коригування здоров'язбережувальної діяльності (рефлексивний компонент),

а отже є необхідною педагогічною умовою, що сприятиме підготовці майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів у навчально-виховній діяльності.

3.2. Взаємозв'язок валеологічної освіти з дисциплінами гуманітарного, соціально-економічного, природничо-наукового, професійного та практичного циклів фахової підготовки майбутніх учителів початкової школи

Сьогодення ставить нові вимоги до професійної підготовки майбутніх учителів початкової школи під час навчання у вищому педагогічному навчальному закладі задля підвищення їхньої грамотності в галузі збереження і зміцнення духовно-морального, соціального, фізичного та психічного здоров'я молодших школярів, пропагуванні здорового образу життя, фізичного виховання і спорту.

Для того, щоб належним чином здійснювати здоров'язбережувальну діяльність, на нашу думку, студенти повинні бути валеологічно освічені, володіти відповідними вміннями й навичками, і самі дотримуватися здорового способу життя. Натомість, зауважує Т. Книш, спосіб життя і здоров'я студентів як об'єктивний показник формування валеологічних знань і світогляду розкриває особливості реального способу їхнього життя. Нераціональне харчування, низька фізична активність, порушення режиму сну і відпочинку поряд з поширеністю паління, вживанням алкоголю вказують на те, що спосіб життя переважної більшості студентів нездоровий. Наявний рівень валеологічних знань має формальний характер і не

забезпечує формування валеологічної поведінки і валеологічного світогляду у більшості майбутніх учителів [129].

Переконані, що забезпечити валеологічну освіту майбутніх учителів початкової школи повинна не лише одна дисципліна «Основи валеології», а взаємозв'язок і взаємодія між дисциплінами всіх циклів підготовки студентів. Тим більше, що професійна діяльність учителя початкових класів пов'язана з викладанням майже всіх предметів, а, отже, він повинен забезпечити формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів, їхньої культури здоров'я в ході як навчально-виховної, так і позакласної діяльності як цілісного педагогічного процесу. На думку О. Степкіної, здійснення цього завдання в умовах педагогічного університету можливо за допомогою таких предметів, як «Основи медичних знань», «Вікова анатомія, фізіологія і гігієна», «Анатомія людини», «Фізіологія людини», а також включення інтегрованого спецкурсу «Основи індивідуального здоров'я», що посилює міжпредметні зв'язки і відіграє системотвірну роль [245].

Науковці (Л. Аверіна, О. Шлюбуль та ін.) зауважують, що в сучасних умовах особливої значущості набуває валеологічна підтримка студентів, однією з функцій якої є озброєння їх знаннями та вміннями, необхідними для зміцнення віри у власні сили, що потрібні для успішного подолання внутрішньо- та позаорганізмальних труднощів, для задоволення нагальних потреб, зокрема збереження життя і здоров'я [255]. З огляду на це, ґрунтуючись на системному методологічному підході, нами було визначено таку педагогічну умову підготовки майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів як «взаємозв'язок валеологічної освіти з дисциплінами гуманітарного, соціально-економічного, природничо-наукового, професійного та практичного циклів фахової підготовки майбутніх учителів початкової школи».

Зазначимо, що в педагогічній літературі зазвичай йдеться про міжпредметні зв'язки у навчальному процесі. Натомість, зазначений термін

означає лише використання окремих набутих знань з інших дисциплін під час викладання якоїсь певної дисципліни. Ми наголошуємо на необхідності саме взаємозв'язку і взаємодії навчальних дисциплін, що передбачає системне і цілісне набуття знань, формування відповідних умінь і навичок у ході підготовки студентів, спрямованої на валеологічну освіту, тобто інтеракції.

Це підтверджує і твердження К.Оглобліна, який зауважує, що значна роль в оптимізації освітнього процесу педагогів має інтеграція природничо-наукових, гуманітарних, загальнопрофесійних, прикладних знань та інноваційних спеціальних курсів, що сприяють розвитку теоретичного мислення студентів, формуванню в них здібності до цілісного системного бачення навчального матеріалу, уміння аналізувати, порівнювати й узагальнювати [186, с. 4]. Цілком погоджуючись з автором, все ж таки ми наголошуємо на тому, що лише взаємодія викладачів різних навчальних дисциплін сприятиме формуванню позитивного ставлення до педагогічної діяльності, спрямованої на здоров'язбереження (мотиваційний компонент), найбільш повному засвоєнню студентами валеологічних знань (змістовий компонент), умінь і навичок (технологічний компонент), що забезпечить їхню підготовку до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів під час здійснення усіх видів діяльності (навчально-виховної, спортивно-ігрової, фізкультурно-оздоровчої, екологічної, ігрової, дозвіллєвої) в початковій школі.

У ході реалізації інтерактивного підходу в освітньому процесі педагогічного вищого навчального закладу підготовка майбутніх учителів до формування культури здоров'я школярів здійснюється у межах таких напрямів: філософія, психологія, педагогіка, культурологія, соціологія, гігієна, екологія, безпека життєдіяльності та ін. У процесі міждисциплінарної взаємодії, на думку С. Шенделевої, фундаментом виступає духовно-моральний аспект, що містить у собі прихильність до загальнолюдських цінностей, прагнення до самовдосконалення, здатність сприймати й бути

носієм і творцем духовної культури. Встановлення зв'язків між раніше роздробленими елементами в навчальному процесі педагогічного вищого навчального закладу і створення системи, що має властивості цілісності, єдності і сукупності дозволять на якісно новому рівні підійти до змісту та шляхів підготовки майбутніх учителів до формування культури здоров'я. Більшість учених (Б. Кедров, Е. Маркарян, Г. Федорець, П. Федосєєв, С. Шенделева та ін.) вважають, що інтеракція являє собою якісно новий рівень взаємодії наук, характерний саме для сучасних умов їх розвитку [270].

Універсальним засобом організації й реалізації взаємодії в навчально-виховному процесі є спілкування як комплексна, поліпредметна діяльність, що включає в себе, окрім взаємодії (інтеракції), також перцепцію (взаємне сприйняття суб'єктів) і комунікацію (обмін інформацією).

За допомогою такої організації навчального процесу викладач здійснює цілеспрямоване вирішення навчально-виховних завдань, тому викладачі вищої школи повинні вміти здійснювати забезпечувати взаємозв'язок і взаємодію навчальних дисциплін на лекціях, практичних і лабораторних заняттях, а також при організації наукової роботи та практики. Натомість, аналіз навчально-методичної літератури свідчить про відсутність конкретних вказівок на те, на які джерела або теми з вивчених раніше дисциплін можуть зосередити свою увагу студенти. Ми наголошуємо на необхідності валеологізації усіх навчальних дисциплін вищого закладу освіти, що передбачає формування свідомого і відповідального ставлення студентів до свого здоров'я і здоров'я майбутніх вихованців.

Оскільки в усіх аспектах людської діяльності вирішальну роль відіграє свідомість, то валеологія постулює надзвичайну важливість активного саморозвитку свідомості особи, її повну й усвідомлену відповідальність за своє власне здоров'я і здоров'я навколишнього її світу, як найважливіший чинник її власного благополуччя [58]. На нашу думку, це сприятиме формуванню рефлексивних умінь майбутніх учителів початкової школи у

структурі їхньої готовності до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь молодших школярів.

Спостерігаючи новий історичний пасіонарний зліт, С. Горбунова зазначає, що сьогодні людство, як ніколи в минулому, здатне до повноцінної рефлексії. Зростання суспільної свідомості потягло за собою необхідність створення якісно нової науки про людину, яка дала б можливість їй протистояти глобальній кризі, що поглиблюється. Для сучасної цивілізації характерна одна особливість: завдяки технічному прогресові світ змінюється настільки швидко, що людина, змінюючись разом з ним фізично, психічно і духовно, не встигає усвідомлювати себе в цьому світі. Споживче ставлення до життя, до природи призводять до дисгармонійних відношень як із собою подібними, так і з природою. Валеологія, пронизана думкою про єдність світового простору, загальної відповідальності за долю Землі і Космосу, прагне науково обґрунтувати роль людини в сучасному світі, розкрити її духовно-творчі й біосоціальні можливості й визначити розумні параметри її стосунків з природою [58].

Будучи наукою про здоров'я людини, валеологія входить до системи численних наук, що займаються феноменом людини – природних (біологія, екологія, антропологія, медицина) і суспільних (психологія, соціологія, філософія, педагогіка, етнологія та ін.). При цьому вирішальну роль набуває активна особистісна основа самостворення. Проблема гармонійно розвиненої особистості є багатоаспектною проблемою, але неймовірно, що ядром цієї проблеми виступає фізичне і духовно-моральне здоров'я людини, яка включає в себе як неодмінну умову такі виміри, як фізичне, афективне, раціональне, соціальне і духовне [58].

Фундаментальний інтерес для філософії, соціології і культурології має валеологічна концепція формування і становлення здоров'я, згідно з якою вирішальна роль у розвитку живої речовини належить біотичному імперативу – специфічному типові оздоровчої поведінки, суть якої полягає в тому, що природа створює особливий регуляційний механізм, що контролює

функціонування живої системи в режимі досягнення нею найбільшого благополуччя і відкидає без вагань усе, що шкодить цьому благополуччю. Завдяки цьому механізму самооцінки стану організму, відкладанню негативних для нього зовнішніх впливів і асиміляції позитивних, відбувається підсилення його життєздатності й одночасне закріплення позитивних відчуттів, що в решті решт веде створення «акцептора здоров'я», тобто до закріплення раніше набутого досвіду і до принципової можливості розвитку й удосконалення оздоровчих форм поведінки [58].

Валеологія, продовжує авторка, у світлі затверджених нею ідей і принципів, є на нинішньому етапі не тільки специфічною інтегральною наукою про духовне і фізичне здоров'я як окремої людини, так і всього людства на новому етапі його духовно-творчої еволюції, але і синтезом практичних профілактико-оздоровчих знань про структуру і функціонування захисних механізмів людини в їх взаємодії з космосом та біосферою, про їх використання в екстремальних умовах сучасної екологічної ситуації [58].

Ми поділяємо твердження Т.Книш, що свідоме оволодіння валеологічними знаннями, вміннями і навичками та активне творче їх застосування дозволяє студентам формувати свідоме дбайливе ставлення не лише до індивідуального здоров'я, а й до здоров'я вихованців у процесі своєї майбутньої професійної діяльності [129]. Тому, на нашу думку, важливою умовою підготовки студентів до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів є взаємозв'язок валеологічної освіти з дисциплінами соціально-гуманітарного і фахового циклу підготовки.

Досліджуючи шляхи та засоби ефективної підготовки майбутніх учителів до валеологічної діяльності, Н.Панова доходить висновку, що вона зумовлена потребою збереження й зміцнення здоров'я школярів і полягає в оволодінні студентами валеологічними знаннями, методами і технологіями, що сприяють збереженню здоров'я. На думку дослідниці, зазначеному процесу сприяє насичення загальнопрофільних і фахових дисциплін валеологічним змістом, наповнення змісту педагогічної практики

дослідницькою діяльністю, що трансформує отримані знання в уміння й навички валеологічного характеру, які є найбільш ефективними засобами підготовки майбутніх учителів до валеологічної діяльності в майбутній професії [196].

На думку В. Магіна, валеологічно обґрунтоване особистісно орієнтоване навчання передбачає прийняття суб'єктами освітнього процесу у вищому навчальному закладі валеологічного принципу освіти, наповнення змісту педагогічної освіти валеологічним матеріалом і більш раннє «занурення» майбутніх учителів в людинознавчі проблеми, наявність культури здоров'я у викладачів вищої школи [158].

У процесі формування у студентів основ готовності до валеологічної роботи Л. Гліянова виокремлює три етапи: формування валеологічної культури самого майбутнього вчителя шляхом занурення його у сферу різних валеологічних питань, процес становлення особистості студента в ході формування необхідних знань та вмінь, саморозвиток щодо валеологічної спрямованості, залучення студентів до валеолого-орієнтованої педагогічної практики з метою творчого самовираження їхньої особистості [13].

На нашу думку, всі ці етапи можливо здійснити під час викладання не лише «Основ валеології», а й навчальних дисциплін гуманітарного, соціально-економічного, природничо-наукового, професійного та практичного циклів фахової підготовки та їх взаємодії, що забезпечить системне і цілісне опанування знань, умінь і навичок збереження і зміцнення здоров'я як вихованців, так і свого власного в майбутній професійній діяльності.

Так, філософське розуміння понять «здоров'я», «здоровий образ життя» («Філософія», «Соціологія»), вивчення фізіології здоров'я («Анатомія, фізіологія, патологія дітей з основами генетики», «Основи валеології», «Основи медичних знань і охорони здоров'я», «Методика вивчення валеології, основ безпеки життєдіяльності в початковій школі»), педагогічних підходів і методів формування культури здоров'я,

психологічних тренінгів з його зміцнення (Психологія», «Основи психодіагностики»), вплив на здоров'я людини екологічних факторів («Основи екології», «Основи природознавства», «Людина і світ» з методикою викладання»), здійснення здоров'язбережувальних педагогічних технологій та форм і методів роботи з молодшими школярами в навчально-виховному процесі («Педагогіка», «Дидактика», «Теорія виховання», «Педагогічні технології в початковій школі», «Методика виховної роботи», значення фізичного виховання («Фізичне виховання», «Фізична культура з методикою викладання»), професійна діяльність учителя початкової школи в галузі здоров'язбереження («Вступ до спеціальності», «Основи охорони праці», «Безпека життєдіяльності») обумовлює взаємозв'язок цих наук та їх єдність у досягненні головної мети – формування високого рівня культури здоров'я в майбутніх учителів початкової школи. Ці дисципліни розглядаються як валеологічні, оскільки вони прямо чи опосередковано пов'язані із здоров'ям людини, вихованням його, з факторами, що впливають на нього.

Окрім цього, на думку В. Сокорева [237], важливою є й практична підготовка студентів до здійснення здоров'язбережувальної діяльності шляхом включення студентів у різноманітні форми валеологічно орієнтованої навчальної і виховної діяльності, практична реалізація якого передбачає використання ділових ігор, розв'язання педагогічних ситуацій і завдань, індивідуальних творчих завдань, залучення до науково-дослідної роботи, здійснення планування педагогічної діяльності з формування культури здоров'я школярів у навчальному процесі і в ході позакласної виховної роботи. На нашу думку, саме під час взаємозв'язку всіх навчальних дисциплін і відбуватиметься найбільш ефективно оволодіння майбутніми учителями початкової школи практичними вміннями й навичками організації і здійснення діяльності, спрямованої на формування у молодших школярів здоров'язбережувальних навичок і вмінь.

Відтак, забезпечення інтерактивного підходу до валеологічної освіти майбутніх учителів початкової школи під час навчання у вищому

педагогічному навчальному закладі сприятиме їхній підготовці щодо здійснення здоров'язбережувальної діяльності в навчально-виховному процесі початкової ланки освіти і формуванню їхньої готовності до здійснення діяльності із збереження й зміцнення здоров'я як свого власного, так і своїх вихованців.

Підсумовуючи вищезазначене, доходимо висновку, що взаємозв'язок валеологічної освіти з дисциплінами гуманітарного, соціально-економічного, природничо-наукового, професійного та практичного циклів фахової підготовки майбутніх учителів початкової школи є необхідною педагогічною умовою підготовки майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів у навчально-виховному процесі.

3.3. Насиченість процесу фахової підготовки майбутніх учителів початкової школи інтерактивними методами навчання, спрямованих на формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь

Модернізація системи освіти в Україні, зокрема вищої школи, зумовила сутнісні зміни у навчально-виховному процесі, в якому сьогодні впроваджуються нові технології навчання, що ґрунтуються на застосуванні активних методів навчання. Насамперед це пов'язано з тим, що сьогодення вимагає учителів ініціативних, самостійних, здатних до творчого підходу в організації навчально-виховного процесу, що сприятиме збереженню і зміцненню школярів.

До проблеми активізації професійної підготовки майбутніх учителів звертаються українські вчені (І. Бех, А. Богуш, М. Євтух, І. Зязюн, М. Нечаєв, Н. Ничкало, О. Сухомлинська та ін.), які зауважують на необхідності перебудови традиційних способів організації навчально-виховного процесу вищої школи і пропонують застосування активних методів навчання, що передбачають створення ситуацій, що максимально наближені до майбутньої

професійної діяльності. Досліджуючи активність студентів у навчальному процесі, К. Абульханова, Н. Васіна, Л. Лаптева, В. Сластьонін розглядають її як інтенсивну діяльність і практичну підготовку у процесі навчання й формування знань та навичок, уміння застосовувати їх у конкретних ситуаціях, тобто активність у навчанні є умовою свідомого засвоєння знань, умінь та навичок [199, с. 173–178].

Професійні якості, доходить висновку Л. Байкалова, формуються і виявляються в діяльності через систематичне розв’язання практичних, виконавчих і творчих задач; ситуації моделювання, контекстні методи; навчально-рольові і ділові ігри; рефлексивні ситуації і проблемно-пошукові завдання [13]. І. Підласий дотримується думки, що активні методи навчання сьогодні є найбільш ефективними, оскільки ставлять здобувача знань в активну позицію їх самостійного засвоєння [201, с. 225]. На думку А. Смолкіна, активні методи навчання – це способи активізації навчально-пізнавальної діяльності студентів, які спонукають їх до активної розумової і практичної діяльності у процесі оволодіння матеріалом, коли активним є не лише викладач, а й студенти [234, с.30].

На доцільності використання активних методів навчання акцентує і Н. Суворова, яка вважає, що спільна діяльність у ході навчального процесу передбачає процес обміну знаннями, ідеями, способами діяльності, а передумовою ефективності такої роботи є створення атмосфери доброзичливості і взаємної підтримки, що дозволяє не лише одержувати нове знання, а й переводити навчання на більш високі форми кооперації та співробітництва [246].

М. Євтух, досліджуючи проблему використання активних методів навчання у вищій школі, зауважує, що важливою формою викладання теоретичного змісту є лекції проблемного характеру, що дозволяють за допомогою відповідних методичних прийомів (постановка проблемних запитань, висування гіпотез та їх підтвердження чи відхилення, звертання до студентів «за допомогою» та ін.) заохочувати студентів до спільного

міркування, дискусії з моральних тем, самостійних висновків, знаходження шляхів вирішення суперечностей, створених викладачем-експериментатором. Практичні ж заняття є логічним продовженням роботи, започаткованої у процесі лекцій, і передбачають такі форми роботи: семінарські заняття (семінар-дослідження, семінар-дискусія, семінар-обговорення), практикуми (круглі столи, драматизація, розв'язання педагогічних ситуацій і задач, рольові ігри, вправи), самостійну навчальну й науково-дослідну роботу студентів (підготовка інсценівок, презентація тез доповідей і повідомлень тощо) [102, с. 172].

Використання на заняттях рольових ігор, продовжує науковець в з цим ми не можемо не погодитися, розвивають не тільки знання в майбутніх фахівців, активізують і загострюють сприймання матеріалу, дають можливість програвати конкретні педагогічні ситуації, формують вміння встановлювати контакти, проявляти ставлення до вихованців, але й дозволяють вивчати й узагальнювати досягнення педагогічної науки та шкільної практики, поновлювати, поглиблювати зміст і технології професійного навчання студентів, спрямованого на формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів [102, с. 172].

У формуванні особистості майбутніх фахівців у навчально-виховному процесі на думку Т. Вахрушевої, методи активного навчання відіграють особливу роль, оскільки саме вони активізують самостійність думок студентів, залучають їх до роботи з великими обсягами інформації. Формують систему ставлень, створюють атмосферу порозуміння і співпереживання, роблять студентів справжніми суб'єктами навчання. Розвиток й упровадження активних методів навчання обумовлений тим, зауважує вчена, що перед викладачами ставляться завдання не лише засвоєння студентами знань і формування професійних умінь та навичок, а й розвитку творчих і комунікативних здібностей особистості, формування особистісного підходу до вирішення проблеми. Саме у процесі такого навчання розвиваються самооцінка, самоповага, толерантність,

самостійність, відповідальність, прийняття точки зору інших, вміння дискутувати та відстоювати свої переконання [38].

Зауважимо, що в аспекті нашого дослідження професійна діяльність майбутніх учителів початкової школи розглядається з позиції здоров'язбереження, формування відповідних навичок у молодших школярів. Отже, навчальний процес у вищій школі передбачає добір таких методів навчання, які є запорукою активності студентів у напрямі набуття знань, умінь і навичок збереження власного здоров'я, дотримання ними здорового образу життя, тобто застосування активних методів навчання, які дозволяють не лише краще зрозуміти здобуту інформацію, а й сприяють виробленню вмінь застосування отриманих знань щодо здоров'язбереження на практиці.

Відтак, ми доходимо висновку про необхідність застосування у навчальному процесі вищих навчальних закладів активних методів навчання, що передбачають розвиток професійного мислення майбутніх учителів, зокрема початкової школи, набуття ними вмінь та навичок здоров'язбережувальної (навчально-виховна, ігрова, спортивно-ігрова, фізкультурно-оздоровча, дозвіллева, екологічна і т. ін.) діяльності, формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів. Зважаючи на викладене вище і ґрунтуючись на особистісно-діяльнісному підході, визначеному нами методологічним концептом дослідження, розглянемо, які методи активного навчання сприятимуть підготовці майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів.

Нам імпонує класифікація А.Смолкіна, який активні методи навчання розподіляє за характером навчально-пізнавальної та ігрової діяльності на:

1. Імітаційні методи, що базуються на імітації професійної діяльності. Вони поділяються на:

а) ігрові методи:

– ігрові процедури і прийоми – засоби реалізації окремих, одиничних принципів, у першу чергу, різні форми активізації лекцій та інших

традиційних форм навчання, ігрові педагогічні прийоми, окремі засоби активізації (проблемна лекція з використанням методу аналізу конкретних ситуацій у вигляді ілюстрації, здійснюваної викладачем, лекція із запланованими помилками, лекція удвох, творче завдання, лекція прес-конференція, лекція-дискусія, лекція-бесіда) тощо;

- ігрові ситуації, зокрема дискусійні заняття, що проводяться у вигляді незапланованих виступів, коли заздалегідь невідомо, хто і в якому статусі (доповідача, критика, провокатора) братиме участь в обговоренні. Також ігрові ситуації використовують для рольових, театралізованих ігор, спрощених управлінських тренінгів і т. ін.;

- дидактична або навчальна гра – в основі якої використовується ігрова ситуація, але діяльність учасників формалізована, тобто є правила, жорстка система оцінювання, передбачений порядок дій, регламент тощо;

- ділові ігри – методи, що реалізують всю сукупність елементів, а, отже, і весь комплекс принципів активізації, характерних для методів активного навчання;

б) неігрові методи – аналіз виробничих ситуацій, аналіз конфліктів, аналіз проблемних ситуацій, аукціон ідей, імітаційні вправи, диспути, мозкова атака, опорні сигнали, взаємоопитування, аналіз конкретних ситуацій, розбір ділової пошти керівника, дії за інструкцією і т. ін.

2. Неімітаційні методи – стажування на робочому місці, програмоване навчання, проблемна лекція, випускна робота. За призначенням виокремлюють не імітаційні методи за: мотивацією пізнавальної діяльності, повідомленням навчальної інформації, формуванням і вдосконаленням професійних умінь та навичок, освоєнням передового досвіду, контроль результатів навчання [234, с. 32–38].

У сучасній педагогіці, зазначають Г. Абрамова та В. Степанович, використовуються різноманітні ігри, які користуються особливою популярністю:

- ігри рольові (учасники беруть на себе роль з різноманітними

функціональними обов'язками, в нашому разі, спрямованими на здоров'язбереження);

- імітаційні (імітується аспект професійної здоров'язбережувальної діяльності з подальшим аналізом її якості);
- організаційно-діяльнісні (моделюється зміст здоров'язбережувальної діяльності);
- дослідницькі (розуміється методика організації наукового осмислення проблеми здоров'язбереження);
- ігровий тренінг (форма вправи й закріплення умінь та навичок здоров'язбереження) [2].

Отже, підготовці майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів поряд із традиційними сприятимуть активні методи навчання.

Так, здобуття теоретичних знань щодо сутності педагогічної діяльності загалом і особливостей професійної діяльності майбутніх учителів початкової школи зазвичай відбувається під час традиційних лекцій. Натомість, на нашу думку, саме застосування лекцій-диспутів, лекцій-діалогів, проблемних лекцій сприятимуть розвитку пізнавальних здібностей студентів та їхній професійній спрямованості. Проблема, зазначає О. Антонова, це такий різновид запитання, відповідь на яке не утримується у набутому досвіді суб'єкта і тому потребує відповідних практичних і теоретичних дій, що відрізняються від простого інформаційного пошуку. Тобто, виникає певне утруднення, ліквідувати яке можна за допомогою наявної бази знань студент не може, що свідчить про недостатність досягнутого рівня знань [8].

Проблемному викладу матеріалу, продовжує цю думку М. Пащенко, сприяють лекція-дискусія, лекція з використанням елементів мозкової атаки (особливо на етапі формування нових понять), лекція з програванням конкретних педагогічних ситуацій, лекція з використанням технічних засобів навчання для зворотного зв'язку, лекція-провокація, лекція із запланованими

помилками, лекція удвох тощо, які передбачають активність майбутніх учителів [198].

Отже, активна позиція студентів на лекційних заняттях сприятиме не лише зростанню інтересу до змісту майбутньої педагогічної професії (мотиваційний компонент), а й спонукатиме пізнавальну діяльність студентів, спрямовуючи їх на здобуття додаткових валеологічних знань і знань щодо здоров'язбережувальної діяльності у навчально-виховному процесі початкової школи (змістовий компонент).

Не менш важлива роль у процесі активної навчальної діяльності, належить проведенню семінарських занять, що потребують від студентів мобілізації інтелектуальних зусиль для того, щоб брати участь в їх роботі, передбачають самостійну пошукову діяльність з визначеної теми заняття.

Метою семінару є певний синтез опрацьованого студентами матеріалу, співвіднесення його з матеріалом лекцій. Формування у майбутніх учителів уміння критично оцінювати різні джерела знань. О.Антонова зосереджує увагу на тому, що повинен бути наявний чіткий порядок питань у плані семінару, що під час підготовки студентів до заняття сприятиме їхньому усвідомленню логіки теми, послідовності її розвитку. Семінарське заняття, зауважує авторка, є найбільш складною формою організації навчального процесу, якому притаманні чотири основні функції:

- 1) поглиблення, конкретизація і систематизація знань, набутих студентами на попередніх етапах навчання (лекції, самостійна робота, консультації);
- 2) розвиток навичок самостійної роботи, формування творчого мислення;
- 3) розвиток уміння формулювати і відстоювати свою думку;
- 4) контроль за ступенем і характером засвоєння матеріалу студентами [8].

Зазначене, на нашу думку, сприятиме формуванню змістового компонента у структурі підготовки майбутніх учителів початкової школи до

формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів.

Найбільш ефективно використання активних методів навчання відбувається на практичних заняттях і спрямоване насамперед на формування технологічного компонента у процесі підготовки студентів до майбутньої професійної здоров'язбережувальної діяльності. При цьому перед викладачами педагогічних закладів освіти, зазначає Т. Хлебнікова, постає завдання створення таких умов діяльності студентів, постановка їх у таку ситуацію, що передбачає вибір між ремісницьким і творчим, авторським ставленням до власної діяльності, створення умов для самоактуалізації, самореалізації особистості.

Цьому сприяє застосування ігрових методів навчання (ділові, рольові, організаційні ігри, тренінги та ін.), які дозволяють діагностувати стан колективу слухачів; визначати стан психологічного клімату; здійснювати прямий і зворотний зв'язок; здійснювати навчальну, розвивальну і виховну функції; створювати умови для творчої діяльності; учитися самостійності, відповідальності, розумному індивідуалізму; визначати пріоритетні напрями діяльності; виробляти вміння приймати управлінські рішення; учитися формулювати думки; уживатися в різні ситуації і рольові позиції; учитися працювати в малих групах і з малою групою; учитися аналізувати і знаходити вихід із проблемних ситуацій; учитися експромту в умовах дефіциту часу й інформації [261].

Успішність навчальної гри залежить від її планування і підготовки. Учасники гри повинні мати можливість вибирати завдання залежно від своїх можливостей, інтересів та рівня домагань (колективне планування), враховувати рекомендації керівника гри, "вживатися" у свою роль, підготуватися, попрацювати з літературою, продумувати план своїх дій, можливі варіанти відповідей та поведінки. Обов'язковою складовою частиною гри повинен бути її аналіз, оцінка й самооцінка дій та рішень кожного з учасників гри [5], що сприяє формуванню рефлексивного компонента у структурі готовності майбутніх учителів початкової школи

Як метод ігрового моделювання певних ситуацій для розвитку компетентності, формування й удосконалення різних особистісних якостей, умінь та навичок підвищення адекватності самосвідомості й поведінки через включення в тренінгові ситуації, ролі учасників і глядачів І. Мельничук визначає тренінг [166]. За визначенням М. Дьяченка і Л. Кандибовича, тренінг – це систематичні вправи для надбання чи збереження відомих якостей або спеціальний тренувальний режим. Інші науковці (В. Захаров, Л. Петровська, Н. Хрящева) розглядають тренінг як комплексний метод психологічного впливу з метою корекції навчання, оптимізації розвитку особистості.

На нашу думку, застосування активних методів навчання (рольові та ділові ігри, дискусії, дебати, диспути, навчальні тренінги та ін.), спрямованих на вироблення й тренування навичок поведінки у професійній діяльності, вирішення конфліктних ситуацій, створення доброзичливого психологічного клімату допомагає студентам набутися досвіду переживання певних педагогічних явищ.

Включення студентів у рольові та ділові ігри, імітаційне моделювання педагогічних ситуацій, наголошує М. Пащенко, дають змогу шляхом активної взаємодії між студентами приймати рішення, засвоювати конкретні професійні вміння. Крім того, продовжує авторка, ділова гра сприяє створенню невимушеної, неформальної обстановки на заняттях, відвертих, доброзичливих і довірливих стосунків між студентами і викладачами [198].

На нашу думку, колективна діяльність, на якій ґрунтуються ігрові методи навчання, є дуже важливою у навчально-виховному процесі вищої школи і сприяє формуванню здоров'язбережувального компонента у структурі готовності майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і умінь у молодших школярів. Адже саме під час колективної ігрової діяльності, у ході спілкування, зазначають науковці (А. Буданов, І. Карпюк, А. Куракін, В. Максакова, О. Мудрик, Л. Новикова, С. Поляков та ін.), в майбутніх учителів виробляються навички

майбутньої поведінки в колективі, уміння працювати з людьми, розуміти їхню психологію, засвоювати той чи інший стиль керівництва. При цьому, зауважує М. Бондаренко, вміння колективної діяльності дають можливість студентам правильно використовувати набуті знання й навички, творчо застосовувати засоби професійної педагогічної діяльності під час виконання завдань у різноманітних умовах [27].

