

Б. Т. Долинський, Г. С. Писаренко, С. В. Бондар, Д. Д. Славов
ПЕДАГОГІЧНІ ОСНОВИ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ
ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ ДО ВАЛЕОЛОГІЧНОГО
ВИХОВАННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

У статті розглядаються проблеми валеологічного виховання дітей молодшого шкільного віку та професійної підготовки майбутніх учителів початкових класів до здійснення такої діяльності в початковій школі. Учитель початкової школи повинен брати участь у валеологічній освіті зростаючого покоління, формуючи у дітей активне ставлення до власного здоров'я, мотивуючи їх на здоровий спосіб життя.

Ключові слова: валеологія, валеологічна освіта, здоровий спосіб життя, здоров'язбережувальні технології.

Постановка проблеми. Перетворення, що відбуваються в нашій країні, нестабільна ситуація в екологічній, політичній, моральній сферах, зумовлюють непередбачувані зміни у свідомості людей, у способі їхнього життя. Зазначене сприяє значному погіршенню фізичного, психічного, морального, духовного, соціального здоров'я наших громадян, особливо це стосується зростаючого покоління.

Здоров'я дітей є нагальною проблемою сьогодні, оскільки за будь-яких соціально-економічних умов воно визначає майбутнє держави, інтелектуальний, фізичний і моральний потенціал нації.

На жаль, уже в ранньому дитинстві спостерігається тенденція погіршення здоров'я дітей. До школи все частіше приходять діти, які мають хронічні захворювання, з поганими показниками як фізичного, так і психічного здоров'я. Отже, вчителям початкової школи доводиться мати справу з практично хворими дітьми, а це потребує перебудови їхньої свідомості щодо забезпечення здоров'я учнів.

Проблема збереження здоров'я зростаючого покоління, навчання та виховання його відповідно до засад здорового способу життя є предметом турботи і держави, зокрема на необхідності її вирішення акцентується в Державній національній програмі «Освіта» (Україна XXI століття), Національній програмі «Діти України», Концепції «Здоров'я через освіту», Концепції безперервного валеологічного виховання та освіти в Україні тощо.

Аналіз наукових досліджень засвідчив, що питанням збереження й зміцнення здоров'я приділялася постійна увага науковців здавна, починаючи від античних філософів (Аристотель, Сократ, Гіппократ, І. Кант та ін.) до сучасних учених (В. Бабич, С. Кириленко, С. Лебедченко, Ю. Мельник та ін.). Різноманітні аспекти проблеми валеологічного виховання й освіти були предметом досліджень Н. Абаскалової, Г. Бродік, О. Вакуленко, В. Горащука, Л. Дихан, О. Дубогай, О. Міхеєнко, С. Свириденко, Л. Татарнікової та ін.

Науковці (Л. Аверіна, О. Шлюбуль та ін.) зауважують, що в сучасних умовах особливої значущості набуває валеологічна підтримка учнів, однією з функцій якої є озброєння дитини знаннями та вміннями, необхідними для зміцнення віри у власні сили, що

потрібні для успішного подолання внутрішньо- та позаорганізмених труднощів, для задоволення нагальних потреб, зокрема збереження життя і здоров'я [7]. Адже від того, що буде закладено в дитині з раннього дитинства, залежатиме її світогляд, спосіб життя і культура (за В. Марковою).

Метою статті є визначення сучасного стану організації валеологічної освіти школярів молодшого шкільного віку і підготовки майбутніх учителів початкової школи до здійснення зазначеної діяльності у професійній сфері.

Виклад основного матеріалу. На думку В. Сокорева, серед умов, що негативно впливають на здоров'я, найбільше значення відводиться факторам, пов'язаним зі способом життя і з довкіллям, оскільки ці фактори підлягають корекції як на популяційному, так і на індивідуальному рівні. Водночас, зауважує вчений, катастрофічний стан здоров'я школярів – не лише результат впливу соціально-економічних, екологічних факторів, але й відповідної освітньої практики вчителя, який зорієнтований на «знансєву» освітню парадигму, а не на виховання здорової людини, на використання здоров'явитратних методів навчання школярів, а не на реалізацію здоров'язбережувальних освітніх технологій [5].

