

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

**ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ ОСВІТНЬОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

Кваліфікаційна робота

магістра

на тему **Підготовка майбутнього вчителя до просвітницької діяльності в
галузі основ індивідуального здоров'я школярів**

Виконала: студентка 2 курсу, групи 8.0110-з
спеціальності 011 Освітні, педагогічні науки
освітньої програми Педагогіка вищої школи
М. В. Волошок

Керівник доцент кафедри педагогіки та
психології освітньої діяльності,
к.філос.н., доцент Іванова Л.С.

Рецензент доцент кафедри педагогіки та
психології освітньої діяльності,
к.психол.н., доцент Овсяннікова В. В.

Запоріжжя

2021

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології

Кафедра педагогіки та психології освітньої діяльності

Рівень вищої освіти магістр

Спеціальність 011 Освітні, педагогічні науки

Освітня програма Педагогіка вищої школи

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри _____

д.пед.н., проф. О.І. Іваницький

« ____ » _____ 2021 р.

З А В Д А Н Н Я

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

_____ Волошок Марині Вікторівні _____

1. Тема роботи Підготовка майбутнього вчителя до просвітницької діяльності в галузі основ індивідуального здоров'я школярів

керівник роботи Іванова Лариса Сергіївна, к.філос.н.

затверджені наказом ЗНУ від «30» липня 2021 року № 1137-с

2. Строк подання студентом роботи _____

3. Вихідні дані до роботи аналіз літератури з досліджуваної проблеми

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити) проаналізувати стан розробленості окресленої проблеми в науковій літературі й освітній практиці, уточнити сутність базових понять дослідження; розкрити основні підходи до здійснення просвітництва в галузі основ індивідуального здоров'я школярів у сучасній освітній практиці; з'ясувати стан готовності майбутнього вчителя до освіти школярів в галузі збереження індивідуального здоров'я; визначити та обґрунтувати педагогічні та методичні умови підготовки майбутнього вчителя до освіти школярів у галузі збереження індивідуального здоров'я; експериментально перевірити ефективність педагогічних та методичних умов підготовки майбутнього вчителя до просвітницької діяльності в галузі основ індивідуального здоров'я школярів.

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень)
5 рисунків, 8 таблиць

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Вступ	Іванова Л.С., доцент		
Розділ 1	Іванова Л.С., доцент		
Розділ 2	Іванова Л.С., доцент		
Висновки	Іванова Л.С., доцент		

7. Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	березень 2021 р.	Виконано
2	Робота з науковими джерелами	квітень 2021 р.	Виконано
3	Написання вступу	травень 2021 р.	Виконано
4	Робота над першим розділом	серпень 2021 р.	Виконано
5	Робота над другим розділом	вересень-листопад 2021 р.	Виконано
6	Написання висновків	листопад 2021 р.	Виконано
7	Проходження передзахисту	листопад 2021 р.	Виконано
8	Проходження нормоконтролю	листопад 2021 р.	Виконано
9	Захист	грудень 2021 р.	

Студент _____ М. В. Волошок

Керівник роботи _____ Л. С. Іванова

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____ І.В. Козич

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота: 111 сторінок, 5 рисунків, 8 таблиць, 98 джерел, 1 додаток.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати й експериментально перевірити ефективність педагогічних та методичних умов підготовки майбутнього вчителя до просвітницької роботи в галузі основ індивідуального здоров'я в школі.

Об'єкт дослідження – процес підготовки майбутнього вчителя до просвітницької діяльності у закладі вищої освіти.

Предмет дослідження – система методичних і педагогічних умов підготовки майбутнього вчителя до просвітницької діяльності в галузі основ індивідуального здоров'я школярів.

Наукова новизна: обґрунтовано актуальність підготовки вчителя до просвітницької роботи в галузі збереження індивідуального здоров'я школярів; уточнено сутність поняття «просвітництво в галузі збереження індивідуального здоров'я»; визначено, теоретично обґрунтовано та експериментально перевірено сукупність педагогічних та методичних умови підготовки майбутнього вчителя до освіти школярів у галузі збереження індивідуального здоров'я.

Матеріали дослідження можуть бути використані: у самоосвітній діяльності майбутніх учителів; для вдосконалення професійної підготовки вчителів до просвітницької роботи в галузі основ індивідуального здоров'я учнів; у системі післядипломної освіти й підвищення кваліфікації педагогічних працівників.

Ключові слова: ЗДОРОВ'Я, ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ, ГОТОВНІСТЬ, ПІДГОТОВКА, ПРОСВІТА, ПРОСВІТНИЦЬКА ДІЯЛЬНІСТЬ, ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ, ПРОСВІТНИЦТВО В ГАЛУЗІ ЗБЕРЕЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я.