Підсумовуючи, ми доходимо висновку, що застосування активних методів навчання впливає на формування усіх виокремлених компонентів готовності студентів до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів, а отже є необхідною педагогічною умовою їхньої фахової підготовки під час навчання у вищому педагогічному закладі освіти.

3.4. Залучення майбутніх учителів початкової ланки освіти до фізкультурно-оздоровчої та спортивно-ігрової діяльності

Потреба у збереженні здоров'я, зауважує Л. Байкалова, це перша, хоча й не завжди усвідомлювана потреба живих істот. Найпростіший спосіб її задоволення – фізична активність, необхідна для підтримки гомеостазу й самозбереження людини в умовах зовнішнього середовища [13].

Г. Наталов продовжує цю думку й зазначає, що фізична активність – це форма біологічного регулювання потоків енергетичного обміну всередині організму і між організмом та середовищем. Як елемент гомеостазу, вона служить важливим фактором зміцнення й збереження здоров'я. Як джерело енергетичного забезпечення усіх природних форм діяльності людини, вона виступає важливим фактором підвищення і збереження працездатності [177].

В основі спрямованої рухової активності, зазначає В. Ямницький, лежить природна властивість людського організму за рахунок інтенсивного м'язового навантаження нейтралізувати, «спалювати» фізіологічно активні речовини, що накопичуються протягом перебування у стресових станах. Це природний, найбільш ефективний спосіб відведення «психосоматичного

удару» від внутрішніх систем організму. Окрім того, продовжує науковець, сама по собі рухова активність, сповнена особистісними смислами, здатна чинити позитивний психофізіологічний вплив на людину. Використання спрямованої рухової активності з метою психологічного впливу найчастіше відбувається у формі психогімнастики, акторської техніки, тілесно-зорієнтованої психотерапії з метою встановлення контакту учасників із простором власної тілесності, розвитку сенсорного самовідчуття й відслідковування взаємозв'язків між фізичним, сенсорним, афективним і когнітивним проявами активності [272, с. 68].

Крім рухового компонента до змісту фізичної активності науковці (В. Бальсевич, В. Запорожнов, Ю. Кинкадзе, Л. Лубишева) включають інтелектуальний (формування умінь, навичок і знань, пов'язаних з оптимізацією фізичної активності) та соціально-психологічний – формування світоглядних позицій і ціннісних орієнтацій [13].

Фізичне виховання студентів, зауважує М. Фідірко, – це нерозривна складова частина вищої гуманітарної освіти, результат комплексної педагогічної дії на особистість майбутнього вчителя у процесі формування його професійної компетентності. Матеріалізований результат цього процесу – рівень індивідуальної фізичної культури кожного студента, його духовність, ступінь розвитку професійно значущих здібностей. Структура фізичної культури студентів включає три самостійних блоки: фізичне виховання, студентський спорт і активне дозвілля [254].

Істотний недолік змісту фізичного виховання сучасної студентської молоді – безперечний її консерватизм, унітарність і виражена деперсоналізація (нездатність людини до особистого самовираження у відносинах з іншими людьми). Результати дослідження С. Радаєвої дозволили розширити й поглибити знання основних положень педагогічної системи фізичного виховання студентів різних форм навчання, реалізація яких передбачає використання сучасних спортивно-орієнтованих технологій, що застосовуються з метою залучення молоді до цінностей фізичної

культури і формування в них усвідомленої необхідності участі у фізкультурно-спортивній діяльності з дисципліни «Фізична культура» в навчальний та позанавчальний час [215].

Однак зауважимо, що, на жаль, центром уваги в діяльності кафедр фізичного виховання вищого навчального закладу ще залишаються передбачені навчальними програмами нормативи і тести, а не сам студент, його фізичні, духовні, моральні цінності і потреби. Відсутність належної мотивації студентів до здорового образу життя й усвідомленої потреби в засвоєнні ціннісного потенціалу фізичної культури та спорту не дозволяє використовувати повною мірою засоби фізичного виховання для розвитку рухових здібностей й зміцнення їхнього здоров'я. ряд суттєвих недоліків було виявлено в організації і змісті фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи у вищому навчальному закладі. У фізичному вихованні студентів до сьогодні слабо впроваджуються особистісно-орієнтовані педагогічні технології навчання, варіативні програми з фізичної культури з оздоровчим і тренувальним напрямом, вкрай рідко застосовуються нові форми і види занять фізичними вправами (атлетична гімнастика, аеробіка, гімнастика-ушу, ритмічна гімнастика, карате), що користуються великою популярністю серед молоді. На заняттях використовуються одноманітні, стандартні й малоефективні фізичні вправи, які не забезпечують належний рівень розвитку рухових здібностей.

Суттєве значення у формуванні ціннісного ставлення до фізичної культури, зауважує Л. Лубишева, має фізкультурне виховання, яке містить у собі три основних компоненти: соціально-психологічний, інтелектуальний і руховий (тілесний). Соціально-психологічний компонент виховання фізичної культури особистості передбачає формування певного світогляду, переконання, потребово-діяльнісного ставлення до засвоєння фізкультурних цінностей. Зміст інтелектуального виховання включає формування комплексу знань, що забезпечують загальноосвітню і спеціальну підготовленість у сфері фізичної культури, розвиток здібностей пізнавати і

творчо використовувати її у фізкультурній діяльності. Руховий компонент спрямований на формування фізичних якостей, умінь і навичок управління рухами, раціональне використання фізичного потенціалу [156].

Відтак, виникає необхідність цілеспрямованого залучення майбутніх учителів початкової школи до фізкультурно-оздоровчої і спортивно-ігрової діяльності. Переконані, що це є педагогічною умовою, яка сприятиме їхній підготовці до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів у навчально-виховному процесі. Тим більше, що заняття фізичною культурою і спортом впливає і на формування вмінь дотримання здорового способу життя, усвідомлення свого здоров'я як найвищої цінності і запоруки успішного виконання професійної діяльності.

Простежується тісний зв'язок між рівнем фізкультурно-оздоровчої та спортивно-ігрової діяльності і проявом активності життєвої та професійної позиції. Формування у студентів умінь і навичок організації фізкультурно-спортивної діяльності з учнями забезпечується у процесі розвитку у студентів усталеної потреби і заняття фізичною культурою і спортом. Педагог досягає успіху, вироблюючи у студентів мотивацію до занять фізкультурно-спортивною діяльністю, формуючи теоретичні знання в галузі фізичної культури і спорту, навчаючи вмінь та навичок організації і проведення фізкультурно-спортивних й оздоровчих заходів, організовуючи самостійні заняття, залучаючи студентів до участі в різноманітних змаганнях, пропагуючи й агітуючи здоровий образ життя [126].

У процесі фізкультурно-оздоровчої та спортивно-ігрової діяльності, людина перетворює свою власну природу, виступаючи при цьому не лише суб'єктом, а й об'єктом діяльності та її результатом, тому фізичну культуру слід розглядати як діяльність та якісний рівень цієї діяльності, результатом щодо фізичної готовності школярів до життя. Засоби і методи, які для цього використовуються, незважаючи на їх зовнішню простоту, дуже дієві, вони дозволяють оптимізувати процес фізичної активності, забезпечують профілактику гіподинамії, спрямований розвиток фізичних здібностей,

вибірково впливають на певні властивості організму, змінюючи його функціональні параметри в бажаному напрямі [49].

Аналіз наукової літератури з філософії, психології, педагогіки, фізіології, анатомії людини в контексті фізкультурно-оздоровчої та спортивно-ігрової роботи зі студентами у вищому педагогічному навчальному закладі дозволив О. Кібенко дійти висновку щодо необхідності формування вмінь і навичок відповідної діяльності у студентів у процесі їхньої професійної підготовки за трьома основними напрямками. По-перше, збереження і зміцнення фізичного здоров'я студентів, формування соціально-біологічних основ фізичної культури особистості, здорового образу життя (здоров'язберігачий компонент у нашому дослідженні). По-друге, оволодіння методикою організації фізкультурно-спортивної діяльності і самостійним виконанням фізичних вправ, спрямованих на усунення втомлюваності й забезпечення підвищення працездатності студентів. По-третє, формування умінь і навичок організації фізкультурно-спортивної діяльності з учнями в школі (технологічний компонент – Б.Д.). Відтак, доходить висновку науковець, формування умінь і навичок організації фізкультурно-спортивної діяльності є однією із складових елементів професійного становлення майбутнього вчителя, здатного рішуче впливати на створення мікроклімату в колективі і впливати на ефективність навчального процесу [126].

Поділяючи твердження В. Мужичок, і зважаючи на аспект нашого дослідження, зауважимо, що фізкультурно-оздоровча і спортивно-ігрова діяльність допомагає розвивати особистість студента, готувати його до професійної діяльності, формувати настанови на здоровий спосіб життя (мотиваційний компонент), фізичне вдосконалення і самовиховання, потребу в регулярних заняттях фізичними вправами (оздоровчий компонент), формувати систему знань з фізичної культури та здорового способу життя (змістовий компонент), необхідних у процесі життєдіяльності, навчання, роботи, сімейному вихованні, зміцнювати здоров'я, сприяти всебічному розвитку організму, профілактиці захворювань, забезпечувати високий рівень

працездатності протягом усього періоду навчання, забезпечувати загальну і професійно-прикладну фізичну підготовленість, що визначають психофізичну готовність випускників вищого закладу освіти до життєдіяльності й обраної професії (технологічний компонент) [176, с.91].

Специфіку спортивно-ігрової діяльності, на думку Г. Наталова, визначають основні її засоби – фізичні вправи. В цілому фізичні вправи, що представлені основними формами здійснення активних рухових дій і пов'язані з ними просторово-часові відношення та поведінські ситуації, обіймають своїм впливом три сфери прояву особистості: фізичну, психічну й соціальну, але в обмеженому обсязі, в тій мірі, в якій вони поєднані зі здійсненням активної рухової діяльності. Тому предметом у спортивних іграх є формування фізичних, сенсорно-інтелектуальних і соціальних якостей особистості в тій мірі, в якій вони доступні впливу через фізичні вправи [177].

Ефективність фізкультурно-оздоровчої і спортивно-ігрової діяльності як засобу фізичної культури у процесі підготовки майбутнього вчителя характеризується підвищенням загального рівня працездатності, створенням умов для зміцнення здоров'я, збільшенням тривалості високоактивного життя особистості, виховання духовних та моральних цінностей, становленням здорового способу життя, усвідомленням соціальної значущості фізичної культури та спорту [267].

Водночас оздоровча спрямованість фізкультурно-оздоровчої та спортивно-ігрової діяльності залежить від: об'єктивних сучасних умов життя; соціально-економічних факторів; конкретних форм життєдіяльності, котрі дозволяють поширювати здоровий спосіб життя в основних сферах життя: навчальній, трудовій, сімейно-побутовій, дозвіллі; сформованості системи ціннісних відносин, які спрямовують усвідомлену активність особистості на здоровий образ життя [267].

Особливе значення фізкультурно-оздоровчої і спортивно-ігрової діяльності полягає у формуванні всебічно розвиненої особистості педагога,

вихованні в нього прагнення до самовизначення та самоствердження. Важливим у цьому аспекті є задоволення потреб майбутнього вчителя в емоційно насиченому спілкуванні у процесі фізкультурно-оздоровчої та спортивно-ігрової діяльності тощо [267].

В аспекті дослідження нам імпонує думка М. Фідірко, яка зазначає, що залучення студентів до фізкультурно-оздоровчої і спортивно-ігрової діяльності під час навчання передбачає вирішення таких завдань:

- інформування про головні цінності фізичної культури і спорту;
- знання і дотримання основ здорового способу життя;
- знання основ організації й методики найефективніших видів і форм раціональної рухової діяльності та вміння застосовувати їх на практиці;
- знання основ методики оздоровлення традиційними і нетрадиційними засобами та методами фізичної культури;
- виховання стійкої звички до щоденних занять фізичними вправами з використанням різних раціональних форм;
- систематичне фізичне тренування з оздоровчою або спортивною спрямованістю;
- виконання нормативів професійно-прикладної психофізичної підготовленості [254].

Зауважимо також, що залучення майбутніх учителів до фізкультурно-оздоровчої та спортивно-ігрової діяльності має за мету не лише формування у студентів позитивного ставлення до занять фізичною культурою і спортом, а й їхню підготовку до здійснення такої діяльності в майбутній спортивно-педагогічній діяльності, зважаючи на різноплановість навчально-виховного процесу початкової школи.

З огляду на зазначене певний інтерес викликає дослідження О. Федик, яка аналізує психологічні особливості професійної підготовки студентів до майбутньої спортивно-педагогічної діяльності і зауважує, що вона обумовлена новою психолого-педагогічною ситуацією, яка склалася в

фізкультурно-спортивній сфері та яка характеризується складністю і суперечливістю процесів соціально-економічного, духовного перетворення суспільства, недостатньою компетентністю та підготовленістю багатьох фізкультурних кадрів для роботи в нових умовах, переходом спортивних організацій, клубів, команд на ринкові форми організаційно-господарської діяльності [253]. При цьому авторка наголошує на тому, що процес професійної підготовки студентів до майбутньої спортивно-педагогічної діяльності детермінований зовнішніми обставинами, характерними для соціального середовища на сучасному етапі розвитку суспільства (економічна, соціально-психологічна ситуація в країні, особливості соціалізації підростаючого покоління, особливості навчально-виховної системи та ін.) та індивідуальними властивостями особистості [253].

Ефективність професійної підготовки студентів, продовжує науковець, до майбутньої спортивно-педагогічної діяльності обумовлена високим рівнем сформованості психологічної готовності студентів до обраного виду діяльності, психологічної налаштованості на професію, сформованості ціннісного ставлення до неї; адекватністю самооцінки, розвинутою потребо-мотиваційною сферою, наявністю загальних і спеціальних якостей, здібностей; упровадженням алгоритму продуктивного вирішення задач професійної підготовки студентів до майбутньої спортивно-педагогічної діяльності [253].

Професійна підготовка студентів до майбутньої спортивно-педагогічної діяльності аналізується вченою з погляду цілісного явища, інтегральної ознаки, що включає в себе формування та розвиток спеціальних здібностей, вмінь і навичок. Водночас – це формування зацікавленості спеціаліста у передачі своїх знань і вмінь іншим; позитивного ставлення до такого виду діяльності; розвиток умінь володіння способами та прийомами, що необхідні в цьому виді діяльності; розвиток самоконтролю, самоаналізу, самооцінки своєї діяльності [253]. В аспекті нашого дослідження все це впливає на формування мотиваційного, технологічного, рефлексивного

компонентів у структурі готовності майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів у навчально-виховному процесі.

Відтак, з огляду на вищезазначене, ми доходимо висновку, що залучення студентів до фізкультурно-оздоровчої та спортивно-ігрової діяльності впливає на формування усіх виокремлених компонентів готовності і сприяє їхній підготовці до здійснення спортивно-педагогічної діяльності, спрямованої на формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів, а, отже, є необхідною педагогічною умовою під час навчання у вищому педагогічному навчальному закладі.

Ефективному впровадженню виокремлених педагогічних умов, на нашу думку, сприятиме створення відповідних чинників цілеспрямованої підготовки майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів.

3.5. Чинники, що сприяють підготовці майбутніх учителів початкової школи до здоров'язбережувальної діяльності

Сьогодні актуальною є розробка комплексної програми вищого навчального закладу, що дозволила б вирішувати завдання створення умов, що сприяють збереженню й зміцненню здоров'я у закладах освіти; впровадження методології, принципів і методів здоров'язбережувальної освіти, програмно-технічних засобів з моніторингу, формування, розвитку і збереження здоров'я студентів і викладачів вищих навчальних закладів; здійснення медико-фізіологічного, соціологічного і психолого-педагогічного контролю за станом здоров'я суб'єктів освітнього процесу, за дотриманням законодавчих і нормативних правових актів, що регламентують діяльність освітнього закладу з питань збереження здоров'я учнівської молоді [240].

Здоров'язбережувальне освітнє середовище. Переконані, що на формування стійких здоров'язбережувальних навичок і вмінь у студентів

факультетів початкового навчання, забезпечення збереження і зміцнення їхнього здоров'я у вищому педагогічному навчальному закладі впливатиме наявність здоров'язбережувального освітнього середовища як чинника професійної підготовки майбутніх учителів з урахуванням їхнього здоров'язбереження під час навчання.

Зазначимо, що поняття «середовище» по-різному визначається у наукових джерелах. Так, філософи (С. Аверинцев та ін.) розглядають його як довкілля; простір і матеріал для розвитку, за допомогою якого здібність прокладає собі шлях прямо чи кружно [256, с. 301]. Соціологи (А. Іконніков) зазначають, що середовище – це просторово-часове ціле, що містить фізичні об'єкти, форми поведінки та системи діяльності людей і акцентують на тому, що життєве середовище – це вся сукупність умов людського існування, яка розглядається в різних просторових межах і є мінливою, рухомою, безперервною системою, існування якої об'єднує в одне ціле простір, час і рух [117, с. 26].

Педагоги (Є. Бондаревська, Т. Менгт, Є. Рапацевич, І. Підласий, М. Фіцула, В. Ясвін та ін.) також по-різному визначають це поняття як: сукупність умов, що оточують людину і взаємодіють з нею [235, с. 746]; реальну дійсність, в умовах якої відбувається розвиток людини [203, с. 84]; комплекс зовнішніх явищ, що самостійно впливають на людину та її розвиток [258, с. 54–55]; сукупність усіх можливостей навчання, виховання й розвитку особистості (як позитивних, так і негативних) [273, с. 13].

Досліджуючи педагогічні умови формування якості життя студентів, В. Оринчук зазначає, що сучасний стан освітньої сфери, що переживає процес реформування, проявляється у нездатності швидко й адекватно реагувати на зміни, що відбуваються у суспільстві і регулювати якість життя студентів. Стан оздоровчого і освітньо-виховного середовища сучасного вищого навчального закладу, наголошує авторка, не завжди відповідає рівню, необхідному для вирішення завдань формування гармонійно розвиненої особистості, що готується до реалізації своїх професійних та людських

інтенцій в умовах інформаційної цивілізації. Реальний рівень стану здоров'я студентської молоді відображає те, що особистісне розуміння сутності здоров'я як цінності у студентів залишається на низькому рівні. Високе психофізіологічне та емоційне навантаження, порушення режиму праці, відпочинку і харчування, гіподинамія, криза моральних цінностей, невпевненість у своєму майбутньому, зміна місця мешкання та багато інших факторів вимагають від студентів мобілізації сил для адаптації до нових умов проживання і подолання складних життєвих ситуацій [192].

Авторкою виокремлюються об'єктивні і суб'єктивні фактори, що впливають на якість життя студентів. До об'єктивних соціальних умов якості життя, на підставі соціальної взаємодії образу життя і здоров'я, на її думку, належить виробнича сфера діяльності, у процесі якої людина реалізує і відтворює свій фізичний, психічний та духовний потенціал, а також екологічні, економічні, культурні умови формування якості життя. До суб'єктивних факторів формування якості життя слід віднести взаємодію образу життя і здоров'я, яке залежить від персональних цінностей і настанов людини, що є «внутрішніми орієнтирами і мотивами» до дій конкретного індивіда [192].

Внаслідок проведеного дослідження, В. Оринчук доходить висновку, що освітнє середовище вищого навчального закладу є фактором професійно особистісного розвитку студента за умови інтеграції цінностей, смислів і норм, що впливають на їхню якість життя, і які містяться в освітньому просторі закладу. У цьому розумінні, акцентує науковець, середовище вже не просто деякий освітній простір – це вже найважливіша соціокультурна характеристика вищого навчального закладу, оскільки освітнє середовище охоплює комплекс природних і соціальних факторів, які можуть впливати прямо чи опосередковано на якість життя і діяльність людей. Відтак, чим більше і повніше особистість використовує можливості освітнього середовища, тим успішніше відбувається її вільний і активний саморозвиток [192].

Сьогодні накопичується все більше даних про те, що саме освітнє середовище виступає одним із найбільш сильних факторів ризику здоров'я учнівської молоді, що зумовлено інформаційним перенасиченням та інтенсифікацією навчального процесу [16].

Тому, зазначає Ю. Кобяков, перед системою вищої освіти постає проблема переходу від традиційної педагогічної парадигми до навчання інноваційного типу, в основі якого повинна лежати насамперед турбота про здоров'я студентів, які є генетичним, культурним і професійним потенціалом нації. Проте розв'язання цієї проблеми в межах наявної системи освіти ускладнене тим, що система, що називається «здоров'язбережувальною», за своїм визначенням, орієнтує педагогів лише на збереження здоров'я студентів, що у стратегічному і методологічному відношеннях є неправильним, оскільки в молодому віці необхідне зміцнення, розвиток і вдосконалення його потенціалу [130].

Наявні наукові джерела свідчать також про те, що здоров'язбережувальна педагогічна система у вищому навчальному закладі виявляється малоефективною (С. Бондарь, В. Смирнова, Т. Выборнова, Ю. Гордєєв, І. Гордєєва, В. Ірхін, С. Філіппова та ін.) і здоров'я студентів від курсу до курсу погіршується, що має приховану загрозу національної безпеки країни. Причини такого стану, на думку Ю. Кобякова, приховуються у перевантаженні студентів навчальними заняттями, обсяг яких перевищує фізіологічно допустимі норми і вимоги, що неминуче призводить до гіпокінезії – антиподу рухової активності [130].

На нашу думку, покращенню такого стану в сучасному вищому закладі освіти сприятиме організація навчального процесу, спрямованого на розвиток здоров'язбережувальних навичок і вмінь у студентів, створення умов і факторів збереження і зміцнення їхнього здоров'я. Зазначене передбачає взаємозв'язок і взаємодію усіх суб'єктів навчального процесу (адміністрації, викладачів, студентів), що певною мірою є фундаментом для виникнення суб'єктивних факторів навчання навичок здоров'язбереження,

які спрямовуватимуть і стимулюватимуть активність майбутніх учителів, а також гальмуватимуть дію негативних факторів, що викликають пасивне ставлення до майбутньої професійної діяльності, спрямованої на зміцнення здоров'я.

З огляду на зазначене, вважаємо, що навчання та виховання повинні будуватися в такий спосіб, щоб здобуті знання і накопичений досвід стали рушійною силою на шляху до розкриття і реалізації духовно-морального, фізичного, психологічного і соціального потенціалу майбутніх учителів початкової школи. Все це вимагає використання комплексного підходу до організації навчально-виховного процесу, що, за твердженням Л.Єлькової, передбачає створення системи активного збереження, відновлення і зміцнення здоров'я студентської молоді, надання допомоги в реалізації потенціалу здоров'я молоді для успішного навчання, ведення активного виконавчого, соціального й особистого життя, спрямованого на зниження захворюваності та інвалідизації, покращення якості життя, підвищення адаптаційних механізмів; реалізацію внутрішньої гармонії фізичного, психічного, духовного станів людини, а також гармонії з екологічним і соціальним середовищем; відповідальність молоді людини за своє здоров'я і здоров'я своїх близьких [101].

Поряд із традиційними освітніми, виховними та розвивальними функціями, на думку В. Ірхіна, здоров'яорієнтована педагогічна система вищого навчального закладу відносно студента виконує й інші специфічні функції: соціалізаційну, пов'язану з необхідністю включення особистості, що формується, у процес засвоєння і відтворення цінності здоров'я та здорового образу життя, безболісного входження індивіда в соціальне середовище; культурологічну, що полягає у створенні сприятливих умов для оволодіння студентами на науковій основі знаннями про збереження й зміцнення здоров'я, формування позитивної свідомості особистості майбутніх спеціалістів; профілактичну, зорієнтовану на попередження захворювань, функціональних порушень і відхилень у розвитку особистості; корекційно-

реабілітаційну, спрямовану на створення навколо студента реабілітаційного середовища, спрямованого на відтворення цілісного здоров'я студентів; зміцнення здоров'я, що має за мету підвищення адаптаційних резервів організму людини [119].

Фактором і умовою розвитку здорової особистості, наголошує Г. Сериков, виступає здоров'язбережувальне середовище в освітньому просторі навчального закладу, де повинні створюватися умови, що забезпечать оптимальний для гармонійного, інтелектуального, фізичного, духовно-морального розвитку особистості суб'єктів педагогічного процесу психологічний клімат, формування в них потреби в питаннях цінності здоров'я й у здоровому образі життя [227].

Створити здоров'язбережувальне середовище в умовах навчання – це значить створити відповідне педагогічне середовище. Педагогічне середовище, за педагогічним словником Г. М. Коджаспірової, – це спеціально, відповідно до педагогічних цілей, створювана система умов організації життєдіяльності дітей, спрямована на формування їхнього ставлення до світу, людей і один до одного [132].

Н. Міллер під здоров'язбережувальним освітнім середовищем розуміє сукупність антропогенних, природних, культурних факторів, що сприяють задоволенню людиною власних потреб, здібностей, можливостей збереження здоров'я. Воно сприяє впровадженню здоров'язбережувального навчання як процесу взаємодії учнів і вчителя, результатом якого є засвоєння знань, умінь, навичок, способів творчої діяльності, системи цінностей і збереження здоров'я учасників освітнього процесу [169].

Здоров'язбережувальне освітнє середовище А. Маджуга розглядає як цілеспрямовану і професійно створювану систему дидактичних умов, в якій засвоєння знань, умінь і навичок, розвиток творчого мислення і формування емоційно-ціннісного ставлення до світу (в тому числі і до свого здоров'я) відбувається в ситуаціях фізичного, емоційного, інтелектуального, соціального, духовного комфорту, а також відсутність етнофункціональних

розбіжностей, що забезпечує створення в цілому сприятливого психологічного клімату у процесі навчання [159].

Здоров'язбережувальна діяльність у вищому навчальному закладі повинна ґрунтуватися на системному підході, що передбачає участь у ній усіх суб'єктів навчально-виховного процесу, спрямована на фізіопсихосоціальну адаптацію студентів шляхом спеціально розробленого змісту навчально-виховної роботи, а також методів, засобів її реалізації. Відповідно до цього положення метою здоров'язбережувальної освітньої технології виступає забезпечення умов фізичного, психічного, соціального і духовного комфорту, що сприяє збереженню і зміцненню здоров'я суб'єктів освітнього процесу, їхній продуктивній навчально-пізнавальній та практичній діяльності, що ґрунтується на науковій організації праці і культурі здорового образу життя особистості [240].

Процес створення здоров'язбережувального середовища можна визначити як комплекс змін традиційної системи, націлених на підвищення ефективності діяльності щодо збереження і зміцнення життєздатності студентів і педагогів у взаємозв'язку з корекцією їхньої внутрішньої картини здоров'я. Розвиток здоров'я і створення здоров'язбережувального середовища розглядається як фактори виконання людиною намічених життєвих цілей та завдань, її призначення та самовдосконалення. До поняття здоров'я при цьому слід включати конкретні форми поведінки людини. Велике значення має так звана активна суб'єктна позиція, що ґрунтується на усвідомленні людиною свого здоров'я й оволодіння нею технологіями саморозвитку, самовдосконалення, адекватних її можливостям, що визначаються станом її здоров'я [114].

При цьому підготовка до здійснення професійної діяльності у здоров'язбережувальному режимі, за Д. Сомовим, є однією із найважливіших проблем теорії і практики вищої школи. Для її розв'язання необхідно вирішити такі тактичні завдання, як: зміцнення здоров'я через правильний фізичний розвиток; формування потреби в постійних і систематичних

заняттях фізичною культурою; розвиток і вдосконалення природних рухових якостей: сили, спритності, витривалості; формування соматичної складової здоров'я: виховання культури харчування, дотримання режиму дня тощо; виховання потреби досягнення емоційної усталеності; розвиток навичок саморегуляції; розвиток психологічного імунітету до шкідливих звичок і усвідомленого ставлення до їх наслідків, розуміння цінності здоров'я у всіх аспектах його прояву; розвиток мотивації до моральної поведінки як основи психічного та соціального здоров'я [240].

Ураховуючи вищезазначене, **здоров'язбережувальне освітнє середовище** вищого навчального закладу ми розглядаємо як цілеспрямовану систему навчально-виховної діяльності, що не шкодить здоров'ю майбутніх учителів; надає можливість набуття особистістю досвіду культуровідповідної поведінки; забезпечує умови для фізичного, психічного, соціального і духовного комфорту, що сприяє збереженню і зміцненню здоров'я суб'єктів педагогічного процесу, їхній продуктивній навчально-пізнавальній та практичній діяльності.

Підсумовуючи, ми доходимо висновку, здоров'язбережувальне освітнє середовище є чинником, що впливає на ефективність упровадження виокремлених педагогічних умов цілеспрямованої підготовки майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів.

Іншим чинником, який, на нашу думку, сприятиме ефективному впровадженню визначених педагогічних умов формування готовності майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь є **створення позитивного соціально-психологічного клімату** у студентській групі. Дослідження особливостей соціально-психологічного клімату в колективах та аспекти його формування були висвітлені в публікаціях учених: І. Андрєєвої, Н. Анікеєвої, В. Антонюка, О. Барабанщикова, О. Бродчинко, О. Бандурки, В. Бойка, Л. Буєвої, Н. Волкової, К. Вольциса, А. Глоточкина, А. Дзюри,

А. Донцова, О. Журавльова, О. Зотова, І. Іваніхіної, О. Ковальова, А. Кітова, А. Макаренко, Г. Моченова, В. Мясіщева, Р. Нємова, В. Новікова, М. Ночевнік, М. Обозова, Б. Паригіна, К. Платонова, В. Сатаєва, А. Свинецького, В. Сухомлинського, М. Феденка, А. Чернишова, Р. Шакурова, С. Шацького, В. Шеляги, О. Шорохової та ін.

У педагогічному словнику соціально-психологічний клімат визначається як вид психологічного клімату, що викликаний міжособистісними відносинами. Важливими факторами соціально-психологічного клімату є психологічна сумісність членів групи і чіткість розподілу ролей. Доброзичливий клімат передбачає усталені позитивні емоції в усіх членів колективу, а також високий рівень взаємної поваги й довіри, вимогливості та принциповості, що виражають сутність творчого клімату, створюють найбільш сприятливі умови для інтенсифікації ділових контактів співробітників, тобто повної психологічної сумісності [235, с. 761].

За Б. Паригіним, соціально-психологічний клімат – це притаманний певному колективу стійкий психічний настрій, який значно впливає на взаємини людей, їхнє ставлення до праці і довкілля. При цьому, зауважує науковець, психічний настрій може бути предметним (спрямованість психіки на процес діяльності) та емоційним, тотальним (переживання задоволеності діяльності, її результатами) [197, с. 11].

М. Молочко, розглядає соціально-психологічний клімат педагогічного колективу як складну інтегровану характеристику колективу, що емпірично виявляється в домінуючому відносно стійкому груповому настрої, який є результатом відображення членами колективу міжособистісних взаємин, що опосередковані цілями й змістом професійно-педагогічної діяльності та специфікою роботи певного навчального закладу [174, с. 5].