Зазначимо, що саме вчитель, зокрема початкової школи, повинен відігравати значну роль у валеологічній освіті зростаючого покоління, формуючи в дітей активне ставлення до власного здоров'я, мотивуючи їх на здоровий спосіб життя.

Л. Татарнікова вважає, що валеологічна освіта передбачає усвідомлення й урахування індивідуальних особливостей учнів. Зокрема вона наголошує, що валеологічна освіта виявляється у феномені «гармонійної особистості», у саморефлексії, позитивному мисленні щодо своїх індивідуальних, інтелектуальних та енергетичних можливостей [6].

В. Колбанов розглядає валеологічну освіту як систему освітніх заходів, спрямованих на формування валеологічного мислення й здорового способу життя людини [2].

Проте, більшість науковців зазначає, що основною метою валеологічної освіти є збереження і зміцнення здоров'я учнів шляхом формування валеологіч-

ного світогляду, виховання свідомого та дбайливого ставлення до власного здоров'я як головної умови реалізації творчого й фізичного потенціалу особистості.

З огляду на це, сьогодні в початкових школах викладається предмет «Основи здоров'я і фізична культура», основною метою якого є збереження і зміцнення здоров'я, розвиток основних фізичних якостей та рухових здібностей, підвищення рівня фізичної підготовленості учнів, формування ціннісного ставлення до свого здоров'я та довкілля. Унаслідок цієї програми, зауважують автори (Н.Адамчук, Т.Воронцова, Н.Максимова, В.Пономаренко, С.Страшко), молодші школярі 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.

Валеологічний підхід у навчально-виховній діяльності, на нашу думку, сприятиме засвоєнню молодшими школярами певних санітарних, гігієнічних знань, умінь та навичок, спрямованих на здоров'язбереження.

Навчально-виховна діяльність початкової школи повинна бути спрямована на освіту в галузі здоров'я, що супроводжується логічним супроводом процесу навчання й виховання; на залучення учителів, учнів та їхніх батьків до програм зміцнення здоров'я, які допомагатимуть дотримуватися здорового способу життя; на формування культури здоров'я дітей через втілення здоров'язбережувальних технологій. Відтак, одним із шляхів покращення здоров'я молодших школярів є впровадження у навчально-виховний процес початкової школи здоров'язбережувальної діяльності.

С.Кондратюк вважає, що процес формування у молодших школярів здорового способу життя передбачає поєднання трьох напрямів виховних впливів. Перший напрям полягає в ознайомленні і розширенні уявлень молодших школярів про здоровий спосіб життя за умови збагачення змісту навчальних предметів фізіологічними, біоритмологічними, медичними та гігієнічними знаннями. Другий напрям пов'язаний з координацією впливу суб'єктів, що виховують (педагоги, медичні працівники та психологи, батьки) з метою формування у молодших школярів здорового способу життя. Третій напрям передбачає удосконалення організаційно-педагогічних умов виховання у молодших школярів здорового способу життя шляхом створення у навчально-виховних закладах служби управління вихованням здорового способу життя [3].

З огляду на зазначене, науковець наголошує на тому, і з цим не можна не погодитися, що ефективність виховання здорового способу життя у молодших школярів можна значно підвищити якщо:

– зміст виховання здорового способу життя молодших школярів інтегруватиме наукові досягнення педагогіки, психології, медицини та біоритмології;

– виховна методика ґрунтуватиметься на принципі природовідповідності;

– здійснюватиметься особистісно-діяльнісний та діалогічний підходи до виховання у молодших школярів здорового способу життя [3].

Проблемі формування здорового способу життя молодших школярів під час позакласної виховної роботи присвячено дослідження С.Свириденко. Науковець доходить висновку, що у навчально-виховній системі початкової школи не приділяється належної уваги педагогічному впливу на ставлення дітей до власного здоров'я.

Крім об'єктивних факторів (соціальне оточення, економічна ситуація, матеріальний стан сім'ї і т. ін.), наголошує С.Свириденко, у збереженні здоров'я значну роль відіграють суб'єктивні фактори (потреба бути здоровим, уміння підтримувати власне здоров'я, готовність протистояти шкідливим звичкам). Відтак, на думку вченого, саме на початкову школу покладається завдання формування здорового способу життя, а для цього необхідно залучати дітей до різноманітної діяльності, що сприяє формуванню вмінь і навичок здорового способу життя, відповідає бажанням молодших школярів, закладає основи ціннісної орієнтації, визначає напрями подальшого фізичного, психічного, соціального і морального здоров'я [4].