SUMMARY

Voloshok M. V. Preparing Potential Teachers for Educational Activities in the Field of Individual Health of Schoolchildren.

The work is presented on 111 pages of printed text, contains 8 tables, 5 figures. The list of references includes 98 sources.

The object of the study: the process of preparing a future teacher for educational activities in a higher education institution.

Subject of research: the system of methodical and pedagogical conditions of preparation of the future teacher for educational activity in the field of bases of individual health of schoolboys.

The research purpose: to theoretically substantiate and experimentally test the effectiveness of pedagogical and methodological conditions for preparing future teachers for educational work in the field of basics of individual health in school.

The paper analyzes the state of development of the outlined problem in the scientific literature and educational practice, clarifies the essence of the basic concepts of the study; the main approaches to the implementation of education in the field of individual health of schoolchildren in modern educational practice are revealed; the state of readiness of the future teacher for education of schoolchildren in the field of preservation of individual health is found out; the conditions of preparation of the future teacher for education of schoolboys in the field of preservation of individual health are defined and substantiated.

The practical significance of the study lies in the implementation of methods of pedagogical diagnosis of levels of readiness of students for educational activities in the field of basics of individual health of students; in the development and implementation of the course "Methods of educating students in the field of basics of individual health".

Key words: health, readiness, preparation, lumen, educational activities, healthy lifestyle, education in the field of individual health.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	7
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ДО ПРОСВІТНИЦЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ГАЛУЗІ ЗБЕРЕЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ.....	12
1.1. Просвітництво школярів в галузі збереження індивідуального здоров'я як компонент сучасної системи освіти.....	12
1.2. Понятійно-категоріальний апарат проблеми дослідження.....	32
1.3. Основні підходи до здійснення просвітництва в галузі основ індивідуального здоров'я школярів у сучасній освітній практиці.....	43
РОЗДІЛ 2. ПЕДАГОГІЧНА СИСТЕМА ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ДО ПРОСВІТНИЦЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ГАЛУЗІ ЗБЕРЕЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ.....	54
2.1. Стан готовності майбутнього вчителя до освіти школярів в галузі збереження індивідуального здоров'я.....	54
2.2. Педагогічні та методичні умови підготовки майбутнього вчителя до освіти школярів у галузі збереження індивідуального здоров'я.....	62
2.3. Експериментальна робота з підготовки майбутнього вчителя до просвітницької діяльності в галузі основ індивідуального здоров'я школярів.....	76
ВИСНОВКИ.....	95
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	98
ДОДАТОК.....	107

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сучасний етап розвитку вищої освіти характеризується стійкою тенденцією до підвищення рівня професійної майстерності майбутнього вчителя, розвитку його спеціальних і особистісних якостей. Цілеспрямована різнобічна підготовка гарантує високу конкурентоспроможність випускника закладу вищої освіти, здатність до творчої діяльності.

У сучасних умовах виникає потреба в підготовці учителів, готових не тільки творчо реалізувати себе в умовах мобільного світу, реформування системи вітчизняної освіти, а й орієнтованих на збереження і підтримку власного здоров'я й здоров'я підростаючих поколінь. У державних документах, зокрема в Концепції формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у дітей та молоді, Національній доктрині розвитку освіти України у XXI ст. та Національній стратегії розвитку освіти в Україні на 2012–2021 роки, одним із ключових напрямів державної освітньої політики визначено формування здоров'язбережувального середовища, екологізації освіти, валеологічної культури учасників навчально-виховного процесу тощо.

Зміни структури та змісту загальної освіти, що відбуваються в останнє десятиліття негативним чином позначаються на здоров'ї учнів. Ось чому збереження індивідуального здоров'я дітей стає однією зі складових діяльності сучасного педагога і, отже, готовності до здійснення цієї діяльності.

Вчитель постає, з одного боку, як носій базових знань про здоров'я, здоровий спосіб життя людини, умінь здоров'ятворчості, формування мотивації та культури здоров'я підростаючого покоління, а з іншого, суб'єктом освітньо-виховного процесу, що здійснює діяльність щодо здоров'язбереження.

На сьогоднішній день існує нагальна потреба у відповідній підготовці майбутніх учителів, які не лише готові реалізувати себе у мобільному світі та реформувати вітчизняну систему освіти, але й зобов'язані зберігати і

підтримувати власне здоров'я й здоров'я учнів. Таким чином, особливо актуальною сьогодні є проблема підготовки майбутніх учителів до просвітницької роботи в галузі основ індивідуального здоров'я в школі.