Під час навчання у вищому навчальному закладі важливою особливістю міжособистісних відносин у колективі, на думку Н. Анікєєвої, є психологічний феномен, який відбивається в емоційному приєднанні особистості кожного до колективу, з яким вона свідомо або несвідомо себе

ототожнює. Для справжнього колективу притаманні відносини емоційного тепла і співчуття, радості і гордості за досягнення кожного. При цьому колектив, в якому панує здоровий моральний клімат, сприяє колективному спілкуванню, співробітництву, співтворчості, тобто психологічній сумісності. Отже, сприятливий психологічний клімат колективу відіграє важливу роль у навчальному і громадському житті. Прийняття колективних рішень і спільна діяльність сприяє підвищенню зацікавленості в навчанні, самостійній роботі над собою, підготовці до майбутньої спеціальності [6].

Н. Волкова розглядає соціально-психологічний клімат у колективі як стан міжособистісних стосунків, що виявляється в сукупності психологічних умов, які сприяють або перешкоджають продуктивній діяльності колективу. На її думку, сприятливий соціально-психологічний клімат характеризують:

- довіра, доброзичливість, чуйність, висока взаємовимогливість і ділова критика; вільне висловлювання власної думки від час обговорення питань, що стосуються колективу;
- відсутність тиску керівника на підлеглих і визнання за ними права приймати важливі для колективу рішення;
- поінформованість усіх про завдання колективу і стан їх виконання, можливість займати активну позицію у процесі ділового спілкування в колективі;
- наявність умов для активної професійної і творчої діяльності, самореалізації, самоствердження, саморозвитку кожного працівника; задоволення роботою та належністю саме до цього колективу;
- взаємодопомога членів колективу в критичних ситуаціях;
- прийняття індивідами на себе відповідальності за справи у колективі;
- уболівання за честь колективу, сприяння його розвитку [47 с. 64–65].

У системі становлення професійно-педагогічних якостей майбутнього вчителя соціально-психологічний клімат студентської групи, на думку

С. Висоцького, є реальним засобом оптимізації навчально-виховного процесу. Соціально-психологічний клімат науковець визначає як складне інтегроване явище групової динаміки, сукупність діяльнісних, моральних залежностей і зв'язків у студентському середовищі, усталений режим взаємовідносин і взаємодій [50].

Неодмінною умовою створення позитивного соціально-психологічного клімату у студентській групі, наголошує М. Бондаренко, є вироблення загального тону вимог, встановлення добрих стосунків у колективі, знаходження тих моментів, які б об'єднували студентів і викладачів, створювали єдину громадську думку, приймали і впроваджували у життя колегіальні рішення, які не ігнорували б можливостей, бажань і інтересів студентів [27]. Позитивна атмосфера, продовжує науковець, благотворно впливає на формування у студентів необхідних професійних, психологічних і моральних якостей, професійну спрямованість і готовність до праці. В академічній групі студенти набувають навичок колективної діяльності, тобто засвоєння норм, правил і умов успішної взаємодії між членами колективу. Ці навички забезпечують синхронність, узгодженість та ефективність роботи всього колективу. Уміння колективної діяльності дають можливість колективу студентської групи правильно використовувати набуті знання й навички, творчо застосовувати засоби професійної педагогічної діяльності під час виконання завдань у різноманітних умовах [27].

Доброзичливий психологічний клімат у студентській групі надає можливість більш повно розкритися особистості майбутнього вчителя як творчої особистості. Адже лише за сприятливих умов у педагогічному колективі утверджується атмосфера взаєморозуміння, співробітництва, взаємодопомоги, самореалізації особистості вчителя (за Н. Волковою [47]).

Зважаючи на аспект нашого дослідження, усе це є важливими чинниками, необхідними в подальшій здоров'язбережувальній діяльності майбутніх учителів початкової школи. На нашу думку, саме створення доброзичливого соціально-психологічного клімату у студентській групі

сприяє збереженню їхнього психологічного, морального й соціального здоров'я, крім цього в такій атмосфері майбутні учителі мають можливість набути навичок і вмінь створювати відповідну атмосферу в класному колективі початкової школи, формуючи при цьому здоров'язбережувальні навички і вміння в молодших школярів.

Наступним чинником, що сприятиме здоров'язбереженню майбутніх учителів початкової школи та їхній підготовці до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь молодших школярів, є **саморегуляція поведінки**. Проблема саморегуляції, зауважує К.Лисенко-Гелемб'юк, всупереч багаторічній історії, актуальності та значущості, вирізняється складністю, багатомірністю й неоднозначністю. Це зумовлено тим, що саморегуляція є провідним і визначальним психічним процесом будь-якого виду життєдіяльності особистості, оскільки адекватність діяльності її предмету, засобам і умовам забезпечується саме нею. Процес входження індивіда в суспільство на будь-якому віковому періоді вимагає засвоєння ним соціальних досвіду, норм та цінностей, необхідних для успішної життєдіяльності [153].

Сутність саморегуляції, на думку В. Селіванова, полягає в мобілізації особистістю власних психічних і фізичних можливостей задля подолання труднощів і перешкод під час здійснення цілеспрямованих дій і вчинків [116, с. 22].

Цікавим в аспекті дослідження є твердження М. Боришевського, який акцентує на необхідності врахування актуальних потреб, особистісно значущих цілей, життєвих відносин, настанов у розвитку саморегуляції, розглядаючи останню як переважно усвідомлене, цілеспрямоване планування, побудову й перетворення суб'єктом власних дій та вчинків відповідно до особистісно значущих потреб, мотивів і цілей. Зокрема, науковець зазначає, що саморегуляція є здатністю особистості усвідомлено планувати, будувати, діяти адекватно до обраної нею програми, принципів,

норм та правил, останні ж виконують роль еталонів, взірців, у процесі особистісної саморегуляції [31].

Згідно з цим, важливим завданням вищої школи постає навчання майбутніх учителів початкової школи планування власної діяльності, спрямованої на здоров'язбереження, створення особистих програм індивідуального здоров'я, дотримання здорового образу життя, що, безперечно, сприятиме їхній підготовці до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у подальшій професійній діяльності з молодшими школярами. Значним у нашому дослідженні є те, що саморегуляція постає специфічною формою взаємодії людини з довкіллям, виявляючись у самодетермінації, контролі своєї поведінки, виробленні вольових якостей, свідомій постановці завдань, мобілізації психічних і фізичних потенцій у досягненні поставлених цілей, виробленні стилю взаємодії з іншими.

Саморегуляція поведінки розглядається В. Ілійчуком як одна з важливих передумов психолого-педагогічного подолання конфліктів, як усвідомлений вплив людини на саму себе, що виражається в стимулюванні одних і гальмуванні інших своїх дій, реакцій та потреб [121]. З огляду на те, що професійна діяльність майбутніх учителів початкових класів пов'язана з вирішенням різноманітних конфліктних ситуацій, саморегуляція поведінки вважається нами впливовим чинником їхньої підготовки до здоров'язбережувальної діяльності, оскільки саморегуляція сприяє розкриттю особистістю власних можливостей щодо здоров'язбереження.

Л. Мітіна та Є. Асмаковець розглядають емоційну саморегуляцію як складову емоційної гнучкості вчителя, зауважуючи при цьому, що її психологічною умовою є усвідомлення учителем ролі і значення афективної сфери особистості в оптимізації діяльності, спілкування, психічного й фізичного здоров'я і вчителя, і учнів. Динаміка емоційної гнучкості вчителя, продовжують автори, визначається гармонізацією та ускладненням його афективних проявів: здатністю «оживляти» істинні емоції у навчально-

виховному процесі, викликати позитивні емоції, контролювати негативні, тобто виявляти гнучкість поведінки, нестандартність, творчість. Отже, не викликає сумніву необхідність саморегуляції у діяльності вчителя, оскільки негативні стани педагога знижують ефективність навчання і виховання, підвищують конфліктність у взаємовідносинах з класом і колегами, сприяють виникненню і закріпленню у структурі характеру та професійних якостей негативні риси, руйнують здоров'я [171, с. 9].

Підсумовуючи, доходимо висновку, що здоров'язбережувальна діяльність учителя початкової школи багато в чому залежить від його вміння регулювати й корегувати власну поведінку в різноманітних ситуаціях, які виникають, сприяє набуттю навичок і вмінь планування, прогнозування й аналізу своєї діяльності, а тому саморегуляція поведінки є важливим чинником у підготовці майбутніх учителів початкових класів до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь молодших школярів.

Отже, необхідними чинниками, що сприятимуть ефективному впровадженню педагогічних умов у процесі підготовки майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь молодших школярів, є здоров'язбережувальне освітнє середовище, позитивний соціально-психологічний клімат і саморегуляція поведінки у професійній діяльності.

РОЗДІЛ 4

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА РОБОТА З ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ МОЛОДШИХ КЛАСІВ ДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ НАВИЧОК І ВМІНЬ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

4.1. Аналіз навчальних планів і програм підготовки майбутніх учителів початкової школи

На етапі пошуково-розвідувального експерименту було проаналізовано наявні державні документи, програми для факультетів початкових класів вищих педагогічних навчальних закладів та критичні матеріали до них. Розглянемо насамперед програми початкової і середньої школи, що спрямовані на збереження здоров'я дітей.

Зауважимо, що проблема погіршення психічного і фізичного здоров'я привертає увагу педагогів багатьох розвинених країн. Аналізуючи програми здоров'я в Росії і за кордоном, В. Родіонов зазначає, що одним із варіантів подолання цієї проблеми стало скорочення навчального навантаження, спрощення навчальних програм. При цьому він акцентує увагу на тому, що в США, Англії та інших країнах під час розробки державних шкільних програм спеціалісти передусім орієнтуються на збереження соматичного здоров'я учнів та їх емоційну стабільність. Так звані «школи сприяння здоров'ю» відрізняються від звичайних освітніх закладів тим, що в них більша увага приділяється розвитку навичок та вмінь у галузі охорони здоров'я [217].

В. Родіонов наголошує на тому, що найбільшу ефективність демонструють програми навчання, в яких акцентується на навчанні навичок, необхідних для прийняття молоддю відповідальних рішень у таких галузях, як паління, вживання наркотиків, сексуальні відносини. У Великобританії навчання здорового образу життя і відповідних соціальних навичок здійснюється в межах дисципліни, що так і називається – «Навчання

здорового образу життя». Канадська програма «Навички здорових взаємовідносин» («Skills for Healthy Relationships») орієнтована на учнів 14 років і спрямована на зниження сексуальної активності, посилення захищеності сексуальних стосунків, формування навичок толерантності до ВІЛ-інфікованих.

У Росії на сучасному етапі реалізуються декілька освітніх програм, у межах яких розглядаються питання формування життєвих навичок і здорового образу життя. Безпосередньо в початковій школі – це «Школа безпеки» А. Усачева й О. Березіна, «Фізичний розвиток і психічне здоров'я», «Педагогіка здоров'я» та ін. Усі ці програми, зазначає В. Родіонов, містять розділи, що присвячені попередженню паління, алкоголізму, токсикоманії, наркозалежності. На відміну від традиційного стилю, цими програмами акцентується на розвитку власного «Я» дитини, формуванні позитивної самооцінки, усвідомленого ставлення до власного здоров'я, і зокрема навичок самоконтролю своїх дій [217].

Як бачимо, більшість програм зарубіжжя передбачають переважно профілактику й попередження виникнення шкідливих звичок у підростаючого покоління, наразі акцентується в них і на необхідності формування соціальних, моральних, психічних навичок поведінки.

Зазначимо, що за останні роки в Україні також розроблено і впроваджено кілька шкільних навчальних програм, головною метою яких є вироблення у дітей навичок здорового способу життя, формування правової, екологічної, психологічної культури. Серед них: «Основи здорового способу життя» – зміст курсу повинен сприяти вихованню в учнів навичок здорового способу життя, формуванню вміння приймати самостійні рішення по підтриманню та зміцненню свого здоров'я, оволодінню фізкультурно-оздоровчою діяльністю, розвитку творчого потенціалу дітей. «Валеологія» – за змістом охоплює основні питання формування, збереження, зміцнення й відновлення здоров'я дитини [29].

Державними вимогами до системи фізичного виховання дітей,

учнівської і студентської молоді (наказ Міністерства освіти України «Про нормативні документи з фізичного виховання» (№ 188 від 25.05.1998 р.) зазначено, що «фізичне виховання дітей і молоді України є важливим компонентом гуманітарного виховання, спрямоване на формування у них фізичного та морального здоров'я, удосконалення фізичної і психічної підготовки до ведення активного життя, професійної діяльності та захисту Батьківщини». З огляду на це, стратегічними цілями фізичного виховання дітей і молоді є формування у них фізичного, морального і психічного здоров'я, усвідомленої потреби у фізичному вдосконаленні, розвитку інтересу і звички до самостійних занять фізкультурою і спортом, набуття знань і вмінь здорового способу життя.

Законом України «Про загальну середню освіту» визначено основне завдання шкільної освіти, яке полягає в тому, що вона «має забезпечити умови для інтелектуального, соціального, морального і фізичного розвитку і саморозвитку учнів, виховання громадянина-патріота, а в стратегічному плані закласти фундамент для формування демократичного суспільства, яке визнає освіченість, вихованість, культуру найвищою цінністю, незамінними чинниками переходу України до суспільства сталого людського розвитку» [108, с. 2].

Метою «Міжгалузевої комплексної програми «Здоров'я нації» на 2002-2011 роки» є зміцнення здоров'я дітей та учнівської молоді, розвиток позитивної мотивації щодо формування в них здорового способу життя. У Програмі визначено такі напрями:

- школи в напрямі впровадження здоров'язбережувальних, здоров'яформуючих та здоров'язміцнюючих технологій, що сприяють значній ефективності навчально-виховного процесу, створюють здоровий освітній простір;

- учителі, медичні працівники, батьки займають чітку громадянську позицію щодо виконання державних та національних програм, Указів Президента України, постанов Кабінету Міністрів України, спрямованих на

утвердження здорового способу життя, профілактики тютюнопаління, алкоголізму, наркоманії, захворювання на ВІЛ-інфекцію, СНІД та інші небезпечні хвороби;

- загальноосвітні навчально-виховні заклади України визначають пріоритетом своєї діяльності збереження і зміцнення здоров'я підростаючого покоління;

- використання системи комплексного моніторингу здоров'я учнів (методи динамічного нагляду за станом здоров'я на основі психологічних, соціальних і медичних обстежень дітей);

- проведення науково-дослідної роботи з проблеми розробки моделей «Школи сприяння здоров'ю».

У Державному стандарті початкової школи [62] також передбачені напрями діяльності з урахуванням необхідності формування в учнів знань і навичок збереження здоров'я.

Державний стандарт початкової загальної освіти розроблено відповідно до мети початкової освіти з урахуванням пізнавальних можливостей і потреб учнів початкових класів, визначає зміст загальної початкової освіти. Відбір змісту ґрунтується на загальнолюдських і національних цінностях та принципах науковості, доступності, наступності і перспективності, світського характеру освіти, цілісності, інтегративності і диференційованості, розвивальної спрямованості навчально-виховного процесу.

У результативній складовій кожної освітньої галузі Державного стандарту визначено державні вимоги до навчальних досягнень учнів, які відповідають змісту і структурі предметних компетентностей (учень має уявлення, знає, розуміє, застосовує, виявляє ставлення, оцінює).

За роки початкової освіти учні мають оволодіти ключовими компетентностями (вміння вчитися, загальнокультурна, громадянська, здоров'язбережувальна, компетентності з інформаційно-комунікаційних технологій, соціальна), які передбачають їхній особистісно-соціальний та

інтелектуальний розвиток. Вони формуються на між предметній основі і є інтегрованим результатом предметних і між предметних компетенцій [62].

В аспекті дослідження важливим для нас є Базовий навчальний план початкової освіти, в якому визначено основні вимоги до формування різноманітних навичок і вмінь молодших школярів.

Так, завданнями освітньої галузі «Мова і література» визначено формування в учнів комунікативних умінь; умінь і навичок в усіх видах мовленнєвої діяльності; умінь створювати власні висловлювання за змістом прочитаного (прослуханого).

Освітня галузь «Природознавство» передбачає виховання соціально активної особистості, яка усвідомлює свою належність до різних елементів природного середовища, здатної екологічно мислити, бережливо ставитися до природи, до людей, до самого себе.

Освітня галузь «Суспільствознавство» ставить за мету розвиток навичок взаємодії у сім'ї, колективі, суспільстві через активне спілкування з соціальним оточенням, накопичення досвіду комунікативної діяльності, толерантної поведінки, співпереживання і солідарності з іншими в різноманітних життєвих ситуаціях; формування основ споживчої культури, вміння самостійно приймати рішення щодо власної поведінки, набуття громадянських якостей, навичок співжиття і співпраці в суспільстві, дотримання соціальних норм і правил [62].

Звісно, що найбільш цікавою для нашого дослідження є освітня галузь «Здоров'я і фізична культура». Метою освітньої галузі є формування здоров'язбережувальної компетентності на основі набуття учнями навичок збереження, зміцнення здоров'я та розвитку особистої фізичної культури.

Зазначена мета передбачає розв'язання таких завдань:

- формування в учнів знань про здоров'я, здоровий спосіб життя, безпечну поведінку, фізичну культуру, фізичні вправи, взаємозв'язок організму людини з природним і соціальним оточенням;

- формування та розвиток навичок базових рухових дій загально розвивального спрямування;
- розвиток в учнів активної мотивації щодо дбайливого ставлення до власного здоров'я і занять фізичною культурою, удосконалення фізичної, соціальної, психічної і духовної складових здоров'я;
- виховання в учнів потреби в здоров'ї як важливої життєвої цінності, свідомого прагнення до ведення здорового способу життя, розвиток вмінь самостійно приймати рішення щодо власних вчинків;
- набуття учнями власного здоров'язбережувального досвіду з урахуванням усіх складових здоров'я;
- використання в повсякденному житті здоров'язбережувальної діяльності задля власного здоров'я та здоров'я інших.

Здоров'язбережувальна компетентність як ключова формується на між предметному рівні через предметні компетенції з урахуванням специфіки предметів, пізнавальних можливостей учнів початкових класів.

Здоров'язбережувальна компетентність як предметна формується на змісті предметів освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура» і передбачає оволодіння учнями відповідними компетенціями.

Зауважимо, що в Базовому навчальному плані на освітню галузь «Здоров'я і фізична культура» відведено лише 16 годин на чотири роки (по 4 в кожному), хоча при цьому години фізичної культури освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура» не враховуються при визначенні гранично допустимого навантаження учнів.

Державні вимоги, які ставляться до навчальних досягнень учнів початкової школи і пропонуються Базовим навчальним планом Державного стандарту початкової загальної освіти [62], подано в таблиці 4.1.

Таблиця 4.1.

Державні вимоги до навчальних досягнень учнів початкової школи з освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура» [62]

Зміст освіти	Державні вимоги
Здоров'я	
Здоров'я людини	Знати складові здоров'я; усвідомлювати вікові зміни в організмі дитини; здоров'я як єдине ціле; взаємозв'язок організму людини з природним і соціальним оточенням; розпізнавати ознаки здоров'я; виявляти й оцінювати їх у життєвих ситуаціях; розуміти вплив основних природних і соціальних чинників, фізичної активності на здоров'я; пояснювати значення здоров'я для життя людини; застосовувати правила здорового способу життя та безпечної для здоров'я поведінки; правила надання посильної допомоги хворому
Фізична складова здоров'я	Знати про необхідність рухової активності, правила харчування, особистої гігієни, загартовування, розпорядку дня; уміти встановлювати взаємозв'язки між руховою активністю, харчуванням, загартовуванням, розпорядком дня і здоров'ям; застосовувати правила рухової активності, харчування, гігієнічного догляду за тілом, загартовування, праці та відпочинку
Соціальна складова здоров'я	Знати функції сім'ї щодо збереження і зміцнення здоров'я; права дитини на здоров'я в сім'ї та суспільстві; правила поведінки в конфліктних ситуаціях; правила дорожнього руху, безпечної поведінки в навколишньому середовищі; медичні заклади свого населеного пункту;

	керувати собою і розв'язувати життєві конфлікти, протистояти негативному впливу оточення;, дотримуватися безпечної поведінки щодо ВІЛ та туберкульозу; розпізнавати різні види небезпечних ситуацій та повідомляти про них служби захисту населенні;, встановлювати взаємозв'язок між природними та соціальними чинниками і здоров'ям; безпечно поводитися в навколишньому середовищі; моделювати відповідні життєві ситуації; розуміти індивідуальність здоров'я; ... усвідомлювати значення толерантних стосунків між людьми для здоров'я; застосовувати набуті корисні звички; правила розв'язання конфліктів, безпечної поведінки в різних життєвих ситуаціях та видах діяльності... настанови щодо гуманного ставлення до людей, які мають проблеми із здоров'ям
Психічна та духовна складові здоров'я	Називати види емоцій, індивідуальні особливості характеру, пам'яті, знати про вплив емоцій, настроїв, почуттів, рис характеру на власне здоров'я та здоров'я інших; вплив творчості і народних традицій на здоров'я; ... встановлювати взаємозв'язок між емоціями та станом здоров'я; контролювати власні емоції; розуміти й оцінювати в життєвих ситуаціях емоції та почуття як умови, що сприяють збереженню життя і зміцненню здоров'я

Фізична культура	
Основи знань з фізичної культури	Мати уявлення про фізичну культуру як засіб підвищення функціональних можливостей організму, підвищення функціональних можливостей організму, складову здорового способу життя; фізичні вправи та їх вплив на фізичний розвиток людини; ... основні прийоми та способи самоконтролю. Знати та дотримуватися правил рухливих ігор та безпеки під час занять фізичними вправами. Усвідомлювати вплив фізичних вправ на фізичний розвиток організму.

Як бачимо, Державним стандартом початкової освіти визначено основні напрями навчання учнів молодшого шкільного віку здоров'язбережувальних знань і вмінь, проте зовсім не акцентується на формуванні здоров'язбережувальних навичок. Зокрема не зазначається, які саме навички здоров'язбереження повинні бути сформовані протягом навчання у початковій школі. Отже, перед вищою школою постає завдання цілеспрямованої підготовки майбутніх учителів початкової школи до формування щодо здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів у ході навчально-виховного процесу, формування у них уявлень про здоров'я, здоровий спосіб життя, формування у них позитивної мотивації до здійснення здоров'язбережувальних заходів у навчально-виховному процесі початкової ланки освіти.

У Концепції педагогічної освіти (1998 р.) зазначено, що її основне завдання – це «професійна підготовка педагога, здатного забезпечити всебічний розвиток людини як особистості і найвищої цінності суспільства [141, с. 2]. Натомість О. Савченко зауважує, що брак ґрунтовних

психологічних та педагогічних знань, відчуженість студентів од вивчення дитини, слабка обізнаність із різними педагогічними системами – ускладнюють розуміння ними цілей виховання [224, с. 2].

За останні роки поряд із базовою спеціальністю «вчитель початкових класів» розширилася підготовка майбутніх учителів за подвійною спеціальністю (англійська мова, дошкільне виховання, соціальна робота, музика, трудове навчання, фізичне виховання). З огляду на це, на думку авторки, сьогодні відбувається надмірне розширення меж і змісту спеціалізації, що негативно відбивається на якості базової освіти – вчитель початкової освіти. О. Савченко акцентує на тому, що небезпеку створює велика роздробленість навчального плану, недостатність практичної підготовки як з базової, так і другої спеціальності [224, с. 2].

Відчутним, зауважує науковець, і це є важливим в аспекті нашого дослідження, є зволікання педфаків із підготовкою студентів до викладання таких нових інтегрованих курсів, як «Основи здоров'я», «Технології», «Людина і світ» («Я і Україна») [224, с. 2].

Наявна диспропорція між теоретичною і практичною підготовкою, на думку О. Савченко, спотворює бачення молодим учителем педагогічної діяльності. Тому необхідно посилити діяльнісну, процесуальну, практичну складову змісту. Вже у вищому навчальному закладі, наголошує учена, майбутній учитель має оволодіти достатнім обсягом практичних умінь, серед яких чи не найважливішим є діагностичні, комунікативні й дидактико-аналітичні. З огляду на це, виникає потреба оновлення змісту методичної підготовки за принципом цілісності, системності та інтеграції, врахування тих процесів, які визначають діяльність сучасної початкової школи. Необхідно змінити чинну традицію – будь-що забезпечити навантаження усіх викладачів – а переорієнтувати кадри на підготовку нових курсів відповідно до нових потреб практики [224, с. 3].

Розглянемо, в який спосіб співвідносяться вимоги Базового навчального плану початкової школи із вимогами підготовки майбутніх

учителів за спеціальністю «Початкове навчання» під час навчання у вищому педагогічному навчальному закладі.

У галузевому стандарті вищої освіти освітньо-кваліфікаційної характеристики «Бакалавр» за спеціальністю 6.010100 «Початкове навчання» напряму підготовки 0101 «Педагогічна освіта» [51] визначено виробничі функції, типові завдання діяльності та вміння щодо вирішення типових задач діяльності майбутніх учителів початкових класів. Зокрема, вони на підставі знань про морфо-функціональну організацію фізіологічних систем організму, їх становлення в онтогенезі та методів функціональної діагностики рівня здоров'я і оцінки біологічного віку повинні вміти визначати показники фізичного і психічного здоров'я учнів (ПФ.Д.01.ПП.О.001). Натомість не акцентується на тому, що майбутні вчителі, окрім визначення стану здоров'я учнів, повинні сформувати в молодших школярів навички і вміння самим стежити за своїм здоров'ям, і не лише фізичного та психічного, а й соціального, морально-духовного, що на сьогоднішній день є дуже важливим, зважаючи на знецінення моральних цінностей, агресивність і байдужість людей, що зумовлено постійними політичними, економічними, екологічними змінами тощо [51].

Надалі в стандарті зазначається, що на основі показників фізичного здоров'я, їх відповідності біологічному віку майбутні вчителі повинні вміти організувати раціональне харчування, дотримуватися рівня фізичного навантаження, необхідних для формування, підтримання і збереження здоров'я учнів (ПФ.Д.01. ПП.О.002). Під час організації та здійснення навчально-виховного процесу, нормування навчальних та позакласних занять вміти визначати рівень розумової працездатності учнів на основі показників фізичного і психічного здоров'я, їх відповідності біологічному віку з метою збереження здоров'я дітей (ПФ.Д.01. ПП.О.003). Відтак, здебільшого увага спрямовується на важливість врахування рівня здоров'я дітей лише задля визначення рівня фізичного і психічного навантаження, однак не визначається, в який спосіб майбутні учителі можуть організовувати

оздоровчу діяльність під час навчання і в позанавчальній роботі, які здоров'язбережувальні навички і вміння можливо формувати в учнів і різних видах діяльності, необхідних для збереження здоров'я і попередження перевантажень.

Хоча надалі зазначається, що задля забезпечення обов'язкового рівня фізкультурної освіти учнів початкової школи майбутні вчителі повинні вміти доцільно обирати різні види фізичних вправ, рухливих ігор, фізкультхвилинок, загартовувальних процедур, спортивних розваг відповідно до визначених показників рівня здоров'я кожної дитини та її біологічного віку (ПФ.Д.01. ПР. Р.006). Натомість не наголошується на тому, проведення таких фізкультурно-оздоровчих занять, сприяють не лише підтримці здоров'я дітей, а й надають можливість формування навичок і вмінь самостійними заняттями фізичними вправами, психологічної регуляції, уміння працювати в колективі і т. ін. [51].

Задля здійснення освітньої і виховної роботи з питань формування, збереження та зміцнення здоров'я дітей, на основі знань про вікові особливості учнів, враховуючи інтелектуальний рівень, пізнавальні інтереси у зоні ближнього розвитку, майбутні вчителі повинні вміти забезпечити обов'язковий рівень освіти з валеології, безпеки життєдіяльності, особистої гігієни та фізичної культури (ПФ.Д.03.ПР.О.013). Знову ж йдеться лише про вміння надання дітям знань про гігієнічні та життєві навички та фізичну культуру, однак не порушуються питання формування навичок і вмінь психологічного, морально-духовного й соціального здоров'я учнів, не уточнюється, які саме навички і вміння збереження здоров'я повинен вміти формувати майбутній учитель під час різних видів діяльності зі школярами.

Певною мірою на здоров'язбережувальній діяльності звертається увага у п. ПФ.Д.03. ПП.О.014, в якому йдеться про те, що майбутні вчителі під час проведення різних форм роботи з учнями та з метою профілактики захворювань і дитячого травматизму повинні вміти: формувати в учнів навички особистої гігієни, пропагувати здоровий спосіб життя,

попереджувати фактори ризику щодо здоров'я під час занять з праці, фізичної культури, травм на вулиці, у транспорті, уникати різних видів перенавантаження, травм органів чуття, проводити профілактику заразних хвороб, спрямовану на загальносанітарні заходи та підвищення стійкості дитячого організму. Натомість ця діяльність подана в загальному вигляді, без конкретизації навичок і вмінь, що забезпечують збереження усіх складових здоров'я, і якими повинен володіти молодший школяр [51].

Значна увага в Державному стандарті приділена формуванню в учнів навчальних навичок і вмінь. Так, для ознайомлення учнів з двома формами мовлення (усним та писемним), з виражальними засобами мови та етичними нормами спілкування, на основі знань і умінь з орфоепії та граматики, враховуючи різноманітні види літературних жанрів, з метою удосконалення техніки читання вміти поєднувати прийоми роботи для формування й удосконалення навчальної активності та читацької самостійності дітей шляхом використання високохудожньої допоміжної літератури, вивчення усної народної творчості, проведення предметних та народних ігор, екскурсій, спостережень за навколишнім світом, ранків казок, поезій, спілкування з природою, нестандартних уроків та уроків-блоків (ПФ.С.05. ПР. Р.018).

На основі орфоепічних, орфографічних та лексичних знань з метою формування в учнів умінь дотримуватися норм мовленнєвого етикету, правил мовленнєвої поведінки вміти розробляти нестандартні уроки на «замовлення», уроки-диспути, ігри, дискусії засобами використання інтегрованого матеріалу та високохудожніх зразків допоміжної літератури (ПФ.С.05. ПР. Р.020). Не заперечуючи необхідності формування навчальних навичок і вмінь, ми не знаходимо в стандарті таких умінь майбутнього вчителя, як навичок активного слухання, спільної роботи, прийняття рішень, уміння чітко висловлювати свої думки, міжособистісного спілкування, правильно виражати свої почуття та ін., що сприяють збереженню і зміцненню здоров'я учнів.