Погіршення здоров'я молодого покоління, слабка фізична підготовленість школярів ставлять 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 морального, фізичного та психічного здоров'я молодших школярів, пропагуванні здорового способу життя, фізичного виховання і спорту. На нашу думку, значну роль у формуванні готовності до здійснення такої діяльності, відіграє така навчальна дисципліна, як «Валеологія».

Термін «валеологія» вперше введений у науковий обіг І.Брехманом. Це наука, яка вивчає сутність, механізми прояву індивідуального здоров'я, методи діагностики і прогнозування, а також корекції шляхом оптимізації механізмів здоров'я з метою підвищення його рівня, покращення якості життя і соціальної адаптації індивіда (за Г. Апанасенком).

Учені (Е. Казін, Т. Мартюшева та ін.) зазначають, що основною метою валеологічної освіти є збереження і зміцнення індивідуального здоров'я шляхом особистісних, духовних, психічних і фізичних можливостей, необхідних для успішної самореалізації й адаптації до соціальних та екологічних умов, що змінюються [7].

Учителі початкових класів у навчально-виховній діяльності мають можливість здійснювати валеологічну освіту, впроваджувати активні форми та методи

збереження і зміцнення індивідуального здоров'я молодших школярів.

Валеологічне виховання передбачає вивчення молодшими школярами свого організму, засвоєння гігієнічних навичок, внесення у процес самопізнання формування уявлень про способи забезпечення безпеки життєдіяльності і т. ін. Результатом валеологічної освіти й виховання є валеологічна культура особистості.

О. Адєєва, на підставі аналізу наукових досліджень, доходить висновку, що валеологічна культура є складовою частиною загальної культури людства, яка містить у собі об'єктивні результати діяльності людей, що виявляються в рівні здоров'я людини і суспільства, суб'єктивні людські сили і здібності, що реалізуються в діяльності, спрямованій на забезпечення здорового способу життя кожної особистості. Валеологічну культуру особистості вона визначає як інтегральне утворення, певний спосіб діяльності й поведінки особистості, що сприяє здоровому способу життя і визначає дбайливе ставлення до власного здоров'я і до здоров'я людей, що оточують.

Валеологічна культура особистості, зазначає науковець, – це привласнення на особистісному рівні концепції здоров'я, на підставі якої формується індивідуальна програма здорового способу життя, відбувається розвиток творчого оздоровчого мислення особистості [1]. Відтак, валеологічна культура є складовою професійної культури вчителя.

Натомість, не можна не погодитися з О. Філіп'євою, яка в ході дисертаційного дослідження доходить висновку, що сьогодні залишаються без належної відповіді питання професійної готовності майбутніх учителів початкових класів до валеологічного виховання учнів, освоєння ними необхідних знань, умінь та навичок валеологічного змісту, використання ефективних форм та методів валеологічного виховання учнів молодшого шкільного віку [8].

Для того, щоб здійснювати діяльність, спрямовану на збереження і зміцнення здоров'я дітей, учитель початкових класів насамперед сам повинен усвідомлювати цінність здоров'я, бути переконаним в цінності здоров'я, відчувати себе суб'єктом валеологічної діяльності.

Відтак, сьогодні проблема здоров'я студентів є однією з найактуальніших проблем, яка пов'язана з тим, що:

- погіршується стан здоров'я студентів вищих навчальних закладів;
- 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 й спрямована на ефективне вирішення питання зміни спосо-

бу життя й формування потреби в здоровому способі 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 [7].

Формування готовності до здоров'язбереження студентів вищого навчального закладу розглядається як цілеспрямований процес поетапного включення майбутнього спеціаліста у здоров'язбережувальну діяльність на підставі комплексу принципів, що забезпечують створення мотивації до прийняття концепції здорового способу життя, інтеграції інтелектуальної, фізичної і духовно-моральної діяльності студентів, розвитку їхньої загальної культури, формуванню готовності майбутніх спеціалістів до ведення й пропагування здорового способу життя.