Хоча зауважимо, що в Державному стандарті підготовки майбутніх учителів початкової школи приділено увагу питанням здоров'я, проте, знову ж таки в загальному плані, здебільшого під час занять з фізичної культури. Так, задля забезпечення виконання основних завдань галузі «Фізична культура і здоров'я», керуючись основними поняттями теорії і методики фізичного виховання, його завданнями та принципами реалізації, майбутні вчителі повинні вміти забезпечувати формування в учнів знань чинники понять «здоров'я», вплив різноманітних факторів на способи його підтримання та збереження шляхом фізичних вправ, загартування організму, дотримання правил гігієни, розпорядку дня та рухового режиму у навчальний та позанавчальний час (ПФ.С.19.ЗР. Р. 075).

Застосовуючи соматометричні, соматоскопічні та фізіометричні показники, тотальні розміри тіла, пульс, тиск, спірометрію з метою оцінювання фізичного здоров'я учнів, вміти проводити заміри і користуватися оціночними таблицями, паспортом здоров'я школяра, державними тестами і нормативними оцінками фізичної підготовленості та здоров'я учнів з метою забезпечення виконання різних видів навчальних вправ і завдань під час організації шкільних і позашкільних видів роботи з фізичної культури (ПФ.С.19.ЗР. Р. 076).

За допомогою знань з методики формування в учнів гармонійного фізичного розвитку, постави, загартування вміти на уроках з фізичної культури, під час проведення ігор спортивного характеру, самостійного виконання дитиною комплексу вправ ранкової гімнастики, фізкультпауз тощо, забезпечувати об'єктивно необхідний для молодшого школяра обов'язковий рівень фізкультурної освіти (включаючи здоровий спосіб життя) для його повноцінної життєдіяльності (ПФ.С.19. ПП. Р. 077).

Для забезпечення організації та проведення уроків і позаурочних форм занять фізичними вправами в мовах школи за допомогою активного відпочинку, використовуючи фізкультурну хвилинку, рухливі перерви, спортивну годину в групах продовженого дня, вміти відновити розумову

працездатність учнів з метою сприяння фізичному розвитку дитини та запобіганню перевтоми (ПФ.С.20. ПР. Р. 080) [51].

Як бачимо, вимоги до випускників факультету початкового навчання, визначені Галузевим державним стандартом, у цілому збігаються до вимог Державного стандарту початкової освіти. Проте зауважимо, що в розглянутих документах хоча й наголошується на необхідності формування знань про здоров'я, дотримання здорового способу життя, занять різноманітними фізичними вправами для запобігання перевтомлення дітей, однак не акцентується уваги на формуванні саме навичок і вмінь здоров'язбереження:

- навичок раціонального харчування; рухової активності; загартування; дотримання санітарно-гігієнічних вимог; умінь чергувати розумову та фізичну активність; знаходити час для регулярного харчування й повноцінного відпочинку; самостійних занять фізкультурно-оздоровчою діяльністю (фізичне здоров'я);

- навичок культурної поведінки; виявлення співчуття; спільної роботи з іншими людьми; активного слухання, уміння міжособистісного спілкування; побудови стосунків; чітко висловлювати свої думки; бути членом команди (соціальне здоров'я);

- навички самоконтролю; поведінки у конфліктних ситуаціях; прийняття рішень; управління емоціями та вміння адекватної самооцінки, правильно виражати свої почуття; контролювати прояви гніву; переживати невдачі (психологічне здоров'я);

- навички поваги до старших; свідомої дисципліни; вимогливого ставлення до себе; бережливого ставлення до природи; прояву волі, наполегливості та вміння прояву милосердя, співпереживання; розуміти почуття, потреби і проблеми інших людей; допомагати та підтримувати їх (морально-духовне здоров'я), що за нашим визначенням є здоров'язберезувальними.

На жаль, в Галузевому державному стандарті не зазначаються вимоги і

до здоров'язбереження самих майбутніх учителів початкових класів. Акцентується на лише необхідності професійно-педагогічного самовдосконалення, само актуалізації у професійній діяльності і жодним словом не наголошується на необхідності дотримання здорового способу життя, виконання заходів, що сприятимуть збереженню психологічного, соціального, морально-духовного, фізичного та професійного здоров'я.

Певним чином питання здоров'язбереження відображено в навчальному плані підготовки майбутніх учителів початкової школи. Зокрема, під час навчання у вищому педагогічному навчальному закладі студентам викладаються такі дисципліни, як «Фізичне виховання» (216 год.), «Основи охорони праці» (54 год.), «Основи екології» (54 год.), «Основи медичних знань і охорони здоров'я» (108 год.), «Безпека життєдіяльності» (54 год.), «Основи валеології» (54 год.), «Анатомія, фізіологія, патологія дітей з основами генетики» (81 год.), «Педагогічні технології у початковій школі» (108 год.), «Методика виховної роботи» (108 год.), «Людина і світ» з методикою викладання» (108 год.), «Фізична культура з методикою викладання» (54 год.), «Методика вивчення валеології, основ безпеки життєдіяльності в початковій школі» (108 год.), в яких певною мірою розглядаються питання здоров'язбереження. Натомість аналіз навчальних планів і програм свідчить про невикористання потенційних можливостей дисциплін, що викладаються, у питаннях здоров'язбереження і здоров'ятворення.

Так, у робочій програмі з курсу «Вступ до спеціальності», що є найважливішою частиною загальної системи психолого-педагогічної підготовки студентів факультету початкового навчання, основними цілями визначено: сприяння становленню основ професійної культури майбутнього вчителя; поглиблення орієнтації студентів на педагогічну професію, мотивів і особистісного усвідомлення ними вибору професії через формування цілісних уявлень про гуманістичний і творчий характер педагогічної діяльності; забезпечення настанови на професійно-особистісний розвиток,

саморозвиток, самовизначення і самовиховання майбутніх педагогів з урахуванням їхніх індивідуальних особливостей, що певною мірою сприяє формуванню в майбутніх учителів початкової школи визначеного нами мотиваційного компонента у структурі готовності до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів, проте, зовсім не акцентується на формуванні культури здоров'я, підготовки до здоров'язбережувальної діяльності в подальшій професійній діяльності.

Завданнями курсу «Загальні основи педагогіки» є:

- формування професійно-значущих якостей особистості студентів як майбутніх фахівців учителів початкових класів, які мають компетентно здійснювати навчально-виховні та соціально-педагогічні функції своєї професійної діяльності, поєднувати високу вимогливість і принциповість з гуманністю, демократичністю, довірою та повагою до людей, постійним піклуванням про них, допомогою у службових та життєвих проблемах. Частково це завдання сприяє формуванню технологічного компонента готовності до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів;

- удосконалення практичних навичок та вмінь студентів щодо реалізації методик психолого-педагогічної діагностики, розширення їхнього особистого професійного досвіду (рефлексивний компонент).

Натомість питання здоров'язбереження у курсі «Загальні основи педагогіки» знову ж таки не розглядаються, не передбачено й формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у студентів факультету початкового навчання.

Програма курсу «Педагогічні технології в початковій школі» передбачає ознайомлення студентів як із традиційними, так і новітніми педагогічними технологіями, які сприяють розвитку молодших школярів. Проте, аналізуючи цю програму, ми виявили, що, на жаль, програмою не передбачено розкриття поняття «здоров'язбережувальні технології», впровадження яких є найважливішим у професійній діяльності майбутнього

вчителя початкової школи, зважаючи на те, що на сучасному етапі модернізації освіти одним із напрямів покращення навчально-виховного процесу є побудова освітнього процесу, який не шкодить здоров'ю учнів.

У жодному разі не заперечуючи важливості обізнаності студентів із такими педагогічними технологіями, як гуманістична особистісно-орієнтована технологія Ш. Амонашвілі, технологіями Є. Ільня, С. Лисенкової, В. Шадрікова, технологіями розвивального навчання Д. Ельконан, В. Давидова, Л. Занкова, І. Якиманської та ін., вважаємо, що суттєвим недоліком зазначеного курсу є відсутність навчання майбутніх учителів початкової школи здоров'язберезувальних технологій, що мають за мету озброєння студентів уміннями організації способів управління навчально-пізнавальною і практичною діяльністю учнів на засадах наукового й інструментального збереження і зміцнення їхнього здоров'я.

Завданнями навчального курсу «Фізична культура з методикою викладання» є формування у студентів факультету початкового навчання певної системи знань та уявлень про сферу майбутньої професійної діяльності в галузі фізичної культури; ознайомлення з сучасними концепціями розвитку фізичної культури та спорту в Україні; ознайомлення з конкретними умовами функціонування фізичної культури в сучасній школі. Натомість аналіз робочої програми зазначеного курсу засвідчив, що питанням здоров'язбереження приділено незначну увагу, здебільшого акцентується на методиці вдосконалення фізичних якостей. Лише 4 години курсу відведено на лекційні і 4 години – на практичні заняття, присвячених формам фізичного виховання впродовж навчального дня, і 2 години лекційних занять, спрямованих на обізнаність студентів щодо підготовки учнів до самостійних занять фізичними вправами. На жаль, у програмі не акцентується на важливості формування навичок збереження соціального, морально-духовного, психологічного здоров'я під час занять фізичною культурою і спортом.

Найбільш повно проблеми здоров'я відображено в робочій програмі з

курсу «Валеологія», метою якої є поглиблене вивчення теоретичних та практичних питань валеологічної науки; формування майбутнього вчителя як пропагандиста та вихователя здорового способу життя; прищеплення йому навичок та принципів надання першої медичної допомоги при термінальних станах. Програма містить два змістовий модуля «Медико-біологічні, психолого-педагогічні і соціальні проблеми здорового способу життя» і «Медична валеологія». Зауважимо, що в аспекті дослідження, значний інтерес викликає саме перший змістовий модуль, яким передбачено розгляд таких питань, як «Поняття про здоровий спосіб життя. Фізичне та психічне здоров'я людини. Екологія і здоров'я. Створення індивідуальної оздоровчої системи» (2 години), «Шкідливі звички та їх профілактика» (2 години), «Ознайомлення з системами дихальної гімнастики» (4 години), «Теоретичні основи і засвоєння деяких видів і методів психоемоційного розвантаження» (4 години). Натомість і цей курс не передбачає підготовки майбутніх учителів до здійснення навчально-виховної, дозвілєвої, ігрової, спортивно-ігрової, екологічної діяльності, спрямованої на формування у молодших школярів навичок і вмінь збереження морально-духовного, соціального, фізичного, психологічного здоров'я.

Відтак, на підставі аналізу робочих навчальних програм, дійшли висновку, що питанням здоров'я недостатньо приділено увагу в ході викладання основних психолого-педагогічних і фахових дисциплін, визначених навчальним планом підготовки майбутніх учителів початкової школи, не передбачено цілеспрямованої підготовки студентів до формування здоров'язберезувальних навичок і вмінь у молодших школярів у професійній навчально-виховній діяльності.

Це підтверджують і дані опитування студентів факультету початкового навчання. Нами було проведено анкетування майбутніх учителів початкової школи Одеської, Херсонської та Миколаївської областей з метою визначення рівня обізнаності студентів щодо культури здоров'я, здорового образу життя та здоров'язберігаючої діяльності вчителя початкової школи, а також

відносно здоров'язбережувальних навичок і вмінь. В анкетуванні взяли участь 180 студентів. Розглянемо результати анкетування.

Так, на перше запитання «Що Ви розумієте під здоров'ям?» відповіді були короткими і дуже схожими: більшість студентів (63 %) відзначили, що це «коли не хворієш», 27 % відзначили, що «здоров'я – це коли добре себе відчуваєш». Тобто майбутні вчителі досить однозначно підходять до визначення поняття «здоров'я», не виокремлюючи в ньому крім соматичного ніяких інших компонентів – соціального, психологічного, духовно-морального, що свідчить про необізнаність їх зі складовими індивідуального здоров'я особистості.

Запитання «На Вашу думку, культура здоров'я – це:...» викликало значні ускладнення у студентів. Жодний з них не зміг дати більш-менш точної відповіді. Більшість майбутніх учителів (58 %) відповіли, що вони не знають, що розуміється під культурою здоров'я. 22 % респондентів під культурою здоров'я розуміють «дотримання норм здорового способу життя», «піклування про своє здоров'я» (13 %), «не займатися самолікуванням, а своєчасно звертатися до лікарів» (7 %). На нашу думку, це викликано насамперед тим, що викладачами вищого навчального закладу не приділяється уваги розгляду сутності культури здоров'я під час навчання. Для заповнення цієї прогалини у знаннях студентів необхідно здійснювати цілеспрямовану роботу.

Майже однакові відповіді ми отримали й на запитання «Здоровий образ життя – це:», який студентами визначався, як «дотримання режиму дня» (27 %), «не вживати алкоголю і не палити» (43 %), «займатися фізичною культурою і спортом» (30 %). Як бачимо, жодний зі студентів не відзначив таких складових здорового образу життя, як культурна поведінка, вміння саморегуляції, аутотренінгу, навички самоконтролю й самооцінки, міжособистісного спілкування, співпереживання; свідомої дисципліни; колективізму; вимогливого ставлення до себе та інших, зосереджуючи свою увагу лише на відсутності шкідливих для здоров'я людини звичок.

На запитання «Що Ви розумієте під здоров'язбережувальною діяльністю вчителя?» 62 % студентів відповіли, що «це діяльність, спрямована на збереження здоров'я учнів», проте більш конкретно визначити, яка саме діяльність є здоров'язбережувальною і в чому полягає її сутність не спромігся жоден зі студентів. 38 % майбутніх учителів під здоров'язбережувальною діяльністю вчителя розуміють «проведення фізкультхвилинки і фізкультпауз на уроках, рухливих ігор на перервах і в групі подовженого дня». Зазначене свідчить про те, що студенти недостатньо обізнані з діяльністю вчителя щодо здоров'язбереження дітей у навчальному та позанавчальному процесі, що також потребує цілеспрямованої роботи з ними задля здобуття ними знань щодо здоров'язбережувальної діяльності вчителя початкової школи й оволодіння практичними вміннями та навичками здійснення такої діяльності з молодшими школярами під час педагогічної практики і в майбутній роботі.

Викликало утруднення і запитання «Які види діяльності можна назвати здоров'язбережувальними?». 47 % респондентів відповіли «заняття на уроках фізичної культури», 25 % респондентів додали «проведення рухливих ігор і спортивних змагань», 28 % відзначили «заняття у спортивних секціях і гуртках». Зазначене свідчить про відсутність знань у майбутніх учителів щодо екологічної, дозвілєвої, а також і навчальної діяльності, що не шкодять здоров'ю учнів і спрямовані на його збереження та зміцнення.

Значних труднощів зазнали студенти відповідаючи на запитання щодо здоров'язбережувальних навичок і вмінь. Так, майбутні учителі ускладнюють у відповіді на запитання «Що Ви розумієте під навичками та вміннями? Чим вони відрізняються?». Більшість студентів ототожнюють ці поняття, зауважуючи, що це: «коли навчився щось робити і робиш це щодня» (23 %), «ти виконуєш якісь дії за звичкою, не замислюючись над цим» (17 %), 45 % респондентів «не вбачаю різниці між навичками і вміннями, на мою думку, це тотожні поняття: ти вмієш і ти це робиш», лише 15 % респондентів зазначили, що «навички – це вміння, які виконуються

неусвідомлено, а вміння – це свідоме застосування навичок у різних ситуаціях».

На запитання «Які здоров'язбережувальні навички та вміння Ви знаєте?» 100 % майбутніх учителів відповіли «навички гігієни», 43 % з них виокремили «вміння правильно харчуватися», 15 % – «вміння правильно відпочивати», 21 % «навички заняття ранковою гімнастикою», 7 % – «вміння правильно планувати свій час», 14 % зауважили, що «важливим є збереження психічного здоров'я, тобто не потрібно конфліктувати з іншими людьми, сперечатися з ними, щоб не руйнувати нервову систему». Відтак, ми спостерігаємо обмеженість знань студентів щодо складових здоров'я і якими навичками та вміннями збереження і зміцнення здоров'я повинна володіти особистість.

Не змогли дати вичерпної відповіді респонденти на запитання «На Вашу думку, які здоров'язбережувальні навички і вміння можливо формувати в молодших школярів?». Більшість студентів дали відповідь «навички гігієни» (59 %), 20 % респондентів відзначили «дотримання режиму дня школярами», 13 % акцентували на навичках «робити ранкову гімнастику і займатися фізичною культурою та спортом», 8 % майбутніх учителів вважають, що в молодших школярів можливо формувати «культуру поведінки в різних шкільних ситуаціях».

Одноманітність відповідей ми спостерігаємо і на таке запитання «Якими здоров'язбережувальними навичками і вміннями володієте Ви?». 100 % студентів відповіли про навички гігієни. З них 37 % відзначили «навички дотримання здорового образу життя», 18 % – «заняття фізичною культурою і спортом», 13 % – «уміння правильно планувати свій час, не перевантажуватись, знаходити час для відпочинку», 23 % – акцентували на тому, що вони «вміють будувати свої стосунки з іншими людьми, а тому почуваються задоволеними», 9 % зауважили, що вони «своєчасно звертаються за лікарською допомогою». Як бачимо, студенти обізнані лише з деякими навичками і вміннями здоров'язбереження, що потребує внесення

коректив до навчальних предметів щодо набуття ними знань, умінь та навичок щодо організації і здійснення здоров'язбережувальної діяльності.

Отже, на підставі аналізу навчальних планів і програм початкової і вищої школи, відповідей на запитання анкет майбутніх учителів початкових класів доходимо висновку щодо необхідності цілеспрямованої підготовки студентів до здійснення діяльності з формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь під час їхнього навчання.

4.2. Експериментальна модель і змістовий аспект підготовки майбутніх учителів початкових класів до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів

Теоретичне дослідження проблеми підготовки майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів, аналіз Державного стандарту і навчальних програм та робочих планів підготовки студентів факультету початкового навчання, результати пошуково-розвідувального етапу дослідження дали змогу побудувати експериментальну модель зазначеної підготовки під час навчання у вищому педагогічному закладі освіти.

Дослідження педагогічних явищ, процесів відбувається унаслідок вивчення їх системних структур і побудови моделі, що визначає або уточнює їх характеристику. У методології науки модель (від франц. *modele*, від лат. *modulus* – міра, образ, норма) розуміється як аналог (схема, структура, знакова система) певного фрагмента природної та соціальної реальності, породження людської культури, концептуально-теоретичного світу тощо – оригіналу моделі [256].

Науковцями модель визначається як уявно або матеріально реалізована система, що відображає чи відтворює об'єкт дослідження і здатна його замінювати в такий спосіб, щоб її вивчення надавало нову інформацію про цей об'єкт; спеціально спроектований педагогічний об'єкт, що має

необхідний ступінь схожості з вихідним, адекватний цілям дослідження (О. Вітун [43]); система, яка, відбиваючи або відтворюючи об'єкт дослідження, здатна його замінити, надати уявлення про суттєво важливі характеристики педагогічного явища, системи, ситуації (С. Омельченко [189]); явище, предмет, знакове утворення чи умовний образ, що знаходиться в деякому співвідношенні до об'єкта, який вивчається, і здатні замінювати його у процесі дослідження, надаючи інформацію про об'єкт (Ю. Бабанський [10]).

Г. Мельниченко зазначає, що модель – це об'єкт, який відповідає іншому об'єкту (оригіналу), замінює його в ході пізнання і дає про нього чи його частину певну інформацію. В основі моделі лежить певна аналогія, відповідність між досліджуваним об'єктом і його моделлю, що дозволяє переходити від моделі до самого об'єкта, використовувати на ньому результати, одержані за допомогою моделі [165, с. 130].

О. Аксьонова, досліджуючи проблему формування фізичної культури учнів початкової школи в умовах диференційованого навчання, визначає модель як відображення (схематичне, описове) етапів «входження» особистості у фізичну культуру у вигляді рівневого виявлення, використання і розвитку певних потенційних показників у співвідношенні із поступовою реалізацією диференційованих педагогічних завдань за певними видами диференціації та максимального наближення до еталону фізичної культури особистості – її фізичної досконалості [4].

З огляду на зазначене, під моделлю ми будемо розуміти схему, яка відображає основні структурні складові процесу підготовки майбутніх учителів початкових класів, необхідних для їхньої підготовки до формування здоров'язберезувальних навичок і вмінь у молодших школярів у подальшій професійній діяльності (див. рис. 4.1).

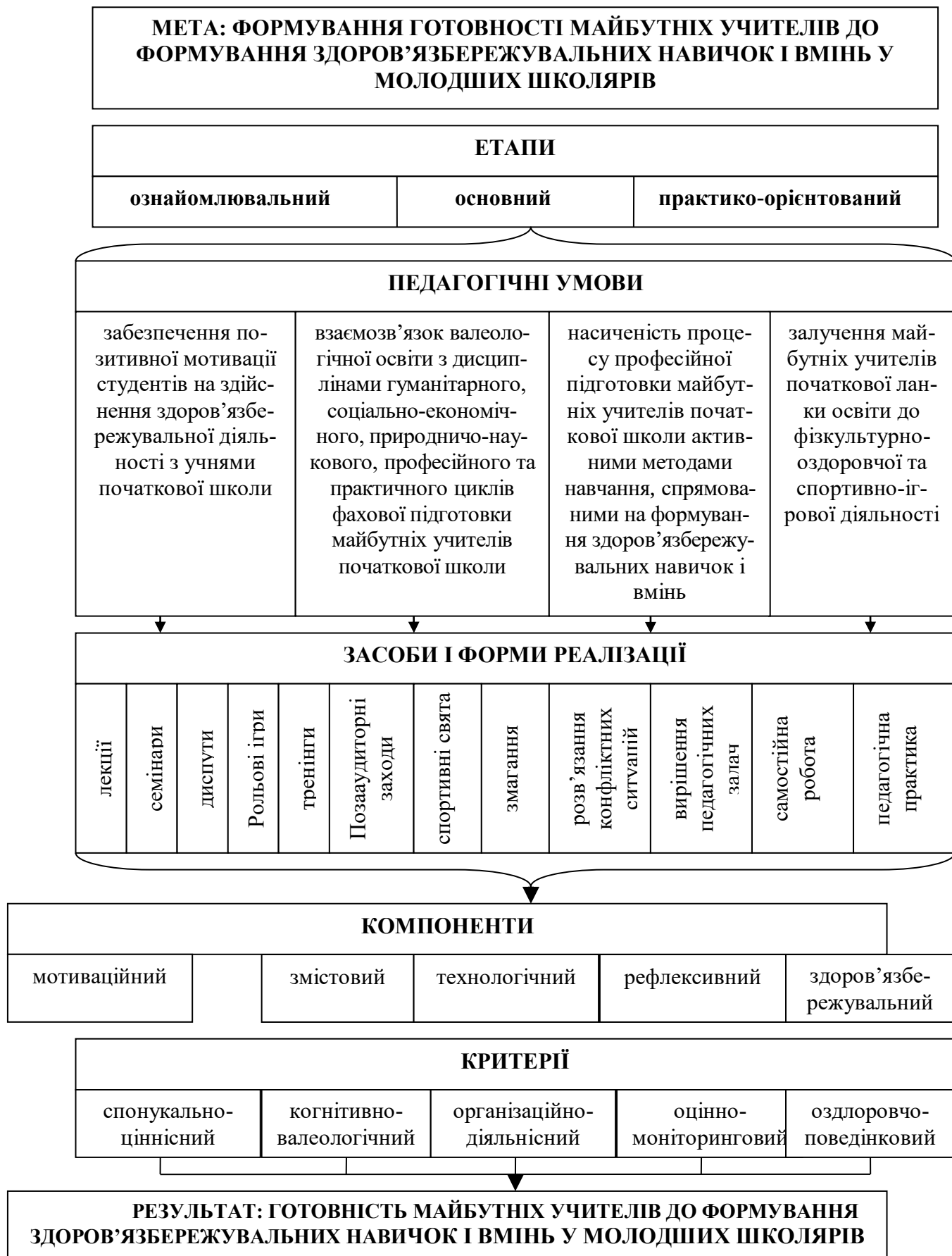


Рис. 4.1. Експериментальна модель підготовки майбутніх учителів до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів

В основу дослідження було покладено аксіологічний, особистісно-діяльнісний, системний і культурологічний методологічні підходи.

Готовність майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів передбачає сформованість відповідних компонентів, якими виступили мотиваційний, когнітивний, технологічний, рефлексивний та здоров'язбережувальний. Зазначені компоненти оцінювалися за допомогою спонукально-ціннісного, когнітивно-валеологічного, організаційно-діяльнісного, оцінно-моніторингового, оздоровчо-поведінкового критеріїв.

Результатом реалізації експериментальної моделі у процес підготовки студентів факультету початкового навчання із упровадженням визначених педагогічних умов є готовність майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів.

Розглянемо змістовий аспект реалізації експериментальної моделі формування готовності майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів. Зазначимо, що педагогічні умови розглядалися комплексно, оскільки вони є взаємопов'язаними і взаємообумовленими. Зазначений процес на трьох етапах: ознайомлювальному (здобуття відповідних знань), основному (набуття умінь та навичок діяльності) та практико-орієнтованому (застосування на практиці отриманих знань, умінь і навичок).

На першому етапі реалізація першої педагогічної умови – озброєння майбутніх учителів початкової школи здоров'язбережувальними технологіями, що сприятиме формуванню мотиваційної настанови на їх упровадження у професійній діяльності – здійснювалася під час викладання розробленого спецкурсу «Основи культури здоров'я» мав за мету озброєння студентів знаннями про формування культури здоров'я, збереження і зміцнення здоров'я і формування в майбутніх учителів життєвих настанов на дотримання здорового образу життя. Основними завданнями спецкурсу виступили: отримання майбутніми учителями початкової школи системи

знань про здоров'я людини і фактори, що впливають на формування культури здоров'я; обґрунтування необхідності дотримання здорового образу життя; усвідомлення студентами цінності здоров'я у професійній діяльності; ознайомлення студентів із різними способами підтримки фізичного, соціального, психологічного, духовно-морального та професійного здоров'я.

Зазначимо, що лекційний матеріал викладався проблемним методом, методом сократичної бесіди, що передбачало активну участь студентів у заняттях. Під час викладання лекційного матеріалу основна увага приділялася настанові на те, що здоров'я людини є головною цінністю, тому потрібно працювати над його збереженням, розвитком і вдосконаленням. Постановка на лекціях проблемних запитань ставила за мету усвідомлення майбутніми вчителями найбільш широкого уявлення про аксіологічні аспекти здоров'я і створення передумов для формування у студентів готовності до прийняття відповідних рішень.

Перша лекція була присвячена визначенню методологічних засад формування культури здоров'я особистості, що містила визначення таких понять, як: «діяльність», «особистість», «особистість учителя початкової школи», «цінність», «культура», «педагогічна культура», «система професійної підготовки»; культурологічний, аксіологічний, особистісно-діяльнісний, системно-цілісний підходи в підготовці вчителя початкової школи. У ході лекції акцентувалася увага на тому, що формування культури здоров'я людини є цілісним процесом, наголошувалося на необхідності формування культури здоров'я задля належного виконання професійних обов'язків тощо.

Продовженням лекції виступила самостійна робота студентів, в ході якої їм було запропоновано за допомогою опрацювання науково-психологічної літератури та Інтернет-джерел скласти творче есе, з визначенням схожості та відмінностей у трактуваннях видатних психологів і педагогів щодо тлумачення зазначених понять, а також внести їх до педагогічного словника. Складання педагогічного словника надавало

можливість майбутнім учителям оволодіти на теоретичному рівні основними термінами, поняттями, категоріями з проблем діяльності вчителя початкової школи і зокрема, в аспекті дослідження, діяльності зі збереження здоров'я. Зауважимо, що така робота сприяла більш міцному засвоєнню студентами знань й усвідомленню ними значущості порушених питань і продовжувалась упродовж усієї експериментальної роботи.

Крім цього було запропоновано написання (за вибором) педагогічного твору-роздуму «Як я уявляю професію вчителя початкової школи», «Культура здоров'я учителя початкової школи: її сутність і специфіка», «Особистість учителя початкової школи» і т. ін. Певною мірою запропонована робота сприяла розвитку умінь студентів чітко висловлювати свої думки, розвитку навичок критичного мислення, визначала ставлення до майбутньої професійної діяльності (формування мотиваційного компонента).

Наступна лекція була присвячена ознайомленню майбутніх учителів початкової школи з нормативно-законодавчими актами в галузі здоров'я: Закони України «Про освіту», «Про загальну середню освіту», «Про вищу освіту», Постанова Кабінету Міністрів України «Про затвердження Міжгалузевої комплексної програми «Здоров'я нації на 2002-2011 роки», Національної програми «Діти України», Концепції «Здоров'я через освіту». Це сприяло усвідомленню студентами важливості формування культури здоров'я на державному рівні, оскільки здоров'я кожної конкретної особистості становить потенціал нації. Лекція проходила у вигляді інформаційних виступів студентів, які самостійно опрацьовували зазначені джерела, складали короткі повідомлення, оформлювали їх у вигляді схем, таблиць, що привертало більшу увагу студентів до порушених питань, сприяло розвитку навичок активного слухання.

У ході лекційного заняття «Культура здоров'я – запорука активної життєдіяльності особистості» визначалися сутність понять «культура здоров'я», «валеологічна культура», «культурно-оздоровча діяльність», «культурно-оздоровча грамотність», «культурно-оздоровча готовність» як

складових загальної культури особистості. Для обговорення на семінарському занятті студентам було запропоновано підготувати реферати з таких тем, як «Валеологія як учіння про психолого-педагогічні та етичні методи дотримання здорового образу життя», «Основні принципи валеології як галузі знань про здоровий образ життя», «Роль інтелекту у формуванні культури здоров'я», «Вплив занять фізичною культурою і спортом на здоров'я», «Екологічні катаклізми і їх вплив на здоров'я людини», «Формування основ культури здоров'я в початковій школі».

Під час розгляду теми «Здоров'я особистості як найвища цінність нації» за допомогою навідних питань (метод сократичної бесіди) студенти набували знання щодо місця здоров'я системі людських цінностей, розгляду здоров'я як соціальної цінності життя; визначали основні фактори, що впливають на здоров'я: генетичні фактори, довкілля, медичне забезпечення тощо. Зазначимо, що обговорення проблеми здоров'я як соціальної цінності набуло дискусійного характеру, оскільки думки студентів були неоднозначними, хоча, в цілому, вони все ж таки визнавали цінність здоров'я у соціальному житті, проте більшість студентів наполягала на тому, що важливіше мати матеріальне благополуччя, престижну професію. Жваву дискусію викликало проблемне запитання «Хто винен у падінні престижності здоров'я: держава, школа, особистість?». Одні студенти наполягали на тому, що в погіршенні здоров'я людей винна держава, оскільки декларує проблеми здоров'я лише на папері, а насправді, звичайна людина не може вирішити питання поліпшення свого здоров'я за допомогою медицини, значно зростають ціни на продукти, що не дозволяє раціонально харчуватися, закриті дворові дитячі майданчики, що не дозволяє дітям більше часу проводити на свіжому повітрі, займаючись різноманітними іграми, і т. ін.