Змістовим наповненням структурної моделі формування готовності до здоров'язбереження студентів вищого навчального закладу є:

- створення соціокультурного освітнього середовища, що максимально наближене до життєдіяльності сучасного соціуму;

- формування уявлень студентів про фактори і засоби зміцнення здоров'я та формування культури здоров'я;

- формування потреби студентів у психофізичному вдосконаленні й позитивного ставлення до свого здоров'я;

- реалізація програми фізичної культури і здорового способу життя у вищому навчальному закладі; професійно-прикладна фізична підготовка, спрямована на розвиток професійно важливих фізичних якостей, рухових навичок і психофізіологічних функцій організму;

- практична діяльність студентів щодо зміцнення здоров'я.

Висновки. З огляду на зазначене, постає проблема формування валеологічної самосвідомості майбутніх учителів під час їхньої професійної підготовки. У вищій школі студенти повинні оволодівати валеологічними знаннями про фактори, що формують здоров'я людини, про принципи та елементи здорового способу життя, оволодівати навичками й уміннями самооцінки функціонального стану організму, а також оцінки здоров'я молодших школярів.

Високий рівень валеологічної культури педагога, передбачає усвідомлений вибір навчальних режимів і педагогічних технологій, що не зашкоджують здоров'ю школярів, уміння будувати психологічно грамотне спілкування з учнями, колегами, батьками і здатність вести учнів до усвідомленого вибору образу життя і норм поведінки, що сприяють підвищенню рівня власного здоров'я і здоров'я людей, які оточують.

Саме під час навчання у вищому педагогічному навчальному закладі, формується професійна спрямо-

ваність особистості майбутнього педагога, відбувається оволодіння педагогічною технікою і технологією, набуваються фундаментальні знання. Зважаючи на це, необхідно допомогти студентам усвідомити цінність валеологічних знань, відповідальність за здоров'я (своє і дітей), виробити професійні та валеологічні ідеали. 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 інтегрова-

ного спецкурсу «Основи індивідуального здоров'я», що посилює міжпредметні зв'язки і відіграє системоутвірну роль.

Відтак, перспективу подальших наукових розвідок ми вбачаємо у формуванні культури здоров'я майбутніх учителів початкової школи й підготовки їх до валеологічної освіти й виховання молодших школярів за допомогою міжпредметних зв'язків дисциплін педагогічного, психологічного, фізичного й фізіологічного циклів під час навчання у вищому педагогічному навчальному закладі.

ЛІТЕРАТУРА

1. Адеєва О.В. Підготовка майбутніх учителів до валеологічного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів: дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук / 13.00.04 / Адеєва Ольга Вікторівна. – Одеса, 2009. – 211 с.
2. Колбанов В.В. К вопросу о валеологическом образовании педагога: материалы I Всероссийской научно-практ. конф. [«Здоровье и образование. Проблемы педагогической валеологии»] / В.В.Колбанов, Т.А.Берсенева. – СПб., 1995. – С. 9-13.
3. Кондратюк С.М. Інтегративний підхід до виховання у молодших школярів здорового способу життя: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спеціальність 13.00.01 «Загальна педагогіка» / С.М. Кондратюк. – К., 2003. – 20 с.
4. Свириденко С.О. Формування ціннісних орієнтацій як чинник духовного здоров'я особистості / С.О. Свириденко // Проблеми освіти. – К.: Науково-методичний центр вищої освіти, 2002. – Вип. 29. – С. 72-78.

REFERENCES

1. Adieieva, O.V. (2009). *Pidgotovka maibutnikh uchyteliv do valeologichnogo vykhovannia uchniv zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladiv* [Preparing future teachers to valeological education of secondary schools pupils]. *Candidate's thesis*. Odesa [in Ukrainian].
2. Kolbanov, V.V. & Berseneva, T.A. (1995). *K voprosu o valeologicheskomo obrazovanii pedagoga* [To the question of teacher's valeological education]. *Zdorovyie i obrazovaniye. Problemy pedagogicheskoy valeologii - Health and Education. Problems of pedagogical valeology: Proceedings of the 1st Russian national scientific and practical conference*. (pp. 9-13). St. Petersburg [in Russian].
3. Kondratiuk, S.M. (2003). *Integratyvnyi pidkhhid do vykhovannia u molodshykh shkoliariv zdorovogo sposobu zhyttia* [Integrative approach to education of primary school children's healthy lifestyle]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Kyiv [in Ukrainian].
4. Svyrydenko, S.O. (2002). *Formuvannia tsinnisnykh oriienatsii yak chynnyk dukhovnogo zdorovia osobystosti* [Formation of value orientations as factor of individual's moral health]. *Problemy osvity – Educational*