Інші студенти зазначали, що в погіршенні стану здоров'я української нації є байдужість населення в питаннях власного здоров'я, що зумовлено, в тому числі і недостатньою роботою школи у формуванні ціннісного ставлення до здоров'я, пропагування здорового способу життя. З огляду на це значна

увага в лекційному викладанні приділялася визначенню понять «здоровий образ життя», «здоровий стиль життя», обізнаності студентів з традиційними основами здорового образу життя, визначенню основних факторів здорового образу життя, ролі негативного впливу на здоров'я людини наявності шкідливих звичок тощо.

Значний інтерес у студентів викликала лекція «Складові індивідуального здоров'я особистості», оскільки вони раніше не замислювалися над тим, що на здоров'я людини впливає не лише стан їхнього соматичного та фізичного здоров'я, а й психологічні, соціальні, духовно-моральні фактори. Хоча під час обговорення вони визначали важливість впливу психологічного комфорту, взаємин із іншими людьми, правильної поведінки в певних ситуаціях на самопочуття. І звісно, що цікавим виявився матеріал щодо визначення профілактики професійного здоров'я учителя, оскільки це є їхньою майбутньою професією.

Оскільки відведеного на спецкурс часу недостатньо, всебічному розгляду порушених питань у галузі здоров'я сприяло впровадження другої педагогічної умови «інтерація валеологічної освіти з дисциплінами гуманітарного, професійного, соціально-економічного, природничо-наукового та практичного циклів фахової підготовки майбутніх учителів початкової школи». Задля цього було проведено відповідну роботу з викладачами, які викладають ці дисципліни, і взаємодія з якими сприяла більш глибокому усвідомленню студентами цінності здоров'я, необхідності здійснення здоров'язбережувальної діяльності у навчально-виховній і позакласній роботі з учнями початкової школи.

Так, під час викладання дисципліни «Педагогіка» було проведено рольову гру «Машина часу» в межах курсу «Історія педагогіки». Завдання гри полягало в тому, щоб обіграти зустріч видатних педагогів минувшини (Давнього світу, Античності, епохи Відродження, Середньовіччя) для з'ясування їхнього ставлення до здоров'я людини. Між студентами було розподілено ролі видатних учених тих часів: Геродот, Гіпократ, Піфагор,

Демокрит, Плутарх, Сенека, Леонардо да Вінчі та ін. Зазначена гра зацікавила студентів, хоча й вимагала значної самостійної роботи. Натомість, заняття видалося не лише цікавим, а й дало можливість усвідомити майбутнім учителям, що здоров'я за всіх часів видатними просвітителами, філософами завжди ставилося на перше місце.

У розділі «Педагогічний процес» з'ясовувався негативний вплив наявної системи освіти на здоров'я і розвиток молодших школярів, розроблялися шляхи вирішення завдань забезпечення здоров'я дітей у навчально-виховному процесі, розкривалися причини зниження здоров'я учнів на уроці, розглядалася методика організації уроків із спрямуванням на здоров'язбереження молодших школярів.

Значна увага на заняттях з «Педагогіки» приділялася питанням збереження професійного здоров'я. З метою визначення численних впливів, що зашкоджують здоров'ю вчителя початкової школи, студентам було запропоновано взяти участь у конкурсі педагогічних плакатів. За бажанням вони об'єднувались у творчі групи, завданням яких було розробити два педагогічних плакати, одні з яких відображали б ситуацію негативного впливу на професійне здоров'я, інший – на винайдення шляхів його збереження. Темі плакатів обиралися самостійно: «Вчитель і суспільство», «Вчитель і батьки», «Вчитель і учні», «Вчитель і адміністрація школи», «Вчитель і родина».

На заняттях з «Народознавства» основна увага приділялася розгляду питань здоров'я за допомогою тлумачення усної народної творчості українського народу. Завданням студентів було подати власне розуміння запропонованих прислів'їв і приказок: «Держи ноги в теплі, голову в холоді, живіт в голоді – не будеш хворіть, будеш довго жити», «Як нема сили, то й світ не милий», «Здоров'я входить золотниками, а виходить пудами», «На похиле дерево й кози скачуть», «Подивись на вид та й не питай про здоров'я», «Весела думка – половина здоров'я», «Веселий сміх – здоров'я», «У ворожки лікуватись – без здоров'я остатись», «Люди часто хворіють, бо

глядітись не уміють», «Червоне яблучко, та всередині черв'ячок», «Саме варило бабу постарило», «Здорове тіло – продукт здорового розуму», «Праця додає здоров'я, а лінь – хвороб», «Як на душі, так і на тілі», «Добра тая рада, де щира правда», «Усіх слухай, а свій розум май» тощо. Для самостійної роботи студентам було дане завдання дібрати перлини усної народної творчості і розподілити їх за визначеними складовими індивідуального здоров'я особистості.

Взаємодія з дисципліною «Вікова анатомія, фізіологія і гігієна» передбачала набуття студентами про вікові особливості організму дітей молодшого шкільного віку, його взаємовідносини з довкіллям, закономірності, що забезпечують здоров'я школярів, підтримують їхню високу працездатність у ході виконання різних видів навчальної діяльності. Знання з цього предмету застосовувалися надалі під час вивчення спецкурсу «Здоров'язбережувальна діяльність учителя початкової школи», оскільки знання вікових та психофізіологічних особливостей дитячого організму необхідні майбутньому вчителю початкової школи для організації здоров'язбережувальної діяльності у навчально-виховній та дозвілєвій роботі з учнями молодшого шкільного віку, що сприятимуть збереженню і зміцненню їхнього здоров'я, формуванню у них здоров'язбережувальних навичок і вмінь.

Під час викладання дисципліни «Загальна психологія» завданням викладачів було формування у студентів факультету початкового навчання інтересу до пізнання іншої людини і самопізнання, прагнення до використання цих знань у майбутніх педагогічній діяльності. Значна увага приділялася й питанням формування у молодших школярів мотивації на дотримання здорового образу життя, оскільки ця проблема сьогодні гостро стоїть перед загальноосвітніми навчальними закладами. Однак, без відповідних знань теоретичних основ спрямованості особистості та її психологічних проявів, розуміння своєрідності мотиваційно-потребової

сфери молодших школярів неможливе ефективне вирішення завдань з виховання здорової дитини у школі.

Реалізація третьої умови «насиченість процесу фахової підготовки майбутніх учителів початкової школи активними методами навчання, спрямованих на формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь» відбувалася на практичних заняттях. Зауважимо, що практичні заняття передбачали як активізацію діяльності студентів, створення доброзичливої психологічної атмосфери у студентській групі, так і здобуття конкретних знань у галузі здоров'я, здоров'язбереження.

Так, у межах викладання спецкурсу «Основи культури здоров'я» проводилася рольова гра «Прес-конференція» за участю видатних українських педагогів К. Ушинського, В. Сухомлинського, А. Макаренка, С. Шацького, які пропагували здоровий образ життя і приділяли значну увагу прищепленню здоров'язбережувальних навичок і вмінь у своїх вихованців. Зважаючи на те, що видатні педагоги не виокремлювали складові поняття здоров'я, у своїх творах вони значну увагу приділяли роботі вчителя, спрямованої на збереження і зміцнення здоров'я вихованців. З метою підготовки до проведення прес-конференції студенти самостійно опрацьовували праці науковців, конспектували їхні міркування з приводу виокремлених складових здоров'я, визначали їх актуальність в умовах сьогодення. Прес-конференція здійснювалася у вигляді запитань і відповідей, що передбачала ознайомлення студентів з творами цих педагогів, як тих, що виконували ролі «науковців», так і присутніх у «студії».

Значний інтерес викликала й така рольова гра, як «Шлях до себе», вона відбувалася у вигляді суду над хворою людиною і передбачала розігрування ролей частин організму людини (серце, м'язи, суглоби, печінка, легені, шлунок тощо), які постраждали від ведення нею нездорового образу життя. Попередньо студенти, які повинні були грати роль якоїсь частини людського організму, повинні були з'ясувати, як саме вживання алкоголю, нікотину, невиконання фізичних вправ впливає на стан здоров'я людини, які функції

вони виконують. Виконання такої рольової гри сприяло усвідомленню студентами необхідності ставлення до свого здоров'я як найвищої цінності.

Також під час практичних занять на ознайомлювальному етапі експериментальної роботи проводилися дискусія «Як зберегти своє здоров'я», в ході якої майбутні вчителі висловлювали різноманітні висловлювання щодо шляхів збереження здоров'я, набуття відповідних умінь для здійснення заходів у майбутній педагогічній діяльності для збереження і зміцнення як свого власного здоров'я, так і здоров'я вихованців; ділова гра «З чого складається здоров'я?», під час якого було з'ясовано, що індивідуальне здоров'я це не лише фізичне здоров'я, а й соціальне, психологічне і духовно-моральне, визначалися напрями формування відповідних навичок у молодших школярів у навчально-виховному процесі початкової школи. Зазначимо, що окрім усвідомлення цінності всіх складових здоров'я, студенти розвивали навички правильного мовлення, активного слухання, уміння чітко висловлювати свої думки

Реалізація четвертої педагогічної умови «залучення майбутніх учителів початкової ланки освіти до фізкультурно-оздоровчої та спортивно-ігрової діяльності» здійснювалася, здебільшого, під час занять фізичною культурою.

Так, за домовленістю з викладачами фізичної культури, заняття передбачали не лише виконання студентами нормативів, а й проведення рухливих ігор, аеробіки, спритболу, вивчення методики проведення ранкової гімнастики, розучували фізкультхвилинки тощо.

Важливу роль під час проведення занять з фізичної культури відігравав музичний супровід, який надзвичайно підвищує емоційність занять. Танцювальна аеробіка особливо корисна студентам, які більшу частину навчання проводять сидячи. Скорочуються майже всі мускули, виділяється піт, регулюється обмін речовин, судинна система прискорює свою роботу, організм відчуває навантаження. Під час занять у студентів покращується настрій, думки звільняються від повсякденних турбот, знімається стрес, адже музика – це потужний психотерапевтичний засіб.

Аеробіка – це один із напрямів аеробного тренування, що виступає науково обґрунтованою оздоровчою програмою розвитку витривалості, сили, гнучкості, яка базується на властивості поглинання кисню тканинами, що забезпечує високу працездатність та дієвість людини.

З метою формування мотивації дотримання здорового образу життя, на заняттях з фізичної культури також проводилися заняття оздоровчого фітнесу для дівчат, які були спрямовані на покращення пропорцій тіла і формування гарної фігури за рахунок зменшення жирового компонента. На підставі опитування студенток ми дійшли висновку, що регулярні заняття оздоровчим фітнесом сприяли зміні соматичного типу конституції дівчат, спостерігалася тенденція до формування нормостенічного типу тіла. На нашу думку, це пояснюється насамперед тим, що студентки з експериментальної групи відчули користь від занять оздоровчим фітнесом й усвідомили, що шкідливі звички та фізичні навантаження є несумісними речами, що заважають досягти бажаних результатів від занять фізичними вправами.

Під час занять фізичною культурою увага студентів спрямовувалася на те, що досягнення вагомих результатів збереження здоров'я неможливе без систематичних занять фізичними вправами, озброєння майбутніх учителів початкової школи теоретичними і методичними знаннями про фізичну культуру як вид діяльності та її вплив на формування особистості; уміннями й навичками самостійних занять фізичними вправами, що сприяють розвитку фізичних якостей, необхідних у майбутній професійній діяльності.

Ми керувалися тим, що фізичне виховання в умовах модернізації системи освіти повинно формувати систему ціннісних орієнтацій особистості вчителя початкової школи на здоровий образ життя, забезпечувати мотиваційну, інформаційну, функціональну й рухову готовність до нього. Це здійснюється відповідно до загальних та специфічних для цього закономірностей, принципів і правил педагогічного процесу. Це також впливає й на інтелектуальні, психологічні, морально-вольові та інші якості особистості.

Також нами було запропоновано проведення на заняттях фітнесу. Фітнес – це система засобів, що своїм змістом, методами, принципами виконання вправ забезпечує розвиток і вдосконалення здібностей людини; це слово походить від англійського слова «fitness», що означає «бадьорість, здоров'я, стрункість, відмінна спортивна форма». Від інших напрямів фітнес відрізняється оздоровчим характером, удосконаленням фізичних здібностей та покращенням психічного стану; це сучасний напрям у системі фізичного вдосконалення.

Головна мета і завдання фітнесу – це зміцнення здоров'я, підвищення життєвого тону, зростання загальної і спеціальної працездатності, виховання фізичних якостей, формування постави та корекція вад статури, профілактика патологічних станів та профзахворювань, виховання естетичних навичок, психопрофілактика, психокорекція, психорегуляція, набуття життєвої енергії, бадьорості, життєрадісного настрою, протидії та опору стресам.

Значний інтерес у студентів викликала гра у стритбол. Зазначимо, що після її розучування студенти проводили цю гру не тільки на заняттях, а й у поза навчальний час. Оскільки умови для здійснення такої гри дуже неприхотливі, але піднімають настрій, покращують самопочуття.

Стритбол – одна з найпопулярніших ігор у нашій країні. Для неї характерні різноманітні рухи: ходьба, біг, зупинки, повороти, стрибки, ловля, кидки, ведення м'яча, що здійснюються в одноборстві із суперником. Такі різноманітні рухи сприяють покращенню системи рухового апарату, діяльності всіх систем організму, зниженню ваги тіла, підвищенню працездатності, дотриманню режиму й особистої гігієни, зниженню пороги втоми, відмови від шкідливих звичок і переходу до здорового образу життя.

Ігри проводяться на відкритих майданчиках, що сприяє позитивному впливу на весь організм. Стритбол має не тільки оздоровчий й агітаційно-виховний вплив. Заняття стритболом допомагають формувати настирливість, сміливість, рішучість, чесність, впевненість у собі, почуття колективізму.

Заняття стритболом сприяє формуванню необхідних навичок і вмінь гри в баскетбол. Він містить основні технічні елементи: взаємодію гравців, кидки і передачі м'яча. Формують необхідні фізичні якості: швидкості, бистроту, координацію, спритність і т. ін. Сприяють засвоєнню правил гри і підвищенню рівня спортивної майстерності. Засвоєні рухові дії гри і поєднані з ним фізичні вправи є ефективними засобами зміцнення здоров'я і релаксації і можуть використовуватися людиною протягом всього її життя у самостійних формах фізичної культури.

У такий спосіб, на заняттях з фізичної культури досягалася основна мета – сприяти зміцненню здоров'я, підвищенню працездатності для майбутньої професії, що можливо лише свідоме ставлення студентів до занять фізичною культурою. Тому основним завданням викладачів було переконання студентів у тому, що рухова активність є найкращим засобом профілактики хвороб. З огляду на це майбутнім учителям пропонувалося скласти й апробувати комплекси фізичних вправ, а також проаналізувати їх вплив на власне здоров'я, розробити індивідуальний паспорт здоров'я за допомогою відповідних тестів і скласти план індивідуальної роботи з поліпшення власного здоров'я.

Відтак, проведення першого – ознайомлювального – етапу експериментальної роботи з майбутніми вчителями початкової ланки освіти було спрямовано, переважно, на формування в них мотиваційного й когнітивного компонентів структури готовності до формування здоров'язбережувальних умінь і навичок у молодших школярів.

Другий – основний – етап передбачав, крім здобуття необхідних знань, набуття прикладних умінь і навичок здоров'язбережувальної діяльності вчителя початкової школи. Реалізація першої педагогічної умови здійснювалася під час викладання лекційних занять спецкурсу «Здоров'язбережувальна діяльність учителя початкової школи». Зважаючи на те, що студенти вже були обізнані з основними категоріями здоров'я, культури здоров'я і здорового образу життя, і те, що зазначена діяльність в

умовах сьогодення є надзвичайно актуальною, лекційний матеріал спецкурсу сприймався майбутніми вчителями більш усвідомлено, ніж на першому етапі. Основна увага під час викладання зазначеного спецкурсу приділялася проблемі створення освітньо-оздоровчого середовища в початковій школі, особливостям здійснення здоров'язбережувальної діяльності, застосування здоров'язбережувальних технологій у навчально-виховному процесі початкової школи.

Під час лекції «Класифікація здоров'язбережувальних навичок і вмінь молодших школярів» попри необхідності виховання в учнів гігієнічних навичок, шляхом евристичної бесіди було з'ясовано й доцільність формування навичок і вмінь збереження соціального, психологічного, духовно-морального та фізичного здоров'я школярів. Студенти дійшли висновку, що формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь є довготривалим процесом і його здійснення передбачає поетапне формування відповідних навичок поведінки і дотримання здорового образу життя, оскільки це пов'язано зі свідомим ставленням особистості до свого здоров'я як до цінності, і не всі навички та вміння можливо сформувати в молодшому шкільному віці, зважаючи на їхні індивідуальні, вікові та психофізіологічні особливості розвитку.

Актуалізація знань щодо здоров'язбережувальних навичок і вмінь здійснювалася під час самостійної роботи студентів і була спрямована на визначення психофізіологічних засад зазначеного феномену. Напрацьований матеріал слугував підставою для проведення дискусії на семінарському занятті, предметом якої виступило запитання «Що є первинним: формування умінь чи навичок?». Було створено дві творчі групи експертів, завданням однієї з яких було довести первинність формування вмінь, а іншої – навичок. Опонентами цих двох груп експертів виступали студенти групи, які ставили запитання, висловлювали сумніви щодо істинності запропонованих підходів у визначенні феноменів «навички» та «вміння». Наприкінці семінару майбутні вчителі дійшли висновку щодо правомірності розгляду тріади

«первинні вміння – навички – складні вміння», основою яких виступають знання.

Наступні дві лекції спецкурсу було присвячено набуттю знань студентами щодо організації діяльності, спрямованої на збереження і зміцнення здоров'я молодших школярів під час навчально-виховного процесу та дозвілєвої діяльності учнів. При цьому несподіванкою для студентів виявилось те, що робота учителя передбачає різні види виховної діяльності (навчальну, ігрову, фізкультурно-оздоровчу, спортивно-ігрову, екологічну, дозвілєву). Для систематизації й узагальнення здобутих під час лекційних занять знань студентам було запропоновано розробити проекти як уроків, так і виховних заходів з означених видів діяльності із спрямованістю на збереження і зміцнення здоров'я молодших школярів. Розробка проектів викликала певні ускладнення у студентів, вони зверталися за допомогою до викладачів інших предметів й у такий спосіб переконувались у цілісності процесу здоров'язбереження в діяльності вчителя початкової школи, в якому неможливо штучно розмежувати якийсь один із видів діяльності.

На останній лекції увага студентів спрямовувалася на необхідність залучення батьків до здійснення цілеспрямованої роботи з формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів. Це потребує здійснення учителем початкової школи просвітницької роботи з батьками, оскільки, на жаль, далеко не всі батьки звертають увагу на те, чи дотримується їхня дитина гігієнічних вимог, раціонального харчування, чи перебуває достатньо часу на свіжому повітрі, займається фізичними вправами. Студентами, на підставі власного досвіду, зазначалося також, що дуже часто батьки дозволяють дітям засиджуватися перед комп'ютером чи телевізором, оскільки це не заважає займатися їм своїми вправами, і не думають про шкідливість цих занять.

Відтак, упровадження педагогічної умови «озброєння майбутніх учителів початкової школи здоров'язбережувальними технологіями, що сприятиме формуванню мотиваційної настанови на їх упровадження у

професійній діяльності» забезпечувало формування мотиваційного і змістового компонентів у структурі готовності майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів у навчально-виховному процесі.

Упровадження другої педагогічної умови «інтеракція валеологічної освіти з дисциплінами гуманітарного, професійного, соціально-економічного, природничо-наукового та практичного циклів фахової підготовки майбутніх учителів початкової школи» було спрямовано на формування технологічного та рефлексивного компонента структури готовності майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів.

Так, під час викладу «Дидактики» увага студентів зверталася на те, в який спосіб планувати уроки з математики, читання, рідної мови та інших предметів, з урахуванням збереження і зміцнення здоров'я учнів. На підставі одержаних знань і вивчення на першому етапі експериментальної роботи різноманітних фізкультхвиночок, дихальних вправ, вправ для очей студенти виконували завдання розробки уроків із їх застосуванням. Визначали доцільність їх введення в структуру того чи того уроку.

Розглядаючи «Методику виховної роботи» обговорювалися питання організації дозвіллевої діяльності молодших школярів, що сприяла б формуванню в них здоров'язбережувальних навичок і вмінь. Курс «Сімейної педагогіки» був спрямований на визначення кола питань, які необхідно вирішувати з батьками дітей, що сприятимуть здоров'язбереженню.

На практичних заняттях викладачем пропонувалося вирішувати конкретні ситуації, максимально наближені до професійної діяльності вчителя, і які були спрямовані на формування. Так, у ході викладання теми «Конфліктологія» вирішувалися проблеми виходу з конфліктних ситуацій, зважаючи на те, що в роботі вчителя початкової школи часто виникають труднощі у спілкуванні між ним та учнями, між ним і батьками учнів, що призводить до виникнення конфліктних ситуацій. Саме для того, щоб

уникати або правильно діяти в таких ситуаціях, розігрувалася ділова гра «Конфліктна ситуація». Завдяки цій грі, майбутні вчителі початкових класів набували досвіду щодо розуміння природи конфлікту й уміння знаходити шляхи його попередження або вирішення. Метою гри було відпрацювання умінь студентів щодо управління конфліктною ситуацією, а саме: ефективно взаємодіяти з учнями; виявляти якості лідера, необхідні у спілкуванні з дітьми; орієнтуватися в конфліктних ситуаціях і правильно їх урегульовувати; отримувати й опрацьовувати необхідну інформацію, оцінювати, порівнювати й засвоювати її; приймати рішення в незвичайних ситуаціях; критично оцінювати можливі наслідки своїх рішень, вчитись ураховувати свої помилки.

Студентів було розподілено на три групи, яким давалося завдання показати різні способи поведінки в конфліктній ситуації: уникнення, пристосування, компроміс, співпраця.

Групам було роздано картки з описом конфліктної ситуації.

Перша група отримала таку ситуацію: «Учитель своєю доступністю, веселістю, легкістю у спілкуванні порушив педагогічну відстань між ним та учнями, що призвело до різкого падіння дисципліни в класі, зниження продуктивності уроків».

Друга група розв'язувала ситуацію між учителем і батьками: «На батьківських зборах батьки за домовленістю висловили претензії до вчителя: він завжди задає нецікаві домашні завдання і коли на наступному уроці учні намагаються відповідати, звинувачує їх у нетямущості».

Для третьої групи було запропоновано ситуація між адміністрацією і вчителями: «На початку нового навчального року директор школи довів до відома всіх членів педагогічного колективу наказ про розподіл функціональних доручень між учителями. Вчителі ознайомилися зі змістом наказу. Частина педагогів висловила незгоду з рішенням директора».

Упродовж 10 хвилин відбувалося колективне обговорення всередині групи щодо розв'язання запропонованого конфлікту, потім представник з

кожної групи оголошував можливі виходи із ситуації, які знайшла група, а інші групи обговорювали їх. Таке завдання спонукало студентів до колективного вирішення завдань, вимагало вміння прислухатися один до одного, сприяло згуртуванню студентів.

Зазначимо, що виконання завдання з вирішення конфліктної ситуації було надзвичайно бурхливим, адже кожний зі студентів виходив із власного життєвого досвіду, якого набув під час навчання у школі, не одразу вони дійшли згоди. Натомість форма проведення занять їм дуже сподобалася. Під час обговорення викладачем зверталась увага майбутніх учителів не лише на тому, правильно чи неправильно вони вирішили конфліктну ситуацію, а й на те, в який саме спосіб вони працювали над її розв'язанням, акцентуючи на необхідності дотримання поваги до думки інших студентів, виробленні рішення, що задовольняло б усіх членів групи. У такий спосіб ми намагалися створити доброзичливу психологічну атмосферу, за якої кожний член групи не боявся висловитися, почувався комфортно. Основною метою організації колективної роботи зі студентами було вироблення в них активної життєвої позиції, здатності до саморегуляції і більш об'єктивної самооцінки своїх дій і поведінки, оволодіння прийомами узгодження своїх дій та координації з іншими учасниками діяльності, вміннями попереджати й долати конфлікти під час спільної роботи і спілкування. У такий спосіб студенти вчилися розуміти і разом ставити задачу спільної діяльності, знаходити способи її розв'язання, порівнювати варіанти способів, запропонованих всіма учасниками групи, контролювати самого себе і один одного.

При цьому під час колективної діяльності формувалися й такі професійні якості, як вміння оцінювати себе з різних поглядів – залежно від місця і функцій студента у спільній діяльності. Підвищувалася також відповідальність перед іншими людьми, вміння приймати рішення, які стосуються не тільки себе, а й інших.

Окрім того, через групову роботу ми мали можливість керувати розвитком особистісних взаємовідносин усередині студентської групи, а

отже й соціальними мотивами. Зокрема під час завдань, що передбачали колективну взаємодію майбутніх учителів, формувалися такі особистісні якості, як навички соціальної взаємодії, ціннісні орієнтації, настанови, необхідні в майбутній професійній діяльності. При цьому, спостерігаючи за роботою студентів у колективній діяльності, ми виявили, що в них стрімко зростала ініціатива, збільшувалася кількість контактів і різноманітних форм спілкування у процесі навчання.

Крім цього, такі практичні заняття забезпечували розвиток здоров'язберегаючих умінь і навичок у самих студентів: навички спільної роботи з іншими людьми, правильного мовлення, самоконтролю, прийняття рішень, уміння міжособистісного спілкування, чітко висловлювати свої думки, бути членом команди тощо.

Під час викладання дисципліни «Вступ до педагогічної діяльності» розглядалися питання відносно особливостей професійної діяльності вчителя початкової школи, необхідних властивостей, акцентувалося на професійно-практичній спрямованості діяльності вчителя початкової школи зі збереження, зміцнення здоров'я і формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів; розкривалися зміст і структура культури здоров'я вчителя початкових класів; визначалася роль сучасної освіти для забезпечення здоров'я підростаючого покоління.

Інша вправа допомагала з'ясувати, як студенти уявляють себе у професії вчителя початкової школи. Студентам пропонувався набір карток – кожний витягував ту, яка йому попадеться, і висловлював свою думку – «за» і «проти» такої позиції, визначав, чи підходить йому така роль. На дошці викладачем виписувалися всі обрані позиції.

Пропонувалися такі позиції: «Критик», «Співрозмовник», «Сухар», «Відповідальний», «Дружелюбний», «Помічник», «Демонстративний» і т. ін.

По закінченні вправи всі студенти ще раз говорили про 2-3 найближчих йому позиції. Вони фіксувалися на дошці. З'ясовувалося, чому саме такі позиції було обрано майбутніми вчителями, в чому вони вбачають переваги

такої позиції. Як підсумок, визначалося, якими саме властивостями повинен володіти майбутній учитель початкової школи, якими особливостями відрізняється його професія. Певною мірою, за нашими спостереженнями, такі заняття сприяли формуванню позитивної мотивації на здійснення педагогічної діяльності.

Під час вивчення дисципліни «Педагогічні технології в початковій школі» здійснювалося визначення здоров'язбережувальних аспектів у технологіях відомих педагогів: гуманно-особистісної технології Ш. Амонашвілі, «Екологія і діалектика» Л. Тарасова, вальдорфська педагогіка Р. Штейнера, технологія вільної праці С. Ферене, технологія саморозвитку М. Монтесорі та ін.

Ураховуючи те, що в умовах сьогодення, зважаючи на незадовільний стан здоров'я підростаючого покоління, вчителю необхідно вміти надавати першу медичну допомогу при алергійних реакціях, гострих отруєннях ліками і препаратами побутової хімії, закритих та відкритих переломах, ушкодженні хребта, кровотечах, опіках тощо, було задіяно викладачів «Основи медичних знань». На заняття з цієї дисципліни також вирішувалися гострі проблеми сьогодення: залучення дітей до наркоманії, токсикоманії, алкоголізму, що негативно впливають на здоров'я дітей.

Оскільки праця вчителя початкової школи надзвичайно складна, потребує від нього значного напруження, викликаного виникненням небажаних ситуацій, що призводять до роздратування, нервозності, а це, у свою чергу, позначається не лише на здоров'ї вчителя, а й на його сімейному житті, значна увага приділялася формуванню вмінь психологічного розслаблення. Цьому може допомогти м'язова релаксація – звільнення м'язів обличчя і тіла від напруження. З огляду на це на заняттях із психології з майбутніми вчителям проводилися вправи психологічної релаксації, різноманітні тренінги, що забезпечували розвиток навичок психологічної регуляції, техніки взаємодії тощо.

Зазначимо, що студенти із задоволенням проводили такі вправи, оскільки після їх виконання вони відчували себе спокійнішими, наповненими енергією, що сприяло підвищенню їхньої працездатності на заняттях.

Значна увага в ході викладання психології приділялась набуттю студентами вмінь оцінювати свій емоційний стан, прислухатися до свого внутрішнього «Я». Так, із значним інтересом майбутні вчителі початкових класів поставилися до виконання вправи «Старе місто» див. Зазначена вправа сприяла виробленню у студентів аналізувати свій стан, робити висновки щодо необхідності корекції своєї поведінки в тій чи іншій ситуації, одночасно й надавала можливість заспокоїтися, привести свої думки в порядок, що є немаловажним у професій вчителя початкової школи.

На заняттях студенти також отримували загальні знання про аутогенне тренування, про його ефекти й умови виникнення аутогенного стану, опановували вміннями його здійснення. Наприклад, проводилася вправа «Абсолютне здоров'я»: «Сядьте зручно, на протязі декількох хвилин відчуйте повне розслаблення. Спробуйте пригадати моменти свого життя, коли Ви відчували себе дуже щасливою людиною. Виберіть один із них і спробуйте оживити його. Все Ваше тіло відчуває повне благополуччя, свідомо спрямуйте відчуття його благополуччя в ті частини тіла, з якими у Вас трапляються негаразди. Насолоджуйтесь відчуттям повного комфорту. Уявіть, що Ви будете його відчувати завжди».

Окрім використання вправ аутогенного тренування під час навчальних завдань, перед майбутніми вчителями ставилося завдання і для самостійних занять, що мало за мету залучення їх до постійного проведення аутогенного тренування, виконання релаксаційних вправ, щоб бути спокійними, неквапливими, упевненими в собі.

Під час навчальних занять пропонувалися різних вправ. Наведемо приклад вправи «Хочу – можу – повинен». Виконання вправи має два варіанти. За першим варіантом студенти сиділи напівколом, двоє бажаючих виходили й сідали на стільці перед групою. Один – слухав, інший – виступав.

Той, хто виступав, закінчував три речення: «Я повинен...», «Я можу...», «Я хочу...» (при цьому він повинен був говорити спонтанно і безпосередньо, те, що першим приходило йому в голову). Той, хто слухав, повинен був визначити, яке з трьох речень було висловлене найбільш переконливо, в якому з них відчувалась індивідуальність того, хто говорив. Зверталась увага на інтонацію, вираз обличчя, жести.

За другим варіантом усієї групі пропонувалося по черзі закінчити ці речення й уважно послухати себе та інших. Бажаючи могли висловитися, що побачили, почули, відчули.

Ми спостерігали, що внаслідок проведення цього завдання у групі покращувалась атмосфера, студенти більш охоче спілкувалися один з одним, мали можливість дізнатися щось нове про своїх товаришів.

Ще одна вправа, що проводилася на заняттях з психології викликала значний інтерес у студентів, які зазначили, що вона є необхідною для професії вчителя початкової школи, який більшу частину свого робоча дня проводить у спілкуванні з дітьми, їхніми батьками, колегами та адміністрацією, вирішує іноді складні ситуації, що викликають нервовий стан, роздратування. Задля опанування вмінь приводити себе у спокійний стан, знімати роздратування виконувалася вправа «Створення енергетичного щита». Це вправа, яка передбачає створення енергетичного щита. Викладач протягом вправи дає певні настанови, що робити студентам для створення такого щита.

По закінченні вправи зі студентами обговорювалися такі питання, як: «Які вправи далися легко?», «Які вправи викликали труднощі?», «Які вправи вважаєте неприпустимими або непотрібними?», «Які відчуття були під час роботи?», «Які думки виникали?», «Чи вдалося вирішити якісь свої питання?», «Що хотіли б побажати собі?», що сприяло виробленню вмінь здійснювати рефлексію, тобто аналізувати свої почуття, труднощі, що виникають, робити відповідні висновки, що сприяло формуванню у студентів рефлексивного компонента.

Оскільки майбутні вчителі початкових класів повинні завжди діяти в певних ситуаціях, ми вважали за доцільне під час навчання у вищому навчальному закладі навчити їх бачити ситуацію, аналізувати і виділяти ті ідеї, які лежать в основі пошуку її розв'язання, розробляти конструктивні схеми і варіанти практичних рішень. З цією метою студентам було запропоновано розробити фрагменти виховних заходів, спрямованих на формування у молодших школярів здоров'язбережувальних навичок і вмінь, що сприятимуть збереженню їхнього здоров'я. Завдяки таким завданням у студентів значно підвищувався інтерес до здійснення такої діяльності у майбутній професійній діяльності, актуалізувалися здобуті знання, формувалися навички педагогічного аналізу й узагальнення, розвивалися комунікативні й організаторські здібності (формування мотиваційного, технологічного, рефлексивного компонентів структури готовності майбутніх учителів до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів).

Готуючи фрагменти здоров'язбережувальних виховних заходів, студенти отримували можливість самостійно опрацьовувати шляхи встановлення контакту, прийоми створення певного емоційного стану та його корекції, способи вирішення педагогічних ситуацій.

Важливим під час практичних занять спецкурсу було відтворення рольових ситуацій, наближених до майбутньої професійної діяльності, який розкривав зміст учительської професії, на підставі досвіду студентів забезпечував тісний взаємозв'язок зі шкільною практикою, визначав типові труднощі, з якими вони можуть стикнутися у повсякденній роботі, і визначити можливі шляхи їх подолання. Тобто, моделювалися педагогічні ситуації, що вимагали вироблення і прийняття рішень у практичній діяльності вчителя початкової школи, які не зашкоджували би здоров'ю молодших школярів (психологічному, духовно-моральному, соціальному).

Так, студентам пропонувалася така ситуація: «Учень класу під час бійки з іншим учнем, зламав йому палець. Як навчити дітей поважати одне

одного, які педагогічні прийоми можна застосовувати?». Під час обговорення студентами висловлювалися різноманітні думки, проте, всі вони були одноставні в тому, що сьогодні, на жаль, діти більше зважають на наявність сили, що певною мірою зумовлено тим, що учні багато часу проводять перед телевізором або за комп'ютерними іграми, які пропагують насилля, бійки з боку головних героїв. А, отже, перед учителем початкових класів стоїть завдання виховання духовно-моральних якостей у дітей, а також проведення просвітницької роботи з батьками учнів.

Також використовувався метод, під назвою «Мозаїка». Студенти розподілялися в чотири групи, які отримували різні завдання. Впродовж 10 хвилин вони бузінні були ознайомитися з різними методами активного навчання, які передбачали формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів. Надалі 4 студенти з кожної групи переходили в інші групи, де знайомили своїх товаришів зі своєю інформацією й отримували інформацію від них. У такий спосіб вони знайомилися з різними методами, запропонованими в інших групах, і повернувшись до своєї групи. Цей метод дозволяв учасникам гри познайомитися з новою інформацією, яка дозволяла спрямувати навчально-виховну діяльність у початкових класах на здоров'язбереження.

Під час проведення занять, спрямованих на оволодіння студентами знань та вмінь здійснювати здоров'язбережувальну діяльність, за допомогою дискусійних методів і методів сократичної бесіди було з'ясовано основні правила, яких повинен дотримуватись учитель для організації здоров'язбережувального уроку та створення здоров'язберегаючого клімату в класі.

Відтак, ми дійшли висновку, що застосування активних методів навчання є ефективним і дуже цікавим для студентів методом роботи, завдяки якому підвищувався інтерес до здійснення здоров'язбережувальної діяльності, а також сприяв підвищенню мотивацію у самих студентів до дотримання здорового образу життя, уникати небезпечних для здоров'я

ситуацій, використовувати здобуття знання на практиці, цінувати й берегти здоров'я своє і тих людей, що оточують.

Упровадження педагогічної умови «залучення майбутніх учителів початкової ланки освіти до фізкультурно-оздоровчої та спортивно-ігрової діяльності» на основному етапі озброєння їх уміннями застосовувати у навчально-виховному процесі фізкультурно-оздоровчі методики. З цією метою майбутні вчителі повинні були розробити комплекси фізкультхвилинок, фізкультпауз, які містили би вправи для покращення мозкового кровообігу, зняття втоми очей, напруження м'язів, навчання правильного дихання тощо. Студенти повинні були не лише розробити чи дібрати вправи для покращення самопочуття молодших школярів, а й провести ці заходи у студентській групі, при цьому ми проводили їх і під час лекційних занять, для вироблення у майбутніх учителів навичок психологічного, розумового й емоційного розслаблення.

Зазначимо, що спочатку такі заняття сприймалися студентами неоднозначно: в одних викликали сміх, інші соромилися виконувати вправи при всіх, треті відмовлялися, оскільки «вони не маленькі, а тому їм це не потрібно». Проте, через деякий час вони стали по-іншому ставитися до цих фізкультпауз, оскільки відмітили їх безумовну користь: вони стали більш уважними, менше відволікалися від ходу лекції чи семінару, зважаючи на те, що виконання вправ на розслаблення попереджувало втому, сприяло активізації їхньої уваги пам'яті тощо.

Набуття практичних умінь і навичок фізкультурно-оздоровчої та спортивно-ігрової діяльності, здебільшого, здійснювалося під час проведення поза аудиторних заходів. При чому, якщо на першому етапі вони ознайомлювалися з методикою їх організації, то тепер вони самі повинні були розробити проекти виховної діяльності із фізкультурно-спортивним спрямуванням. Кожна творча група готувала сценарії, проводила необхідну підготовчу роботу, надавала завдання членам інших груп, добирала необхідне обладнання і спортивний інвентар для проведення таких заходів,

як «Веселі старти», «Конкурс ранкової гімнастики», «Година здоров'я», а також спортивних свят «Козацькі забави», «У здоровому тілі – здоровий дух» тощо.

Вагому роль у професійній підготовці відігравала педагогічна практика, що здійснювалася на третьому – практико-орієнтованому – етапі підготовки майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язберезувальних навичок і вмінь у молодших школярів і передбачала застосування здобутих знань, умінь і навичок з організації здоров'язберезувальної діяльності безпосередньо на практиці. Педагогічна практика є однією з ключових ланок у системі підготовки майбутніх учителів до професійної діяльності. Студенти-практиканти мають змогу придбати перший педагогічний досвід, удосконалити професійні вміння та особистісні якості, які дозволяють найбільш ефективно здійснювати педагогічну діяльність.

Педагогічна практика має триєдину мету професійної практичної підготовки: освітню – сприяє розвитку професійних знань, їх самостійному набуттю, формуванню професійних умінь і навичок майбутніх учителів; розвивальну – сприяє виробленню мотивації професійної діяльності, розвитку педагогічного мислення, ціле покладання та спрямованості; виховну – сприяє формуванню професійно значущих якостей особистості, навичок самоосвіти і самовдосконалення.

Під час педагогічної практики студенти мають змогу поступово перейти від теоретичних знань про професійну діяльність та професійні обов'язки до практичного оволодіння професійними вміннями й формування професійно значущих якостей особистостей.

Так, перед проходженням літньої педагогічної практики, окрім навчання методики виховної роботи, значна увага приділялась оздоровчому аспекту організації діяльності з дітьми молодшого шкільного віку в умовах оздоровчого табору. Під час лекційних занять акцентувалося на важливості дотримання режиму дня, раціонального харчування, необхідності організації

ранкової гімнастики, проведення фізкультурно-оздоровчих і спортивно-ігрових заходів, туристських походів тощо. Навичками й уміннями з організації здоров'язбережувальної діяльності майбутні вчителі оволодівали на практичних заняттях. Так, заздалегідь творчі групи повинні були розробити якийсь виховний захід для літнього табору чи пришкольного майданчика, включаючи до сценарію конкурси, естафети, ігри, спрямовані на збереження і зміцнення здоров'я вихованців.

Під час проходження практики майбутні вчителі вели «Щоденник спостережень», в якому аналізували свою діяльність щодо збереження і зміцнення здоров'я дітей, формування в них здоров'язбережувальних навичок і вмінь, фіксували припущені помилки, з'ясовували причини невдач тощо. Така робота допомагала з'ясувати, які знання щодо здоров'язбережувальної діяльності потрібно поглибити, які вміння потребують удосконалення. Досвід роботи у літніх таборах значною мірою сприяв покращенню проходження педагогічної практики в умовах початкової школи.

Педагогічна практика у початковій школі організовувалася в межах цілісного навчально-виховного-процесу, спрямованого на практичне засвоєння студентами здоров'язбережувальних видів діяльності, оволодіння основами культури здоров'я, формування готовності до здоров'язбережувальної діяльності.

Основними завданнями педагогічної практики як провідної ланки професійної підготовки вчителя початкової школи є: виховання позитивної мотивації до професії вчителя, переконаності у правильності її вибору; формування у майбутніх учителів цілісної наукової картини здоров'язбережувальної діяльності; формування у студентів професійних умінь і навичок, необхідних для успішного здійснення здоров'язбережувального навчально-виховного процесу як педагогічної системи; розвиток у майбутніх учителів педагогічних здібностей та їхньої індивідуальності; розвиток у студентів потреби в самоосвіті й

самовдосконаленні професійно-педагогічних знань та вмінь; формування досвіду здоров'язбережувальної діяльності, дослідницького підходу до педагогічного процесу; формування професійно-значущих якостей особистості майбутнього вчителя початкової школи.

Експериментальна програма педагогічної практики включала виконання студентами системи завдань, що відповідають основним аспектам діяльності вчителя зі збереження, зміцнення і формування здоров'я молодших школярів: організація здоров'язбережувального освітнього процесу на уроці; формування культури здоров'я учнів у процесі позакласної виховної роботи. Розв'язання цих завдань створювало передумови для формування психологічної готовності майбутніх учителів до такого складного виду педагогічної діяльності.

У ході педагогічної практики студенти, крім основних завдань, включалися в навчально-пошукову культурно-оздоровчу діяльність: складали «Паспорт здоров'я» учнів, куди вносилися дані медичних карток; оцінювали фізичний розвиток учнів; визначали фізіологічні показники здоров'я школярів, типи конституції, показники розумової та фізичної працездатності.

У «Щоденнику спостережень» аналізувався досвід роботи вчителів початкових класів, які досягли успіху у збереженні здоров'я школярів у навчальному процесі, зокрема розглядалися такі питання, як учитель здійснює здоров'язбережувальну діяльність, на яких аспектах зосереджує увагу, як проводить уроки з урахуванням збереження і зміцнення здоров'я дітей. Так, крім загального аналізу проведення уроку вони повинні були проаналізувати такі здоров'язбережувальні напрями, що були розроблені під час практичних занять вивчення спецкурсу «Здоров'язбережувальна діяльність учителя початкової школи»:

1. Обстановка та гігієнічні умови у класі: провітрювання у класі перед уроком (до початку занять і на перервах); достатня вологість повітря; раціональне освітлення класу й дошки; температура у приміщенні; усунення неприємних звукових подразників.

2. Число видів навчальної діяльності на уроці: опитування; письмо; слухання; розповідь; самостійна робота; відповіді на запитання і т. ін.

3. Число видів викладання: словесний; наочний; аудіовізуальний; комбінований тощо.

4. Пози і чергування поз дітей. Необхідно робити корекцію поз дітей, спостерігати за посадкою учнів, зміна пози відповідно до виду діяльності.

5. Фізкультхвилинки: 2 фізкультхвилинки по 3 легких вправи (1-а – на 15-20 хвилині; 2-а – на 30 хвилині).

6. Наявність у змісті уроку питань, пов'язаних із здоров'язбереженням і здоровим образом життя.

7. Щільність уроку.

8. Наявність і добір на уроці методів, що сприяють активізації ініціативи і творчого самовираження самих учнів, коли вони дійсно перетворюються із «споживачів знань» у суб'єкти дії з їх отримання та створення.

9. Наявність мотивації діяльності учнів на уроці. Зовнішня мотивація: оцінка, похвала, підтримка, змагальний метод тощо. Стимулювання внутрішньої мотивації: прагнення більше знати, радість від активності, інтерес до матеріалу, що вивчається і т. ін.

10. Темп і особливості закінчення уроку. Негативно впливають на здоров'я швидкий темп, запис домашнього завдання без коментарів. Необхідно закінчити урок так, щоб учень міг поставити запитання вчителю. З уроку діти повинні йти радісними і здоровими.

11. Психологічний клімат на уроці. Психологічний клімат у класі залежить від особистості вчителя. Взаємостосунки між учителем й учнями: комфорт – напруження; співробітництво – авторитарність; індивідуальні – фронтальні види роботи; урахування вікових особливостей: достатнє – недостатнє. Між учнями: співробітництво – суперництво; доброзичливість – ворожість; зацікавленість – байдужість; активність – пасивність. Найпершим індикатором є момент втоми учнів. Наявність на уроці емоційних розрядок:

жарт, посмішка, гумористична чи повчальна картинка, прислів'я, відоме висловлювання (афоризм) з коментарем, невеличкі віршики, музична хвилинка і т. ін.

Для вдосконалення власних умінь здоров'язбережувальної діяльності під час практики вони отримували такі завдання: розробка плану роботи вчителя з формування культури здоров'я учнів; створення програми здоров'я з батьками з формування культури здоров'я учнів; обґрунтування індивідуальних програм здоров'я для учнів. Студенти аналізувалися програми з різних предметів на предмет здоров'язбереження; проводили валеологічні анкетування; досліджували й аналізували з валеологічної позиції навчально-виховний процес; вчилися складати поурочні плани й конспекти із здоров'язбережувальним змістом; проводили динамічні паузи на уроках й організовували рухливі перерви; розробляли сценарії і проводили позакласні заняття з культурно-оздоровчої тематики. По закінченні педагогічної практики майбутні учителі аналізували й оцінювали ефективність власної культурно-оздоровчої діяльності.

Відтак, поетапне впровадження визначених педагогічних умов сприяло формуванню у майбутніх учителів початкової школи мотиваційного, змістового, технологічного, рефлексивного, здоров'язбережувального компонентів їхньої готовності до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів, крім того забезпечувало розвиток відповідних навичок і вмінь у самих студентів.

Після викладання спецкурсів «Основи культури здоров'я» та «Здоров'язбережувальна діяльність учителя початкової школи», а також проходження педагогічної практики в експериментальній та контрольній групах був проведений другий зріз за методиками, що використовувались у констатувальному етапі експерименту.

Результати, одержані в ході констатувального етапу експерименту за допомогою використання низки методик, засвідчили про несформованість

готовності майбутніх учителів до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів.

Так, більшість студентів мають низький (експериментальна група – 31 %, контрольна група – 30 %) і середній (експериментальна група – 37 %, контрольна група – 38 %) рівні сформованості готовності до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів. На середньому рівні знаходиться 22 % студентів в експериментальній групі та 21 % у контрольній групі, на високому рівні – 10 % респондентів в експериментальній групі та 11 % у контрольній групі.

За результатами прикінцевого етапу формувального експерименту виявлено, що студенти експериментальної групи готовність показали кращі результати готовності до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів: високого рівня досягли 35 % студентів (на констатувальному етапі – 10 %), на достатньому рівні виявлено 38 % майбутніх учителів (на констатувальному етапі – 22 %), на середньому рівні – 21 % (на констатувальному етапі – 37 %), на низькому залишилося 6 % респондентів ЕГ (на констатувальному етапі – 31 %).

У контрольній груп, де зі студентами не проводилася цілеспрямована робота, відзначено гірші результати: високого рівня досягли 13 % студентів (на констатувальному етапі – 11 %), достатній рівень зафіксовано у 26 % майбутніх учителів (на констатувальному етапі – 21 %), середній рівень – 36 % (на констатувальному етапі – 38 %), на низькому залишилося 25 % респондентів (на констатувальному етапі – 30 %).

Одержані результати свідчать про доцільність здійснення цілеспрямованої роботи з підготовки майбутніх учителів до здійснення діяльності, спрямованої на збереження і зміцнення як свого власного здоров'я, так і здоров'я майбутніх учнів під час фахової підготовки у вищому навчальному закладі освіти.

ВИСНОВКИ

У монографії подано теоретичне узагальнення і нове вирішення наукової проблеми, що виявляється в розробці, науковому обґрунтуванні моделі і методики професійної підготовки майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок у молодших школярів в умовах вищої педагогічної освіти.

Проведене теоретико-експериментальне дослідження дало підстави стверджувати, що професійна підготовка майбутніх учителів початкового навчання до формування здоров'язбережувальних навичок дітей молодшого шкільного віку у навчально-виховному процесі – це цілісний педагогічний процес, який характеризується набуттям студентами фундаментальних знань у галузі фізичного та психічного розвитку дітей, їхніх індивідуальних та психофізіологічних особливостей, формування на їх підставі відповідних умінь і навичок, що сприятимуть здійсненню ними ефективних заходів щодо формування у школярів здоров'язбережувальних навичок у майбутній роботі, використовуючи різні види діяльності (навчальну, виховну, ігрову фізкультурно-оздоровчу, екологічну, спортивно-ігрову, дозвілєву тощо). Результатом такої підготовки є готовність студентів до формування здоров'язбережувальних навичок молодших школярів у навчально-виховному процесі, яку ми визначаємо як психофізичний стан спеціаліста, що володіє відповідними знаннями, вміннями, навичками і може успішно здійснювати свою діяльність з формування здоров'язбережувальних навичок молодших школярів у навчально-виховному процесі.

Збагачення досвіду культурно-оздоровчої діяльності студентів засобами фізичної культури передбачає реалізацію особистісних потреб у розвитку здоров'я, участь у здоров'язбережувальній діяльності, прояв активності і творчості в ситуаціях, пов'язаних із збереженням здоров'я, збагачення досвіду його зміцнення, оцінку й аналіз результатів своєї здоров'ятворчої діяльності, бажання займатися культурно-оздоровчою

діяльність та підвищувати рівень підготовленості до здоров'язбережувальної діяльності в школі.

Здоровий образ життя майбутнього вчителя початкової школи передбачає сформованість навичок повсякденної поведінки, що спрямована на збереження і зміцнення власного здоров'я (фізичного, психічного, морального, духовного соціального, професійного), дотримання ціннісних настанов щодо здоров'я і здійснення педагогічної діяльності, що ґрунтується на організації навчально-виховного процесу з урахуванням формування здоров'язбережувальних навичок у молодших школярів.

Визначено, що здоров'язбережувальні навички – це усвідомлене й усталене виконання особистістю автоматизованих дій щодо збереження і зміцнення здоров'я у незмінних стандартних ситуаціях, а здоров'язбережувальні вміння – це здатність застосування здобутих знань і навичок у нових складних життєвих ситуаціях, не зашкоджуючи як власному здоров'ю, так і здоров'ю інших людей.

Формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь – процес тривалий, не всі навички можливо сформувати в молодшому шкільному віці, зважаючи на психологічні та фізіологічні особливості учнів цього віку, а також урахуовуючи відсутність соціального досвіду дітей. З огляду на це, класифіковано здоров'язбережувальні навички та вміння, які доцільно і можливо формувати в учнів початкової школи, організовуючі певні умови в навчально-виховному процесі відповідно до визначених складових індивідуального здоров'я особистості.

Формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів здійснюється за умови впровадження у навчально-виховний процес початкової школи здоров'язбережувальної діяльності, яку ми визначаємо як складне, багатофункціональне соціальне явище, що передбачає впровадження здоров'язбережувальних технологій, шляхом застосування відповідних методів і засобів організації навчально-виховного процесу, які не зашкоджують здоров'ю дітей і спрямовані на формування

здоров'язбережувальних навичок і вмінь, що сприяють збереженню фізичного, психічного, соціального, морально-духовного здоров'я учасників навчально-виховного процесу.

У структурі готовності майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок та вмінь у молодших школярів виокремлено мотиваційний, змістовий, технологічний, рефлексивний та здоров'язбережувальний компоненти.

Педагогічними умовами, що сприятимуть процесу підготовки майбутніх учителів початкових класів до формування здоров'язбережувальних навичок у молодших школярів, визначено: озброєння майбутніх учителів початкової школи здоров'язбережувальними технологіями, що сприяє формуванню мотиваційної настанови на їх упровадження у майбутній професійній діяльності; інтеракція валеологічної освіти з дисциплінами гуманітарного, соціально-економічного, природничо-наукового, професійного та практичного циклів фахової підготовки майбутніх учителів початкової школи; насиченість процесу професійної підготовки майбутніх учителів початкової школи активними методами навчання, спрямованими на формування здоров'язбережувальних навичок; залучення майбутніх учителів початкової ланки освіти до фізкультурно-оздоровчої та спортивно-ігрової діяльності.

Чинником ефективного впровадження визначених педагогічних умов є наявність у вищому педагогічному навчальному закладі здоров'язбережувального освітнього середовища, під яким розуміємо цілеспрямовану систему умов навчальної діяльності, що не шкодить здоров'ю; застосування активних форм і методів навчання, спрямованих на збереження й зміцнення здоров'я учасників педагогічного процесу; наявність комфортної психологічної атмосфери під час навчальних занять; обізнаність педагогів і студентів про способи збереження здоров'я і дотримання ними здоров'язбережувальної поведінки; вироблення у майбутніх учителів ціннісного ставлення до свого здоров'я і здоров'я вихованців.

Доведено, що реалізація педагогічних умов і наявність здоров'язбережувального освітнього середовища, позитивний соціально-психологічний клімат і саморегуляція впливатимуть на формування компонентів у структурі готовності майбутніх учителів початкових класів до формування здоров'язбережувальних навичок у молодших школярів, оцінка рівнів сформованості яких визначалася за такими критеріями: мотиваційно-ціннісний (показники: наявність позитивної мотивації на здійснення педагогічної діяльності; настанова на ціннісне ставлення до здоров'я; наявність мотивації на досягнення успіху в діяльності, спрямованої на формування у молодших школярів здоров'язбережувальних навичок); когнітивно-валеологічний (показники: наявність валеологічних знань; наявність умінь прогнозувати здоров'язбережувальну діяльність; обізнаність й орієнтацію на впровадження здоров'язбережувальних технологій у навчально-виховну діяльність); організаційно-діяльнісний (показники: наявність організаційно-комунікативних здібностей; уміння організовувати і здійснювати здоров'язбережувальну діяльність; уміння вирішувати педагогічні ситуації, наявність адекватної реакції на вчинки людей, що оточують (конфліктостійкість)); контрольно-оцінний (показники: уміння оцінювати і контролювати результати своєї діяльності; уміння здійснювати моніторинг власного здоров'я і здоров'я вихованців; уміння вдосконалювати здоров'язбережувальну діяльність (визначати припущені помилки й вносити корективи у власну діяльність); оздоровчо-поведінковий (показники: сформованість потреби в заняттях фізичною культурою і спортом; усвідомлення цінності власного здорового образу життя; наявність відчуття психологічного комфорту).

У дослідженні розроблено модель процесу підготовки майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язбережувальних навичок у молодших школярів, яка ґрунтувалася на культуротворчому, особистісно-діяльнісному, особистісно-орієнтованому, аксіологічному підходах, які є методологічними концептами дослідження, і містить мету, чинники,

педагогічні умови, етапи їх впровадження, компоненти, критерії та рівні сформованості готовності студентів, що є результатом реалізації моделі в навчально-виховному процесі вищого педагогічного закладу освіти. Зазначена модель лягла в основу проведення експериментальної роботи.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми професійно-педагогічної підготовки майбутніх учителів початкової школи. Перспективу дослідження вбачаємо у вивченні специфіки взаємодії учителів початкових класів із соціальними інститутами щодо формування навичок і вмінь здоров'язбереження у молодших школярів й урахування її у процесі професійної підготовки студентів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абдулина О. А. Общепедагогическая подготовка в системе высшего педагогического образования / О.А.Абдулина. – М.: Просвещение, 1990. – 141 с.
2. Абрамова Г.С. Деловые игры: теория и организация / Г.С.Абрамова, В.А.Степанович. – Екатеринбург: Деловая книга, 1999. – 192 с. – (Руководство практического психолога).
3. Айсмонтас Б.Б. Педагогическая психология. – [Электронный текст]. – Режим доступа: <http://www.ido.rudn.ru/psychology/pedagogicalpsychology/progr.html>
4. Аксьонова О.П. Формування фізичної культури учнів початкової школи в умовах диференційованого навчання: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.07 «Теорія і методика виховання» / О.П.Аксьонов. – Тернопіль, 2005. – 20 с.
5. Аникеева Н.П. Воспитание игрой: [книга для учителя] / Н.П.Аникеева. – М.: Просвещение, 1987. – 143 с.
6. Аникеева Н.П. Психологический климат в коллективе / Н.П.Аникеева. – М.: Просвещение, 1989. – 224 с.
7. Антология педагогической мысли России второй половины XIX – начала XX в. / сост. П. А. Лебедев. – М. : Педагогика, 1990. – 608 с.
8. Антонова О.Є. Професійна підготовка педагогічно обдарованої молоді у контексті ідей І.Огієнка – [Електронний текст]. – Режим доступу: <http://studentam.net.ua/content/view/7930/97/>
9. Артемова Н.С. Безопасность образовательного пространства: [Электронный текст]. – Режим доступа: <http://magistr.nios.ru>.
10. Бабанский Ю.К. Оптимизация процесса обучения: общедидактический аспект / Ю.К.Бабанский. – М.: Педагогика, 1977. – 254 с.
11. Бабич В.І. Підготовка майбутніх учителів фізичного виховання до формування культури здоров'я школярів: автореф. дис... на здобуття наук.

ступеня канд. пед. наук: спеціальність 13.00.04 «Теорія та методика професійної освіти» / В.І.Бабич. – Луганськ, 2006. – 20 с.

12. Байбара Н.П. Методика викладання природознавства у початкових класах / Н.П.Байбара. – К.: Освіта, 2001. – 424 с.

13. Байкалова Л.В. Подготовка учителя физической культуры к формированию здорового образа жизни школьников средствами подвижных и спортивных игр: дис...на соискание ученой степени канд. Пед. Н.: 13.00.08 / Байкалова Любовь Владимировна. – Барнаул, 2004. – 190 с.

14. Барашков С.А. Формирование готовности студентов ВУЗов к здоровьесберегающей деятельности при профессиональной подготовке: автореф. дис... на соискание ученой степени канд. пед. наук: специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования (педагогические науки)» / С.А.Барашков. – Самара, 2008. – 20 с.

15. Башавець Н.А. Методика оцінювання рівня культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації майбутніх економістів: [навчально-методичний посібник для студентів та викладачів вищих навчальних закладів] / Башавець Н.А. – Одеса: видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2009. – 160 с.

16. Безруких М.М. Школьные факторы риска и здоровье детей / М.М. Безруких // Педагогика толерантности. – 1999. – № 31 – С. 87-94.

17. Бердяев Н.А. Судьба России. Опыты по психологии войн и национальности / Н.А.Бердяев. – М.: «Мысль», 1990 – 212 с.

18. Бех І.Д. Виховання особистості: [У 2-х кн.]. – [Кн. 2: Особистісно орієнтований підхід: науково-практичні засади] / І.Д.Бех. – К.: Либідь, 2003. – 344 с.

19. Бех І.Д. Виховання особистості: [У 2-х кн.]. – [Кн. 1: Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади] / І.Д.Бех. – К.: Либідь, 2003. – 280 с.

20. Бех І.Д. Критерії моральної вихованості школярів / І.Д.Бех, С.Д.Максименко. – К.: Рад. школа, 1989. – 96 с.

21. Біда О.А. Теоретико-методичні засади підготовки майбутніх учителів до здійснення природознавчої освіти у початковій школі: автореф. дис... на здобуття наук. ступеня докт. пед. наук: спеціальність 13.00.04 «Теорія та методика професійної освіти» / О.А.Біда. – К., 2003. – 20 с.

22. Блозва І.Й. Формування у студентів коледжу професійних вмінь і навичок в процесі вивчення предмета «Сільськогосподарські машини»: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спеціальність 13.00.02 «Теорія і методика навчання (технічні науки)» / І.Й.Блозва. – К., 2001. – 20 с.

23. Бобрицька В.І. Теоретичні і методичні основи формування здорового способу життя у майбутніх учителів у процесі вивчення природничих наук: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня докт. пед. наук: спеціальність 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / В.І.Бобрицька. – К., 2006. – 40 с.

24. Богданова І.М. Концепція оновлення процесу професійно–педагогічної підготовки майбутніх учителів в умовах впровадження інноваційних технологій / І.М.Богданова. – [В кн.: Освіта у сучасному суспільстві: проблеми, теорія, практика]. – Одеса, – 1996. – С.17–20.

25. Богуш А.М. Наступність дошкільної і початкової ланок освіти / А.М.Богуш // Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету ім. В.Гнатюка. – Серія: Педагогіка. – 2006. – № 2. – С. 58-61.

26. Болтivecь С.І. Теоретико-методичні засади педагогічної психогієни: автореф. дис... на здобуття наук. ступеня д-ра психол. наук: спеціальність 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / С.І.Болтivecь. – К., 2005. – 40 с.

27. Бондаренко М.П. Організація і виховання студентського колективу / М.П.Бондаренко. – К.: Вища школа, 1979. – 69 с.