5. 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.
6. Татарникова Л.Г. Педагогическая валеология: учебное пособие / Л. Г. Татарникова – СПб.: Петроградский и К°, 1995. – 352 с
7. 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.
8. Філіп'єва О.А. Підготовка майбутніх учителів початкових класів до валеологічного виховання учнів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / О.А.Філіп'єва. – Кіровоград, 2008. – 20 с.

problems, 29, (pp. 72-78). Kyiv: Naukovo-metodychnyy tsentr vyshchoi osvity [in Ukrainian].

5. Sokorev, V.V. (2004). *Pedagogicheskiye usloviya formirovaniya kultury zdorovya budushchego uchitelya v protsesse obshcheprofessionalnoy podgotovki* [Pedagogical conditions of formation of future teacher's health culture in general professional training]. *Candidate's thesis*. Belgorod [in Russian].

6. Tatarnykova, L.G. (1995). *Pedagogicheskaya valeologiya* [Educational valeology]. St. Petersburg: Petrogradskiy i Ko [in Russian].

7. *Fizicheskaya kultura i sport v XXI veke* [Physical Culture and Sport in the XXI Century]: Proceedings of the IV International Scientific and Practical Conference (2008), 4. Volgograd: Izdatelstvo «Ekstremum» [in Russian].

8. Filipieva, O.A. (2008). *Pidgotovka maibutnikh uchyteliv pochatkovykh klasiv do valeologichnogo vykhovannia uchniv* [Training primary school teachers to valeological education of pupils]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Kirovohrad [in Ukrainian].

Б. Т. Долинский, Г. С. Писаренко, С. В. Бондар, Д. Д. Славов

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ
К ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

В статье рассматриваются проблемы валеологического воспитания детей младшего школьного возраста и профессиональной подготовки будущих учителей начальных классов к осуществлению такой деятельности в начальной школе. Учитель начальной школы, должен участвовать в валеологическом образовании подрастающего поколения, формируя у детей активное отношение к собственному здоровью, мотивируя их на здоровый образ жизни.

Ключевые слова: валеология, валеологическое образование, здоровый образ жизни, здоровьесберегающие технологии.

B. T. Dolynskiy, G. S. Pysarenko, S. V. Bondar, D. D. Slavov

**PEDAGOGICAL BASES OF PREPARATION OF FUTURE PRIMARY SCHOOL TEACHERS TO
VALEOLOGICAL EDUCATION OF JUNIOR SCHOOLCHILDREN**

The article is devoted to the problems of valeological education of junior schoolchildren and training future primary school teachers the realization of such activity in primary school. A high level of teacher's valeological culture involves a deliberate choice of learning modes and pedagogical technologies that do not do any harm to schoolchildren's health; ability to build psychologically competent communication with students, colleagues, parents and the ability to lead students to the conscious choice of their lifestyle and behavior that increases the level of their own and other people's health. Valeological approach in educational activity, in our opinion, will promote the junior schoolchildren's acquisition of certain sanitary and hygienic knowledge and skills aimed at preserving health. Thus, university students should master valeological knowledge about the factors influencing human health, principles and elements of healthy lifestyle, acquire the skills and abilities of self-assessment of the functional state of an organism, as well as assessing the health of junior schoolchildren. It is while studying at higher educational pedagogical institution, when professional orientation of the personality of a future teacher is formed, there comes mastery of pedagogical techniques and technologies, fundamental knowledge is acquired. Given this, it is necessary to help students understand the value of valeological knowledge, responsibility for health (their own and children's), and to develop professional valeological ideals. Attaining this objective in pedagogical university is possible with the help of such subjects as "Fundamentals of Medical Knowledge," "Anatomy, Physiology and Hygiene", "Human Anatomy," "Human Physiology", and the inclusion of an integrated optional course "Basics of Individual Health" that enhances interdisciplinary ties and plays the role of a backbone.

Keywords: valeology, valeological education, healthy lifestyle, health saving technologies.

Подано до редакції 22.08.14