28. Бондаренко О.М. Формування валеологічної компетентності студентів педагогічних університетів у процесі професійної підготовки : автореф. дис. на здобуття наукового ступеня канд. пед. наук: спеціальність

13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / О.М.Бондаренко. – К., 2008. – 24 с.

29. Бондаренко Ю.Ю. Оволодіння навичками життєвої компетентності молодших школярів за умов дитячого будинку: [Електронний текст]. – Режим доступу: <http://ccf.kiev.ua/docs/conference032006/06.htm>.

30. Бондин В.И. Здоровьесберегающие технологии в системе высшего педагогического образования. – [Электронный текст]. – Режим доступа: <http://strom.su/177-zdorovesberegajuschie-tehnologii-v-sisteme-vysshego-pedagogicheskogo-obrazovanija.html>

31. Боришевський М. Й. Моральна саморегуляція поведінки особистості: понятійний апарат/ М.Й.Боришевський. – К, 1993. – 23 с.

32. Бочелюк В.Й. Дозвілєзнавство / В.Й.Бочелюк, В.В.Бочелюк. – [Електронний текст]. – Режим доступу: http://tourlib.net/books_ukr/bocheluk12.htm

33. Брехман И.И. Валеология – наука о здоровье / И.И.Брехман – [2-е изд., доп., перераб]. – М.: ФиС, 1990. – 208 с.

34. Вавилов Ю.П. Специфика профессии учителя начальных классов / Ю.П.Вавилов // Начальная школа. – 2002. – № 8. – С. 87-93.

35. Васенко В.В. Формування готовності студентів до трудового виховання молодших школярів: автореф. дис... на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спеціальність 13.00.01 «Теорія та історія педагогіки» / В.В.Васенко. – К., 1992. – 18 с.

36. Васьков Ю.В. Управління фізичним вихованням в загальноосвітньому навчальному закладі / Ю. В. Васьков, І. М. Пашков. – Харків: ТОРСІНГ ПЛЮС, 2006. – 192 с.

37. Вахитов Р.Р. Формирование здорового образа жизни студентов университета на основе механизмов рефлексии: автореф. дис... на соискание учен. степени канд. пед. наук: специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / Р.Р.Вахитов. – Магнитогорск, 2001. – 22 с.

38. Вахрушева Т.Ю. Теоретичні аспекти активних методів навчання. – [Електронний текст]. – Режим доступу: http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/PPMB/texts/2008-03/08vtyaml.pdf

39. Ващенко О.М. Формування умінь і навичок здорового способу життя учнів 1-4 класів шкіл-інтернатів: автореф. дис.. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спеціальність 13.00.07 «Теорія і методика виховання» / О.М.Ващенко. – К., 2007. – 20 с.

40. Великий тлумачний словник сучасної української мови (170000). – К., 2004. – 1440 с.

41. Виленский М.Я. Феномен ценности здоровья в развитии личности студента / М.Я. Виленский, О.Ю.Масалов // Педагогика здоровья. – 2009. – № 2. – С.2-7.

42. Виленский М.Я. Физическая культура как базовый компонент профессионально-личностного развития учителя / М.Я.Виленский, В.С.Макеева // Педагогическое образование и наука. – 2003. – № 3. – С. 10–15.

43. Витун Е.В. Формирование готовности к здоровому образу жизни у студентов нефизкультурных вузов на основе ценностных ориентаций: автореф. дис... на соискание учен. степени канд. пед. наук: специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / Е.В.Витун. – Магнитогорск, 2007. – 24 с.

44. Виховна робота зі студентською молоддю: [навч. посіб.] / За заг. ред.. Т.Ю.Осипової. – Одеса: Фенікс, 2006. – 288 с.

45. Вікова та педагогічна психологія: [навч. посіб.] / О.В.Скрипченко, Л.В.Долинська, З.В.Огороднійчук та ін. – К.: Просвіта, 2001. – 416 с.

46. Віндюк А.В. Основи технології самостійних занять фізичними вправами учнів молодших класів: автореф. дис.. на здобуття наук. ступеня канд.. наук з фізичного виховання і спорту: спеціальність 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / А.В.Віндюк. – Львів, 2002. – 17 с.

47. Волкова Н.П. Професійно-педагогічна комунікація: [навчальний посібник] / Н.П.Волкова. – К.: ВЦ «Академія», 2006. – 256 с. (Альма-матер).
48. Выготский Л.С. Собр.соч. в 6-ти т. / Л.С.Выготский – [Т.2]. – М.: Педагогіка, 1982. – 504 с.
49. Выдрин В.М. Деятельность специалиста физической культуры: [учебное пособие] / В.М.Выдрин. – СПб, 1997. – 74 с.
50. Высоцкий С.Е. Формирование социально-психологического климата студенческой группы как средство становления профессионально-педагогических качеств будущего учителя: автореф. Дис. На соискание ученой степени канд.пед.наук: специальность 13.00.01 «Теория и история педагогики» / С.Е.Высоцкий. – Волгоград, 1993. – 15 с.
51. Галузевий стандарт вищої освіти. Освітньо-кваліфікаційна характеристика «Бакалавр» за спеціальністю 6.010100 «Початкове навчання» напряму підготовки 0101 «Педагогічна освіта» / Наказ МОН України № 546 від 02.10.2002 р.. – К., 2002.
52. Гальперин П.Я. В какой мере понятие «черного ящика» применимо в психологии обучения / П.Я.Гальперин // Теория поэтапного формирования умственных действий и управление процессом учения. – М.: МГУ, 1967. – С. 54-78.
53. Гоноболин Ф.Н. Психология / Ф.Н.Гоноболин. – М.: Просвещение, 1995. – 240 с.
54. Гончар Т.І. Формування комунікативної культури молодших школярів в умовах дозвілля: автореф. на здобуття наук.ступеня канд. пед. наук: спеціальність 13.00.06 «Теорія, методика і організація культурно-просвітної діяльності» / Т.І.Гончар. – К., 2003. – 21 с.
55. Гончаренко С.У. Український педагогічний словник [автор-укл. Гончаренко С.У]. – К. : Либідь, 1997. – 374 с.
56. Гончарова Н.Л. Функционирование триады «знания – умения – навыки» в современной дидактике. – [Электронный тест]. – Режим доступа: <http://avkrasn.ru/article-212.html>

57. Горащук В.П. Теоретичні і методологічні засади формування культури здоров'я школярів: автореф. дис... д-ра пед. наук: спеціальність 13.00.01 «Загальна педагогіка та історія педагогіки» / В.П. Горащук. – Х., 2004. – 40 с.

58. Горбунова С.М. Валеологія: філософсько-антропологічні аспекти: автореф. дис... на здобуття наук. ступеня канд. філос. наук: спеціальність 09.00.04 «Філософська антропологія і філософія культури» / С.М.Горбунова. – Сімферополь, 2000. – 20 с.

59. Григоренко Л. Самостійна робота як фактор підвищення ефективності підготовки майбутніх педагогів до професійної діяльності / Л.Григоренко // Рідна школа.– 2005. – № 8. – С. 22-24.

60. Державна національна програма «Освіта» (Україна ХХІ століття). – К.: Райдуга, 1994. – 61 с.

61. Державна програма розвитку фізичної культури і спорту в Україні. – К., 1996. – 26 с.

62. Державний стандарт початкової загальної освіти // Лист НАПН України № 2-6/550 від 03.11.2010 р. «Щодо погодження проекту постанови Кабінету Міністрів України «Про затвердження Державного стандарту початкової загальної освіти».

63. Долинский Б.Т. Воспитание навыков здорового способа жизни у младших школьников: материалы VIII межд. научно-практ. конф., посвященной 60-летию факультета физической культуры «Проблемы физической культуры населения, проживающего в условиях неблагоприятных факторов окружающей среды» (8,9 октября, 2009 г.): [В 2 Ч.] / Б.Т.Долинский, Т.Б.Долинская, Н.Н.Зенина. – Гомель: ГГУ им. Ф.Скороны, 2009. – С. 46-49.

64. Долинский Б.Т. Формирование здорового образа жизни студенческой молодежи: материалы V научно-практ. міжн. конф. [«Адаптаційні можливості дітей і молоді»], (16-18 вересня 2004 р.) / Б.Т.Долинський. – Одеса, 2004. – С. 93–94.

65. Долинський Б. Професійне здоров'я // Директор школи. – 2010. - № 20 (596). – С. 1, 24-27.

66. Долинський Б.Т. Вплив ідей В.Сухомлинського на організацію спортивно-ігрової діяльності молодших школярів / Б.Т.Долинський // Наука і освіта. – [Спецвипуск: проект А.М.Богуш «До 90 років з Дня народження В.О.Сухомлинського»]. – Одеса, 2008. – № 6. – С. 49-54.

67. Долинський Б.Т. Діяльність учителя початкової школи зі збереження здоров'я школярів: матеріали міжн. науково-практ. конф. [International Forum “Modern Tendencies in the Pedagogical Science of Ukraine and Israel: The Way to Integration”]/ Б.Т.Долинський. – Israel: Ariel University Center of Samaria Ariel, 2010. – р. 91-93.

68. Долинський Б.Т. Екологічне виховання молодших школярів засобами ігрової діяльності: матеріали міжн. заочної науково-метод. конф. [«Еколого-біологічні питання освіти і виховання»], (жовтень 2007 р.). – Одеса, 2007. – С. 19-21.

69. Долинський Б.Т. Експериментальна модель процесу підготовки майбутніх учителів початкової школи до формування здоров'язберігаючих навичок і вмінь у молодших школярів: матеріали науково-практ. конф. [«Адаптаційні можливості дітей та молоді»], (16-18 вересня 2010 року) / Б.Т.Долинський. – С.79-84.

70. Долинський Б.Т. Ефективність форм і засобів фізичного виховання школярів молодших класів у процесі спортивно-ігрової діяльності: матеріали міжвуз. науково-практ. конф. [«Формування патріотизму, моральності, культури, здорового способу життя у студентської молоді»], (24-25 травня 2006 р.) / Б.Т.Долинський. –Одеса, «Астропринт», 2006. – С. 143–144.

71. Долинський Б.Т. Залучення майбутніх учителів до фізкультурно-оздоровчої та спортивно-ігрової діяльності як педагогічна умова їхньої професійної підготовки : матеріали I Міжн. електрон. науково-практ. конф. [«Педагогічні, психологічні і медико-біологічні проблеми диференціації

навантажень у фізичному вихованні та спорті» (30 квітня 2010 р.). – Одеса: видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2010. – С. 26-29.

72. Долинський Б.Т. Застосування рухливих ігор та естафет на заняттях з фізичного виховання молодших школярів: матеріали всеукр. науково-практ. конф. [«Якість підготовки фахівців в умовах Болонського процесу»], (20-21 листопада 2007 р.). – Одеса, 2008. – С. 20–22.

73. Долинський Б.Т. Здоров'язбержувальне освітнє середовище як чинник підготовки майбутніх учителів початкової школи до здоров'язбережувальної діяльності // «Личность в едином образовательном пространстве»: сб. научн. Ст. международного образовательного форума (Запорожье, 5-7 мая 2010 г.). – [Ч.3. Конференции «Образовательное пространство и индивидуальность: современная дидактика, задания диагностики, оценка качества образования», «Личность и здоровьесберегающее пространство»]. – Запорожье: ООО «ЛИПС» ЛТД, 2010. – С. 196–200.

74. Долинський Б.Т. Ітерація валеологічної освіти з дисциплінами фахової підготовки майбутніх учителів початкової школи: матеріали міжвуз. науково-практ. конф. Євпаторійського інституту соціальних наук РВНЗ «Кримський гуманітарний університет» (м.Ялта,) [«Формування творчих професійних умінь у процесі підготовки майбутніх вихователів дошкільних закладів та вчителів початкових класів»], (30-31 березня 2010 р.).– Євпаторія: РВВ РВНЗ КГУ, 2010. – Вип. 4.– С. 23–28.

75. Долинський Б.Т. Класифікація здоров'язберігаючих видів діяльності в початковій школі / Б.Т.Долинський // Науковий вісник Південноукраїнського національного педагогічного університету ім.. К.Д.Ушинського: зб. наук. пр. – [Спецвипуск «Сучасні тенденції в педагогічній науці України та Ізраїлю: шлях до інтеграції»]. – Одеса, 2010. – С. 94–100.

76. Долинський Б.Т. Методологія здоров'язберігаючої діяльності майбутнього вчителя початкової школи: [монографія] / Долинський Борис Тимофійович. – Одеса: Видавець М.П.Черкасов, 2010. – 266 с.

77. Долинський Б.Т. Обізнаність майбутніх учителів початкових класів із спортивно-ігровою діяльністю / Б.Т.Долинський // Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету ім. К.Д.Ушинського: зб. наук. пр. – Одеса, 2007. – № 9-10. – С. 185-193.

78. Долинський Б.Т. Підготовка майбутніх учителів до екологічного виховання молодших школярів / Б.Т.Долинський, В.В.Борщенко // Наука і освіта: науково-практичний журнал ПНДЦ АПН України. – [Спецвипуск «Сучасна вища освіта в умовах реформування: проблеми, теорія, практика»]. – 2010. – № 7/LXXXXIV. – С.94-98.

79. Долинський Б.Т. Підготовка майбутніх учителів до застосування здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі початкової школи / Б.Т.Долинський // Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету ім. К.Д.Ушинського: зб. наук. пр. – [Спецвипуск «Сучасні технології в навчанні і вихованні у вищій школі»]. – Одеса, 2009. – Ч.1. – С. 96-104.

80. Долинський Б.Т. Підготовка студентів до формування здорового способу життя у молодших школярів засобами спортивно-ігрової діяльності / Б.Т.Долинський // Проблеми освіти: наук.-метод. зб. / Кол. авт. – К.: Інститут інноваційних технологій і змісту освіти, 2006. – Вип. 49. – С. 136–141.

81. Долинський Б.Т. Проблема підготовки майбутніх учителів початкової школи до валеологічного виховання молодших школярів / Б.Т.Долинський // Педагогічні науки: зб. наук. пр. – Херсон: Вид-во ХДУ, 2009. – Вип. LII. – С. 274–278.

82. Долинський Б.Т. Проблеми професійного здоров'я учителів: матеріали п'ятої міжн. науково-практ. конф. [«Наукові дослідження – теорія і експеримент» (18–20 травня 2009 р.)] / Б.Т.Долинський. – Полтава: Вид-во «Інтер Графіка», 2009. – [Т.9]. – С. 59–64.

83. Долинський Б.Т. Програма з “Валеології” для студентів всіх спеціальностей педагогічних вищих навчальних закладів / Б.Т.Долинський, С.В.Тюхай. – Одеса, 2001. – 5 с.

84. Долинський Б.Т. Професійна готовність майбутніх вчителів як педагогічна проблема / Б.Т.Долинський // Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету ім. К.Д.Ушинського: зб. наук. пр. – Одеса, 2006. – № 1-2. – С. 50-58.

85. Долинський Б.Т. Роль фізичної культури у професійній діяльності майбутніх учителів початкової школи / Б.Т.Долинський // Наука і освіта: науково-практ. журнал ПНДЦ АПН України. – [Спецвипуск «Якість вищої освіти та проблеми підготовки фахівців у вищій школі»]. – 2009. – № 7. – С. 62–65.

86. Долинський Б.Т. Спортивно-ігрова діяльність як адекватний засіб і форма фізичного виховання молодших школярів: IV Всеукр. науково-практ. питання студентів і молодих науковців, присвячені педагогічній спадщині К.Д. Ушинського (16-17 травня 2006 р.) / Б.Т.Долинський, Н.С.Амігарова. – Одеса, 2006. – С. 218-220.

87. Долинський Б.Т. Спортивно-ігрова діяльність як засіб підготовки учителів молодших класів до фізкультурно-освітньої роботи: матеріали VI міжн. науково-практ. конф. [«Адаптаційні можливості дітей та молоді»], (14-16 вересня 2006 року) / Б.Т.Долинський. – Одеса, 2006. – С. 92-94.

88. Долинський Б.Т. Спортивно-ігрова діяльність як засіб професійної підготовки майбутніх учителів початкових класів: матеріали Всеукр. наук.-практ конф. [«Управління якістю підготовки фахівців у вищій школі: історія, досвід, перспективи»], (14-15 листопада 2006 р.) / Б.Т.Долинський. – Одеса, 2006. – С. 22–25.

89. Долинський Б.Т. Сутність і структура поняття «здоров'я» та його роль у професійній діяльності вчителя початкових класів / Б.Т.Долинський // Освіта на Луганщині: науково-методичний журнал. – Луганськ, 2009. – № 2 (31) – С. 193-198.

90. Долинський Б.Т. Сутність і характеристика педагогічної діяльності / Б.Т.Долинський // Наука і освіта: науково-практичний журнал ПНДЦ АПН України. – 2005. – №. 7-8. – С. 154-158.

91. Долинський Б.Т. Теорія «гри» в педагогічній науці / Б.Т.Долинський // Гуманізація навчально-виховного процесу: науково-метод. зб. – Вип. XXXIV / За заг. ред. проф. Б.І.Сенченка. – Слов'янськ: Вид. центр СДПУ, 2007. – С. 54-64.

92. Долинський Б.Т. Фізичний розвиток дітей молодшого шкільного віку: матеріали VII (IX) міжн. науково-практ. конф. [«Адаптаційні можливості дітей та молоді»], (17-19 вересня 2008 р.) / Б.Т.Долинський, О.В.Ямницький. – Одеса: ПДПУ ім. К.Д.Ушинського, 2008. – С.121-123.

93. Долинський Б.Т. Фізкультурно-оздоровча робота: організація, зміст і методика / Б.Т.Долинський // Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету імені К.Д.Ушинського: зб. наук. пр. – Одеса, 2003. – № 3-4. – С.19-24.

94. Долинський Б.Т. Формування здорового способу життя молодших школярів: матеріали VII (IX) міжн. науково-практ. конф. [«Адаптаційні можливості дітей та молоді»], (17-19 вересня 2008 р.) / Б.Т.Долинський, Н.М.Зеніна. – Одеса: ПДПУ ім. К.Д.Ушинського, 2008. – С.118-121.

95. Долинський Б.Т. Формування фізичної культури майбутніх учителів початкових класів: матеріали четвертої міжн. науково-практ. конф. [«Розвиток наукових досліджень 2008»], (24-26 листопада. 2008) / А.М.Богущ, Б.Т.Долинський.. – Полтава: Вид-во «Інтер Графіка», 2008. – Т.9. – С. 39-64.

96. Долинський Б.Т. Сутність і характеристика ігрової діяльності / Б.Т.Долинський // Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету ім. К.Д.Ушинського: зб.наук.пр. – Одеса: ПДПУ ім. К.Д. Ушинського, 2007 р. - №1-2. – С. 181-191.

97. Долинський Б.Т. Сутність поняття «здоровий образ життя» у педагогіці вищої школи / Б.Т.Долинський // Вісник Черкаського

університету. – [Серія «Педагогічні науки»].– Черкаси: Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького, 2009. – Вип. 142. – С. 26-31.

98. Дубогай О. Зміст та результативність шкільної інноваційної діяльності в системі здоров'язберігаючих технологій / О.Дубогай, М.Євтушок // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. пр. Волинського національного університету імені Лесі Українки: у 3 т. / уклад. А. В. Цьось, С. П. Козібрицький. – Т. 1. – Луцьк : РВВ «Вежа», 2008. – С. 36-40.

99. Дурай-Новакова К.М. Формирование профессиональной готовности студентов к педагогической деятельности: автореф. дис... на соискание учен. степени д-ра. пед. наук: специальность 13.00.01 «Теория и история педагогики» / К.М.Дурай-Новакова. – М., 1983. – 36 с.

100. Дьяченко М.И. Краткий психологический словарь: Личность, образование, самообразование, профессия / М.И.Дьяченко, Л.А.Кандыбович. – Мн.: «Хэлтон», 1998. – 399 с.

101. Елькова Л.С. Моделирование психолого-педагогических условий формирования здоровьесберегающего пространства ВУЗа: материалы научно-практических конгрессов IV Всероссийского форума «Здоровье нации – основа процветания России». – [Том 2: «Здоровье нации и образование»]. – М., 2008. – С. 48-50.

102. Євтух М.Б. Сучасні тенденції професійної підготовки вчителя / М.Б.Євтух // Психолого-педагогічні основи гуманізації навчально-виховного процесу в школі та вузі: зб. наук. пр. – Рівне: «Волинські обереги», 2002. – Вип. 3. – С. 170-175.

103. Жаровцева Т.Г. Підготовка фахівців дошкільної освіти до роботи з неблагополучними сім'ями: основні категорії дослідження / Т.Г.Жаровцева / Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету імені К.Д.Ушинського: зб. наук. пр. – 2005. – № 11-12. – С. 133–141.

104. Жаровцева Т.Г. Теоретико-методичні засади підготовки майбутніх фахівців дошкільної освіти до роботи з неблагополучними сім'ями: автореф. дис... на здобуття наук. ступеня доктора пед. наук: спец. 13.00.04 «Теорія та методика професійної освіти» / Т.Г.Жаровцева. – Одеса, 2007. – 44 с.

105. Зайцев Г.К. Школьная валеология: Педагогические основы обеспечения здоровья учащихся и учителей / Зайцев Г.К. – [3-е изд.]. – М.: Детство – Пресс, 2001. – 160 с.

106. Закон України «Про освіту» // Освіта. – 1991. – 25 червня. – С. 1–3.

107. Закон України «Про вищу освіту» // Освіта. – 2002. – 20-27 лютого. – С. 5-12.

108. Закон України «Про загальну середню освіту» // Відомості Верховної Ради (ВВР), 1999. – N 28. – ст. 230.

109. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». – К., 1993. – 22 с.

110. Законодавчі акти України з питань освіти / Верховна Рада України. Комітет з питань науки і освіти: Офіц.вид. – К.: Парламентське вид-во, 2004. – 404 с.

111. Здоровьезберегающие разминки на уроке / И.А.Груздевич, М.Г.Дидыч, Л.А.Краевская и др. / Под ред. В.А.Лыковой. Вступительные статьи – Лыкова В.А. – К.: Изд-во «Дельта», 2007. – 62 с.

112. Зимняя И.А. Педагогическая психология / И.А.Зимняя – М.: Логос, 2000. – 384 с.

113. Зинченко В.П. Методологические проблемы психологического анализа деятельности / В.П.Зинченко, В.П.Гордан // Системные исследования.– М., 1976. – С. 82-127.

114. Зюкова Е.Н. Акмеологический поход к организации здоровьесберегающего пространства. – [Електронний текст]. – Режим доступа: <http://eprints.zu.ua/2142/1/3.pdf>

115. Зязюн І.А. Психолого-педагогічні проблеми професійної освіти / І.А.Зязюн – К., 1994. – 384 с.

116. Иванников В.А. Психологические механизмы волевой регуляции / В.А.Иванников. – М.: Изд-во МГУ, 1991. – 140 с.
117. Иконников А. Искусство, среда, время / А.Иконников. – М.: Сов. худ., 1985 – 335с.
118. Ильин Е.П. Умения и навыки: нерешенные вопросы. – [Электронный текст]. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/2001N5/p45-49.htm>
119. Ирхин В.Н. Здоровьеориентированная система подготовки кадров в ВУЗе: материалы научно-практических конгрессов IV Всероссийского форума «Здоровье нации – основа процветания России». – [Том 2: «Здоровье нации и образование»]. – М., 2008. – С. 64-66.
120. Ігнатенко С.О. Підготовка майбутніх учителів фізичного виховання до формування моральних якостей молодших школярів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спеціальність 13.00.04 «Теорія та методика професійної освіти» / С.О.Ігнатенко. – Одеса, 2007. – 21 с.
121. Ілійчук В. І. Саморегуляція підлітків у подоланні конфліктної поведінки / В.І.Ілійчук. – К.: ЛИБІДЬ, 1996. – 22 с.
122. Кадченко Л.П. Про основні тенденції розвитку технологій підготовки майбутніх фахівців / Л.П.Кадченко // Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету імені К.Д.Ушинського: зб. наук. пр. – 2002. – № 10. – С. 142-144.
123. Казанжи І.В. Підготовка майбутніх учителів початкових класів до позаурочної виховної роботи: автореф. дис... на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спеціальність 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / І.В.Казанжи. – Одеса, 2002. – 20 с.
124. Карпова Э.Э. Гуманизация профессиональной деятельности педагога в контексте изменения культурных стереотипов / Э.Э.Карпова // Психолого-педагогічні основи гуманізації навчально-виховного процесу в школі та вузі: зб. наук. пр. – Рівне «Волинські обереги», 2002. – Вип. 3. – С. 56-58.

125. Кацова Л.І. Формування професійного інтересу у майбутніх учителів у процесі педагогічної практики: автореф. дис... на здобуття наук. ступеня доктора пед. наук: спеціальність 13.00.04 «Теорія та методика професійної освіти» / Л.І.Кацова. – Харків, 2005. – 19 с.

126. Кибенко Е.И. Педагогическое моделирование физкультурно-спортивной деятельности студентов педагогического вуза: автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук: спец.: 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» (педагогические науки) и 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» (педагогические науки) / Е.И.Кибенко. – Ростов-на-Дону, 2008. – 17 с.

127. Кичук Н.В. Формирование творческой личности учителя в процессе вузовской профессиональной подготовки: дис... д-ра пед. н.: 13.00.01 / Кичук Надежда Васильевна. – К., 1993. – 386 с.

128. Клепинина З.А. Уроки природоведения во 2 классе / З.А.Клепинина. – М.: Просвещение, 1975. – 96 с.

129. Книш Т. Дослідження проблеми удосконалення професійної валеологічної підготовки педагогів-вихователів у вищих закладах освіти / Т.Книш // Психолого-педагогічні основи гуманізації навчально-виховного процесу в школі та вузі: зб. наук. пр. – Вип. 3. – Рівне: «Волинські береги», 2002. – С. 59-60.

130. Кобяков Ю.П. Проектирование и реализация здоровьеразвивающей технологии физического воспитания студентов вузов: автореф. дис. на соискание ученой степени докт. пед. наук: специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования». – М., 2006. – 38 с.

131. Коваленко Ю.О. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання дітей дошкільного віку у вищих навчальних закладах: автореф. дис... на здобуття наук. ступеня канд.. пед. наук: спеціальність

13.00.04 «Теорія та методика професійної освіти» / Ю.О.Коваленко. – Запоріжжя, 2008. – 21 с.

132. Коджаспирова Г.М. Словарь по педагогике / Г.М.Коджаспирова, А.Ю.Коджаспиров. – М.: ИКЦ «МарТ»; Ростов н/Д: Издательский центр «МарТ», 2005. – 448 с.

133. Козленко М.П. Фізичне виховання учнів молодших класів / М.П.Козленко – К.: Радянська школа, 1977. – 144 с.

134. Козьменко О.І. Роль екологічного виховання у формуванні почуття національної ідентичності у школярів. – [Електронний текст]. – Режим доступу: http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/domtp/2008_2/kozmenko.pdf

135. Колмакова Н.А. Формирование готовности студентов педвуза к развитию логического мышления младших школьников (на примере математических дисциплин): автореф. дисс... на соискание научной степени канд. пед. наук: специальность: специальность 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / Н.А.Колмакова. – Шадринск, 2000. – 20 с.

136. Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи (Бібліотека з освітньої політики): [колективна монографія] / Н.М.Бібік, Л.С.Ващенко та ін. / Під заг. ред. О.В.Овчарук. – К., 2004. – 111 с.

137. Кондрашова Л.В. Методика подготовки будущего учителя к педагогическому взаимодействию с учениками / Л.В.Кондрашова. – М.: Прометей, 1990. – 150 с.

138. Конституція України (Основний закон). – К., 1999. – 58 с.

139. Концепція загальної середньої освіти (12-річна школа) // Постанова колегії Міністерства освіти і науки України від 22.11.2001 р. за № 12/5-2.

140. Концепція національної системи фізичного виховання дітей, учнівської і студентської молоді України / Р.Т.Раєвський, В.Г.Ареф'єв,

М.Д.Зубалій, В.І.Кубасова, В.В.Столітенко // Початкова школа. – 1994. – № 8. – С.50–54.

141. Концепція педагогічної освіти. – К., 1998. – 20 с.

142. Кравцова Л.А. Формирование готовности студентов педагогического ВУЗа к воспитательной работе: автореф. дис... на соискание учен. степени канд. пед. наук: специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / Л.А.Кравцова. – Махачкала, 2008. – 20 с.

143. Крисаченко В.С. Екологічна культура: теорія і практика: [навч. посібник] / В.С.Крисаченко. – К.: Заповіт, 1996. – 352 с.

144. Кругляк О.Я. Від гри до здоров'я нації. Рухливі та українські народні ігри, естафети на уроках фізичної культури: [методичний посібник] / О.Я.Кругляк, Н.П.Кругляк. – Тернопіль: Підручники і посібники, 2000. – 80 с.

145. Крутецкий В.А. Основы педагогической психологии / В.А.Крутецкий. – М.: Просвещение, 1972. – 255 с.

146. Куделина О.В. Формирование культуры здоровья студентов в образовательном процессе среднего профессионального учебного заведения: автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук: специальность 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования»; 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / О.В.Куделина. – Смоленск, 2008. – 20 с.

147. Кудикіна Н.В. Ігрова діяльність молодших школярів у позаурочному навчально-виховному процесі: [монографія] / Н.В.Кудикіна. – К.: КМПУ ім. Б.Д.Грінченка, 2003. – 272 с.

148. Кузнєцова О.А. Потреба у професійно-орієнтованій рефлексії як умова формування самовизначення майбутнього вчителя / О.А.Кузнєцова // Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету ім. К.Д.Ушинського: зб. наук. пр. – 2004. – № 5-6. – С. 67-74.

149. Курлянд З.Н. Професійна усталеність вчителя – основа його педагогічної майстерності / З.Н.Курлянд. – Одеса, 1995. – 160 с.
150. Лебедик І.В. Підготовка майбутніх учителів іноземних мов до професійної самореалізації у процесі вивчення фахових дисциплін автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спеціальність 13.00.04 «Теорія та методика професійної освіти» / І.В.Лебедик. – Кіровоград, 2007. – 18 с.
151. Лелека В. Теоретичне обґрунтування проблеми здорового способу життя викладачів кафедри військової підготовки / В.Лелека // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. пр. Волинського національного університету імені Лесі Українки: у 3 т. / Уклад. А.В.Цьось, С.П.Козібрицький. – Т.1. – Луцьк: РВВ «Вежа», 2008. – С. 73-76.
152. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н.Леонтьев – М.: Политиздат, 1977. – 230 с.
153. Лисенко-Гелемб'юк К.М. Саморегуляція як чинник соціалізації особистості: історія і сучасний погляд на проблему. – [Електронний текст]. – Режим доступу: <http://vuzlib.com/content/view/675/94/>
154. Лисицын Ю.П. Здоровье человека – социальная ценность / Ю.П.Лисицын, А.В.Сахно. – М.: Мысль, 1989. – С.7 – 78.
155. Литвиненко С.А. Теоретико-методичні засади підготовки майбутніх учителів початкових класів до соціально-педагогічної діяльності: автореф. дис... на здобуття наук. ступеня доктора пед. наук: спеціальність 13.00.04 «Теорія та методика професійної освіти» / С.А.Литвиненко. – К., 2005. – 40 с.
156. Лубышева Л.И. Концепция формирования физической культуры человека / Л.И.Лубышева. М.: ГЦОЛИФК, 1992. – 119 с.
157. Лыкова В.Я. Педагогические основы преемственности воспитательной работы детского сада и школы: автореф. на соискание ученой степени докт. пед. наук.: специальность 13.00.07 «Теория и методика воспитания» / В.Я.Лыкова. – Одесса, 1995. – 53 с.

158. Магин В.А. Формирование культуры здоровья личности учителя в процессе профессиональной подготовки: автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук: специальность 13.00.01 «Общая педагогика» / В.А. Магин. – Ставрополь, 1999. – 25 с.

159. Маджуга А.Г. Теория и практика формирования и развития валеоконативных стратегий личности в контексте здоровьесотворяющего образования в современной школе / А.Г.Маджуга. – Шымкент: Изд-во ЮКГУ им. М.О. Ауезова, 2005. – 386 с.

160. Маклаков А.Г. Общая психология / А.Г.Маклаков. – СПб, 2002. – 582 с.

161. Максимчук Б.А. Підготовка майбутніх учителів початкових класів до організації спортивно-масової роботи: автореф. дис... на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спеціальність 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / Б.А.Максимчук. – Вінниця, 2007. – 21 с.

162. Малярчук Н.Н. Теоретические аспекты проблемы смысла жизни человека / Н.Н.Малярчук. – [Электронный текст]. – Режим доступа: <http://lifekeys.jino-net.ru/Smysl/styd.htm>.

163. Маслоу А. Мотивация и личность / А.Маслоу. – СПб: Евразия, 2001 – 478 с.

164. Мацкевич Н.М. Формування готовності майбутніх учителів початкової школи до роботи з фізичного виховання: дис.... на здобуття здобуття наукового ступеня канд.. з фізичного виховання та спорту: 24.00.02 _ Мацкевич Неля Матвіївна. – Луцьк, 2001. – 248 с.

165. Мельниченко Г.В. Педагогічні засади модульної технології навчання у формуванні професійної компетенції майбутніх учителів англійської мови і літератури: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спеціальність 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» Г.В.Мельниченко. – Одеса, 2004. – 20 с.

166. Мельничук І. М. Загальна методична характеристика тренінгів: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції – [«Освітні

інновації: філософія, педагогіка, психологія]], (16 – 17 квітня 2008 року) / І. М. Мельничук – Суми : ВТД «Університетська книга», 2008. – С. 242 – 249.

167. Методика навчання основ здоров'я, валеології та безпеки життєдіяльності: [навчальна програма]. – К.: Освіта України, 2006. – 12 с.

168. Методические рекомендации к изучению спецкурса «Культура здоров'я» для студ. всех спец. / Сост. Г.Л. Кривошеева. – Донецк: Донетчина, 1999. – 49 с.

169. Миллер Н.Д. Здоровьесберегающее обучение детей санаторных классов общеобразовательной школы: автореф. дис... на соискание учен. степени канд. пед. наук: специальность 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / Н.Д.Миллер – Новокузнецк, 2006. – 18 с.

170. Митина Л.М. Профессиональное развитие и здоровье педагога: проблема и пути решения / Л.М.Митина // Вестник образования России. – 2005. – № 7. – С. 48-58.

171. Митина Л.М. Эмоциональная гибкость учителя: психологическое содержание, диагностика, коррекция / Л.М.Митина, Е.С.Асмаковец. – М.: Московский психолого-социальный институт: Флинта, 2001. – 192 с.

172. Митичева Т.И. Социально-педагогическая деятельность студентов как средство повышения качества профессиональной подготовки социальных педагогов в вузе: автореф. дис... на соискание учен. степени канд. пед. наук: специальність 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / Т.И.Митичева. – Киров, 2008. – 22 с.

173. Можарський Ю.А. Структура здорового способу життя студентів : матеріали IV всеукр. наук. студент. конф. [«Сучасні проблеми фізичного виховання та спорту школярів і студентів України»] / Ю.Можарський, І.Чорнобай. – Суми: Сум. ДПУ ім. А.С.Макаренка, 2004. – С. 186-190.

174. Молочко М.В. Формування соціально-психологічного клімату в педагогічному колективі дошкільного закладу: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спеціальність 13.00.07 «Теорія і методика виховання» / М.В.Молочко. – К., 2004. – 20 с.

175. Моляко В.А. Психология конструкторской деятельности / В.А.Моляко. – М.: Машиностр., 1979. – 134 с.
176. Мужичок В. Формування знань у галузі фізичної культури як основного компонента загальнолюдської культури студентів ВНЗ / В.Мужичок // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. пр. Волинського національного університету імені Лесі Українки: у 3 т. / уклад. А. В. Цьось, С. П. Козібрицький. – Т. 1. – Луцьк: РВВ «Вежа», 2008. – С. 89-92.
177. Наталов Г.Г. Предметная интеграция теоретических основ физической культуры, спорта и физического воспитания: дисс.. в виде научного доклада... д-ра пед. наук / Наталов Григорий Григорьевич. – Краснодар, 1998. – 105 с.
178. Національна Доктрина розвитку освіти України у ХХІ столітті. – К.: Шкільний світ, 2001. – 24с.
179. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту //Урядовий кур'єр. – 2004. – 6 жовтня.
180. Немов Р.С. Психология: Словарь-справочник: В 2 ч. / Р.С.Немов. – Ч. 2. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. – 352 с.
181. Немов Р.С. Психология: Словарь-справочник: В 2 ч. / Р.С.Немов. – Ч. 1. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. – 304 с.
182. Нестеренко В.В. Підготовка майбутніх педагогів до виховання у дошкільників навичок здорового способу життя: дис... канд..пед.наук: 13.00.04 / Несторенко Вікторія Володимирівна. – Одеса, 2003. – 229 с.
183. Носко М.О. Вплив занять з фізичної культури на стан здоров'я та фізичну підготовленість студентської молоді / Носко М.О., Кривенко А.П. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук. пр. під ред. Єрмакова С.С. – Харків: ХХП, 2000. – №22. – С. 14-18.

184. Носко М. О. Теоретичні та методичні основи формування рухової функції у молоді під час занять фізичною культурою та спортом: дисертація д-ра пед. наук: 13.00.09 / Носко Микола Олексійович. – К., 2003. – 450 с.

185. Овчинникова Л.Н. Формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни у будущего педагога: автореф. дис. на соискание науч. степени канд. пед. наук: специальность 13.00.01 «Общая педагогика» / Л.Н. Овчинникова. - Екатеринбург, 2003. – 21 с.

186. Оглоблин К.А. Опережающая стратегия подготовки педагогов физической культуры на основе непрерывного здоровьесформирующего образования: автореф. дис... на соискание учен. степени доктора. пед. наук: специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования (педагогические науки)» / К.А.Оглоблин. – Санкт-Петербург, 2008. – 43 с.

187. Одинцова В.П. Формирование здоровьесберегающего образовательного пространства в педагогическом колледже / Одинцова В.П., Сигачева Н.И., Талдыкин Ю.А., Леонтьева М.Ф. http://e-project.redu.ru/kultura_mira/laur03/2st/form_zdor_sber.htm

188. Ожегов С.И. Словарь русского языка: Ок. 57000 слов / Под ред. докт. филол. наук, проф. Н.Ю.Шведовой. – 13-е изд., испр. – М.: Русский язык, 1981. – 816 с.

189. Омельченко С.О. Взаємодія соціальних інститутів суспільства у формуванні здорового способу життя дітей та підлітків: [монографія] / С.О.Омельченко. – Луганськ: «Альма-матер, 2007. – 352 с.

190. Організація дозвілля молодших школярів: на допомогу вчителям початкових класів / Г.Л.Дмищук, І.І.Мороз, Г.І.Ситник. – Рівне, 1995. – 83 с.

191. Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений: методическое пособие / Под ред. М.М.Безруких. – М., 2005. - 584 с.

192. Оринчук В.А. Педагогические условия формирования качества жизни студентов: автореф. дис. на соискание научной степени канд. пед. н.:

спеціальність 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / В.А.Оринчук. – Нижний Новгород, 2009. – 20 с.

193. Орленко С. Феномен професійного вигорання учителів / С.Орленко. – [Електронний текст] – Режим доступу: http://zdd.1september.ru/view_article.php?pd=200801710

194. Основи законодавства України про охорону здоров'я // Постанова Верховної ради України N 200/94-ВР від 13 жовтня 1994 р. – № 45. – ст. 404.

195. Основи здоров'я і фізична культура. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів: 1-11 кл./ Підг. Зубалій М.Д.- К: Початкова школа, 2001.– 112 с.

196. Панова Н.П. Подготовка будущих учителей к валеологической деятельности в школе: автореф. дис. на соискание учен. степени канд. пед. наук: специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / Н.П. Панова. – Хабаровск, 2002. – 24 с.

197. Парыгин Б.Д. Социально-психологический климат в коллективе / Б.Д.Парыгин / Под ред. В.А. Ядова. – Л.: Наука, 1981. – 191 с.

198. Пащенко М.І. Активні методи навчання у підготовці майбутніх учителів. [Електронний текст]. – Режим доступу: <http://eprints.zu.ua/2142/1/3.pdf>

199. Педагогика и психология высшей школы / Под ред. С.И. Самыгина. – Ростов-н/Д.: Феникс, 1998. – 526 с.

200. Петрова З. А. Свободное время и нравственное развитие личности / З.А.Петрова. – М.: Знание, 1975. – 63 с.

201. Підласий І. П. Практична педагогіка або три технології. Інтерактивний підручник для педагогів ринкової системи освіти / І. П. Підласий. – К.: Видавничий Дім «Слово», 2004. – 616 с.

202. Плаксина О.А. Формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни у студентов педагогических специальностей университета: автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук:

спеціальність 13.00.01 «Общая педагогика. История педагогики и образования» / О.А.Плаксина. – Рязань, 2008. – 24 с.

203. Подласый И.П. Педагогика: Новый курс: [учеб. для студ. высш. учеб. заведений] / И.П.Подласый. – М. ВЛАДОС, 2003. – 576 с.

204. Поташник М.М. Педагогические ситуации / М.М.Поташник – М.: Педагогика, 1983. – 144 с.

205. Приступа Е.Н. Социально-педагогическая профилактика девиаций социального здоровья школьника: автореф. дис. на соискание ученой степени доктора пед. наук: специальность 13.00.02 – теория и методика обучения и воспитания (социальное воспитание в разных образовательных областях и на всех уровнях системы образования) / Е.Н.Приступа. – М., 2008. – 43 с.

206. Про Концепцію розвитку охорони здоров'я населення України: Указ президента України від 07.12.00 №1313/2000 // Інформаційний вісник: вища школа. –2002. – №7. – С. 50-51.

207. Про невідкладні заходи щодо запобігання поширенню ВІЛ-інфекції/СНІДу: Указ президента України від 01.11.2000 3118/2000 // Інформаційний вісник: вища школа. – 2002. – №7. – С. 38-39.

208. Про цільову комплексну програму «Фізичне виховання – здоров'я нації». Рішення колегії Міністерства освіти України // Фізичне виховання в школі. – 1999. – № 7. – С. 3–14.

209. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів. 1-11 класи. Основи здоров'я і фізична культура. – К.: Початкова школа, 2001. – 112 с.

210. Програма шкільного інтегративного курсу «Валеологія» // Шкільний курс «Валеологія». Збірник матеріалів. – К.: Освіта, 1994. – С. 36-72.

211. Професійна освіта – Словник [авт.-укл. С.Гончаренко та ін.; За заг.ред. Н.Г.Ничкало]. – К.: Вища школа, 2000. – 380 с.

212. Психология здоровья: [учебник для вузов] / Под ред. Г.С.Никифорова. – СПб: Питер, 2003. – 607 с.

213. Психология. Словарь / Под ред. А.В.Петровского, М.Г.Ярошевского. – М.: Политиздат, 1990. – 210 с.

214. Пустовіт Н.А. Співпраця школи, науки і громадськості у сфері екологічного виховання. – [Електронний текст]. – режим доступу: <http://eprints.zu.edu.ua/1026/1/53.pdf>

215. Радаева С.В. Физическое воспитание студентов нефизкультурного вуза на основе спортивно-ориентированных технологий: автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук: специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / С.В.Радаева. – Красноярск, 2008. – 24 с.

216. Реализация здоровьесберегающих образовательных технологий в учебном процессе. – [Электронный текст] – режим доступа: <http://www/orenipk.ru/kp/distant/ped/zdzb.htm>

217. Родионов В. Программы здоровья в России и за рубежом. – [Электронный текст]. – Режим доступа: rodionov@premier.edu.ru.

218. Романенко В.В. Рухова активність і фізичний стан студенток вищих навчальних закладів / В.В.Романенко, О.С.Куц. – Вінниця: ВДПУ, 2003. – 132 с.

219. Романов Е.А. Оптимизация физического воспитания младших школьников крайнего северо-востока России на основе использования средств спортивно-игровой направленности: автореф. дис... на соискание учен. степени канд. пед. наук: специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / Е.А.Романов. – Хабаровск, 2007. – 23 с.

220. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. В 2-х т. / С.Л. Рубінштейн – Т.1. – М.: «Педагогика», 1989. – 488 с.

221. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии: В 2-х т. / С.Л.Рубінштейн – Т.2. – М.: «Педагогика», 1989. – 323 с.

222. Савченко О. Здоров'я дітей – пріоритет реформування шкільної освіти / О. Я. Савченко // Шкільний світ. – 2000. – № 22. – С. 3.
223. Савченко О. Здоров'язберігаючий вимір шкільної освіти / О. Савченко // Педагогічна газета. – 2006. – № 8. – С.1–2.
224. Савченко О. Удосконалення професійної підготовки майбутніх учителів початкових класів / О.Савченко // Початкова школа. – 2001. – № 7. – С. 1–4.
225. Сентизова М.И. Педагогическое обеспечение подготовки будущих учителей к здоровьесберегающей деятельности: автореф. дис... на соискание ученой степени канд. пед. н.: специальность 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / М.И.Сентизова. – Якутск, 2008. – 20 с.
226. Сергеев И.С. Основы педагогической деятельности: [учебное пособие] / И.С.Сергеев. – СПб.: Питер, 2004. – 316 с.
227. Сериков Г.Н. Здоровьезбережение в гуманном образовании: [монография] / Г.Н. Сериков, С.Г. Сериков. – Екатеринбург-Челябинск, 1999. – 242 с.
228. Сеченов И. М. Избранные произведения / И. М. Сеченов. – Т. 1. – М., 1952.
229. Сидорчик С.В. Развитие профессионала в условиях негативных изменений здоровьесберегающей среды: автореф. дис...на соискание ученой степени канд. пед. н.: специальность 19.00.13 «Психология развития, акмеология (психологические науки)» / С.В.Сидорчик. – М., 2008. – 20 с.
230. Система організації фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи дошкільних, загальноосвітніх, професійно-технічних та позашкільних навчальних закладів // Наказ МОН України від 21.07.2003 за № 486.
231. Сластенин В.А. Педагогика: [учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений] / В.В. Исаев, Е.Н. Шиянов; Сластенин В.А. – М.: Академия, 2002. – 576 с.

232. Сластенин В.А. Формирование личности учителя советской школы в процессе профессиональной подготовки / В.А.Сластенин. – М.: Просвещение, 1976. – 160 с.

233. Слепцова И.Ф. Формирование готовности будущих воспитателей к взаимодействию с детьми дошкольного возраста в процессе профессиональной подготовки: автореф. дис... на соискание учен. степени канд. пед. наук: специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / И.Ф.Слепцова. – М., 2007. – 21 с.

234. Смолкин А.М. Методы активного обучения / А.М.Смолкин. – М.: Высшая школа, 1991. – 176 с.

235. Современный словарь по педагогике / [сост. Е.С.Рапацевич]. – Мн.: «Современное слово», 2001. – 928 с.

236. Соколенко О.І. Формування ціннісного ставлення студентів вищих педагогічних навчальних закладів до свого здоров'я: автореф. дис... на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спеціальність 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / О.І.Соколенко. – Луганськ, 2008. – 20 с.

237. Сокорев В.В. Педагогические условия формирования культуры здоровья будущего учителя в процессе общепрофессиональной подготовки: дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук / 13.00.08 / Сокорев Василий Викторович. – Белгород, 2004. – 202 с.

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

239. Солопчук Д.М. Формування здорового способу життя молодших підлітків у позаурочній фізкультурно-спортивній роботі: автореф. дис.. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спеціальність 13.00.07 «Теорія і методика виховання» / Д.М.Солопчук. – К., 2007. – 20 с.

240. Сомов Д.С. Теория и методология реализации здоровьесбережения в условиях современного ВУЗа: автореф. дис. на соискание ученой степени

доктора пед. наук: специальность 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования». – Ставрополь, 2007. – 42 с.

241. Соціально-просвітницькі тренінги з формування мотивації до здорового способу життя та профілактики ВІЛ/СНІДу: [навчально-методичний посібник 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, А.О.Міненко, О.В.Савонова, В.О.Гаврилюк. – [2- вид., переробл. і допов.]. – К.: Освіта України, 2006. – 260 с.

242. Соціологія: короткий енциклопедичний словник / Укл. В.І.Волович, В.С.Тарасенко, М.В.Захарченко та ін. / Під заг. ред. В.І.Воловича. – К.: Укр. Центр духовної культури, 1998. – 736 с.

243. Становлення особистості професіонала: перспективи й розвиток: [тези]: II Всеукраїнська науково-практична конференція (Одеса, 20 лютого 2009 р.). – Одеса: Одеський державний університет внутрішніх справ, 2009. – 292 с.

244. Степанюк А. Формування у школярів емоційно-ціннісного ставлення до живої природи / А.Степанюк // Шлях освіти. – 1999. – № 4. – С. 12–14.

245. Степкина Е.В. Функции валеологического самосознания в структуре личности будущего учителя. – [Электронный текст] – Режим доступа: <http://borytko.nm.ru/paperes/subject3/stepkina.htm>.

246. Суворова Н. Интерактивное обучение: новые подходы / Н. Суворова // Учитель. – 2000. – № 1. – С. 25.

247. Сухомлинский В.А. Сердце отдаю детям. Рождение гражданина. Письма к сыну / В.А.Сухомлинский – К.: Радянська школа, 1985. – 557 с.

248. Тимченко О.А. Игровое пространство дошкольного учреждения как здоровьесберегающая среда: автореф. дис... на соискание учен. степени канд. пед. наук: специальность 13.00.07 «Теория и методика дошкольного образования» / О.А.Тимченко. – Ростов-на-Дону, 2007. – 24 с.

249. Троцко Г.В. Теоретичні та методичні основи підготовки студентів до виховної діяльності у вищих педагогічних навчальних закладах: автореф. дис... на здобуття наук. ступеня докт. пед. наук : спеціальність 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / Г.В.Троцко. – К., 1997. – 54 с.
250. Усачова Г. Культурно-дозвілєва діяльність як фактор розвитку основ гуманістичного світогляду молодших школярів / Г. Усачова // Рідна школа. – 2005. – № 7. – С. 55–58.
251. Ушинский К.Д. Собр. соч.: В 6-ти т. – М.–Л.: Наука, 1956. – Т. 3. – 454 с.
252. Фармачей С.И. Взаимосвязь мотивационной структуры личности с мотивацией достижения успеха: матеріали міжн.наук.-практ. конф. молодих науковців. – [«Психологія сучасності: наука і практика» (27 грудня 2003 р.) / С.И.Фармачей. – Одеса, 2004. – С. 72-74.
253. Федик О.П. Психологічні особливості професійної підготовки студентів до майбутньої спортивно-педагогічної діяльності: автореф. дис... на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спеціальність 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / О.П. Федик. – К., 1999. – 16 с.
254. Фидирко М.О. Актуалізація фізичних якостей і духовно-моральних цінностей студентів у фізичному вихованні шляхом використання сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій / М.О.Фідірко, О.Д.Каїш // Виховання і культура. – 2007. - № 1-2 (11-12). – С.84-88.
255. Физическая культура и спорт в XXI веке: материалы IV Международной научно-практической конференции (17-19 апреля 2008 г.). – Вып. 4/ Волжский гуманитарный институт (филиал) ВолГУ. – Волгоград: Изд-во «Экстремум», 2008. – 352 с.
256. Философский энциклопедический словарь / Ред. кол.: С.С.Аверинцев и др. – [2-е изд.]. – М.: Советская энциклопедия, 1989. – 814 с.
257. Філіп'єва О.А. Підготовка майбутніх учителів початкових класів до валеологічного виховання учнів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня

канд. пед. наук: спеціальність 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / О.А.Філіп'єва. – Кіровоград, 2008. – 20 с.

258. Фіцула М.М. Педагогіка: [навчальний посібник для студентів вищих педагогічних закладів освіти] / М.М.Фіцула. – К.: Видавничий центр «Академія», 2002. – 548 с. (Альма-матер).

259. Харламов И.Ф. Педагогика: [учеб. пособие] / И.Ф.Харламов. – 4-е изд., перераб. и доп. – М.: Гардарики, 1999. – 519 с.

260. Хафизова Л. М. Як знайомити дітей із правилами поведінки в природі. Л.М.Хафизова // Початкова школа.– 1988. – № 8. – С. 40-46.

261. Хлебнікова Т.М. Ділова гра як метод активного навчання педагога: [навчально-методичний посібник для викладачів, слухачів ІПО, директорів шкіл, керівників РУО]. – Х.: Вид. Група «Основа», 2003. – 80 с. – (Серія «Бібліотека журналу «Управління школою»; Вип. 7).

262. Хомич Л.О. Професійно-педагогічна підготовка вчителя початкових класів: [монографія] / Л.О.Хомич – К.: Магістр-S, 1998. – 201 с.

263. Хомич Л.О. Система психолого-педагогічної підготовки вчителя початкових класів: дис....д-ра пед..наук: 13.00.04 / Хомич Лідія Олексіївна. – К., 1998. – 443 с.

264. Цільова комплексна програма «Фізичне виховання – здоров'я нації». – К.: Освіта, 1998. – 48 с.

265. Чайка В.М. Теорія і технологія підготовки майбутнього вчителя до саморегуляції педагогічної діяльності: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня докт. пед. наук: спеціальність 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / В.М.Чайка. – Тернопіль, 2006. – 43 с.

266. Чебыкин А.Я. Эмоциональная регуляция учебной деятельности / А.Я.Чебыкин. – М., 1988. – 254 с.

267. Черняков В. Організаційно-виховні можливості фізкультурно-спортивної діяльності в аспекті формування соціально-педагогічної активності майбутнього вчителя фізичної культури : зб. наук. пр. Волинського національного університету імені Лесі Українки: у 3 т. / уклад. А. В. Цьось,

С. П. Козібрицький [«Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві»] / В.Черняков – Т. 1. – Луцьк : РВВ «Вежа», 2008. – С. 254-258.

268. Чирвина Н.В. Формирование основ здорового образа жизни у подростков средствами физического воспитания в условиях детского оздоровительного центра: автореф. дис...на соискание ученой степени канд. пед. н.: специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. – Краснодар, 2007. – 24 с.

269. Чуркина М.Ю. Формирование здоровьесберегающих компетенций в процессе профессиональной подготовки учителя химии: автореф. дис... на соискание учен. степени канд. пед. наук: спец. 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / М.Ю.Чуркина. – Самара, 2008. – 21 с.

270. Шенделева С.В. Подготовка будущих учителей к формированию культуры здоровья школьников в педагогических вузах России (1918 – конец 90-х гг. XX в.): автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук: специальность 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / С.В.Шенделева. – Чита, 2008. – 22 с.

271. Яковлева И.А. Организационно-педагогические условия формирования культуры здоровья студентов: автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук: специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / И.А.Яковлева. – Красноярск, 2008. – 21 с.

272. Ямницький В.М. Спрямована творча активність як психотехнологія розвитку життєтворчої активності особистості / В.М.Ямницький // Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету ім. К.Д.Ушинського. – 2007. – № 1-2. – С. 65-70.

273. Ясвин В.А. Образовательная среда: от моделирования к проектированию / В.А.Ясвин. – М.: Смысл, 2001. – С.34-36.

274. Ambach G. Standarts for teachers: potential for improving practice / G. Ambach // Academe. – 1996. – Vol. 82. – № 3. – P. 20-23.

275. Andersen K. Habitual physical activity and health / K. Andersen, J.Rutenfrans, R.Misirons. – Copenhagen: WHO. 1978. 179 p.
276. Berube M. Public receptions of universities and faculty / M.Berube // Academe. – 1996. – Vol. 82. – № 4. – P. 10-17.
277. Bollen G.G. Using multicultural tutoring to prepare preservice teacher for diverse classroom / G.G.Bollen // The educational forum. – 1996. – vol. 61. – № 1. – P. 68-76.
278. Boyer E. High school. – New York, 1983. – 363 p.
279. Bruner J.S. The Culture of Education / J.S.Bruner. – Cambr., Mass. Hervard University, 1996.
280. Environmental Education in the Commonwealth /Ed. by W.L. Filho. – London, 1993. –215 p.
281. Eysenck H.J. The Scientific Study of Personality. – I: Poutledge, 1982. – 234 p
282. Frank L.K. Time perspectives / L.K.Frank // J.Social Phil. – 1939. – № 4. – p.293-312.
283. Genkins R.L. Classification of Behaviocer problems in children –Amer. G. Psychiat, 1969. – V. 8. – p. 1032-1039.
284. Goldsmith Ed. The ecology of health // Ecologist. 1980. Vol. 10, № 6|7. P. 235-245.
285. Grtyson Havghtrey. Effective te in Physical Education for Secondary schools / Havghtrey Grtyson. – Saunders Company, 1973. – 632 p.
286. Hausen A.J. Writing cases for teaching / A.J.Hausen // Phi Delta Kappan. – 1997. – vol. 78. – № 5. – P. 398-403.
287. Kelly J.R. Leasure and sport a sociological approach / J.R.Kelly // Hand-book of social sciences of sport. Champagn Striples publ. comp. 1981.
288. Klauer K.S. Hand nach der Pedagogischen Diacnostic / K.S. Klauer. – Dusseldorf: Schawann, 1978. – 125 s.
289. Klein M. The psychoanalytic play techique. American Journal of Orthopsychiatry. 1955. – P. 223-237

290. Kluckhohn C. Values and Value Orientations in the Theory of Actions. In: Pamsons T. and Shils E. (eds.). Toward General Theory of Action. Cambridge, Mass.: Harvard University press, 1951. p. 395-411.
291. Lazarsfeld P.F. Latent structure analyses. Moughton Mifflin Co Boston / P.F.Lazarsfeld, N.W.Henry. – N.-Y. – 292 p.
292. Leeper R.W. Some needed developments in the motivational theory of emotions. – In: Nebraska symposium on motivation. – Lincoln, 1965. – V. 13. – p. 51-57.
293. Maslow A. Motivation and Personality - N.-Y., -1954.- 136 p.
294. Maslow A.H. (1987). Motivation and personality. – New York: Addison – Wesley Educational Publishers, Inc., 1987. – 293 p.
295. Maslow A.H. A philosophy of psychology // Main current 1956. V.13. – P. 27-32
296. McDermott P. The influence of classroom practica experiences on student teachers thoughts about teaching / P.McDermott, K.Gormley, J.Rothenberg // Jornal of Teacher Education. – 1995. – Vol. 46. - № 3. – P. 184-191.
297. Nuttin J.R. The future time perspective in human motivation and leaning / J.R.Nuttin // Acta Psychologia. – 1964. – № 23. – P. 184-191.
298. Ottawa Charter for Htalth Promotion. First Internationaj Conference on Health Promotion, Ottawa, Canada, 17-21 November 1986.
299. Popple K. Analysing Community Work: its Theory and Practice Buckingham, Open University Press, 1995.
300. Posner Y.J. Field Experience: A Guide to Reflective Teaching. Longman, - N.Y., and L., 1985. – 438 p
301. Rescue M. Planet Earth: A children's education of Agenda 21. – London: UNICEG, 1995. – 96 p.
302. Rogers C.R. Toward more human science of the person // J. Humanistic Psychol. 1985. V. 25. – P. 7-24
303. Rootman I., Goodstadt M., Potvin L., & Springett J. A framework for health promotion evaluation, 1996.

304. Scheler M. der Formalism in der Ethic und die materiale Wertethic, 1921.
305. Schwattzman H.B. Transformations: The Anthropology of Children's Play / H.B.Schwattzman – N.-Y., 1978.
306. Sellick D. Learning to use the mirror: Reflection and teacher education / D.Sellick // Education today. – 1996. – Vol. 46. – № 4. – P. 11-16.
307. Sellick Strenio A.J. The testing trap / A.J.Strenio. – N.-Y., 1981. – 314 p.
308. Smith C.C. Partner learning: peer tutoring can Help individualization // Educat. Leadership. 1977. – V. 34. – P. 361-363.
309. Smith I. Teaching with Discussion: A Review – Educatinal Technolo / I.Smith // Englewood Cliffs. – 1978. – Vol. 18. – № II. – P. 40-43.
310. Smith M.B. Social Psychology and Human Values. Chicago: Aldine Publishing Company, 1969. – p.102.
311. Smith P.C. Behaviors, results and organizational effectiveness; the problem of criteria. – Th.: Handbook of psychology // Ed. M.D. Dunnette. – Chicago, 1976, p. 745-775.
312. Taylor P.J. Technocratic optimism H.T. Odam' and the political transformation of ecological metaphor after world war II //J. of the history of biology. Dordrecht, 1988. – V. 21. – N. 2. – P. 213-244.

Наукове видання

ДОЛИНСЬКИЙ Борис Анатолійович

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ПІДГОТОВКИ
МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ДО ФОРМУВАННЯ
ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ НАВИЧОК І ВМІНЬ
У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ
У НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ**

Монографія

Авторська редакція

Комп'ютерна верстка
І дизайн обкладинки О. Кисельова

Підписано до друку 04.10.2010 р. Папір офсетний. Формат 60х90/16.
Гарнітура "Times New Roman". Обл.-вид. 12,8 арк. Ум.-друк. Арк. 16,5.

Тираж 320 прим. Зам. № 24

Видавець СВД М. П. Черкасов
Свідоцтво серія ДК № 1683 від 09.02.2004 р.
М. Одеса, 65070. А/С 59. тел. 33-46-98.

ТОВ «Лерадрук»
Свідоцтво ОД № 23 від 26.03.2003 р.
м. Роздільна, вул. Леніна, 44.