Питання, пов'язані з проблемою формування здорового способу життя учнів і молоді, висвітлено у працях Г. Апанасенка, В. Бабича, Л. Ващенко, М. Гончаренко, М. Гриньової, В. Кузя, С. Кириленко, В. Оржеховської, В. Сухомлинського, К. Ушинського, Н. Урум та ін. Культура здоров'я особистості була об'єктом дослідження низки науковців, серед яких В. Горащук, О. Дубогай, В. Колбанов, Л. Татарнікова, Е. Вайнер та ін.

Значна частина сучасних досліджень представляє способи реалізації здоров'язберезувальної стратегії в процесі підготовки майбутніх учителів (С. Бобровник, М. Божик, Ю. Бойко, П. Джуринський, Н. Карапузова, А. Петров та ін.) та формування готовності до її застосування (О. Ващенко, М. Дедловська, Б. Долинський, О. Діканова, О. Омельченко, О. Осолодкова, О. Савченко, Л. Сливка, Н. Урум, О. Філіп'єва та ін.).

Особлива увага науковців була присвячена наступним питанням: формуванню валеологічної культури вихователів та вчителів (Ю. Бойчук, Н. П'ясецька, О. Файчук); підготовці майбутніх учителів до здоров'язберезувального навчання учнів (Г. Жара, І. Щербина); валеологічній підготовці майбутніх учителів соціальних педагогів та вихователів (Т. Книш, В. Коваль, О. Міхеєнко, І. Поташнюк); підготовці майбутнього вчителя до створення здоров'язберезувального середовища початкової школи (Т. Осадченко); підготовці вчителя в системі післядипломної педагогічної освіти до розвитку здоров'язберезувальної компетентності учнів основної школи (Н. Поліщук); формуванню валеологічної компетентності студентської молоді (О. Бондаренко, В. Бобрицька, Г. Воскобойнікова, О. Дворникова, В. Єлізаров, Н. Самойлова); застосуванню здоров'язберезувальних технологій у системі методичної роботи (Н. Беседа, С. Гаркуша); організації здоров'язберезувального освітнього процесу (О. Омельченко).

Разом з тим, аналіз наукових публікацій з досліджуваної проблеми

демонструє існуюче протиріччя між сучасною практикою підготовки вчителя-предметника до просвітницької роботи в галузі індивідуального здоров'я дитини і реальною потребою школи у кваліфікованих у даній галузі фахівцях.

Наявність цього протиріччя обумовлено тим, що досі у закладах вищої освіти відсутня обґрунтована система формування інтегрованих знань майбутнього педагога в галузі збереження індивідуального здоров'я школяра, не уточнені цілі, зміст і методика підготовки студента до просвітницької діяльності в галузі основ індивідуального здоров'я дітей та підлітків.

Констатуючи суттєвий внесок учених у розробку проблеми, відзначимо, що серед значної кількості досліджень відсутні ті, у яких би окремо і цілісно було обґрунтовано процес підготовки майбутніх учителів до просвітницької діяльності в галузі основ індивідуального здоров'я школярів, і це негативно позначається на професійному становленні майбутніх фахівців.

Актуальність означеної проблеми, а також нагальна потреба освітньої практики в її розв'язанні зумовили вибір теми магістерського дослідження «Підготовка майбутнього вчителя до просвітницької діяльності в галузі основ індивідуального здоров'я школярів».

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати й експериментально перевірити ефективність педагогічних та методичних умов підготовки майбутнього вчителя до просвітницької роботи в галузі основ індивідуального здоров'я в школі.

Об'єкт дослідження – процес підготовки майбутнього вчителя до просвітницької діяльності у закладі вищої освіти.

Предмет дослідження – система методичних і педагогічних умов підготовки майбутнього вчителя до просвітницької діяльності в галузі основ індивідуального здоров'я школярів.

У відповідності з метою, об'єктом та предметом дослідження було визначено такі **завдання**:

1. Проаналізувати стан розробленості окресленої проблеми в науковій літературі й освітній практиці, уточнити сутність базових понять дослідження.

2. Розкрити основні підходи до здійснення просвітництва в галузі основ індивідуального здоров'я школярів у сучасній освітній практиці.

3. З'ясувати стан готовності майбутнього вчителя до освіти школярів в галузі збереження індивідуального здоров'я.

4. Визначити та обґрунтувати педагогічні та методичні умови підготовки майбутнього вчителя до освіти школярів у галузі збереження індивідуального здоров'я.

5. Експериментально перевірити ефективність педагогічних та методичних умов підготовки майбутнього вчителя до просвітницької діяльності в галузі основ індивідуального здоров'я школярів.

Теоретико-методологічною основою дослідження були: теоретичні положення валеології (І. Брехман, Г. Зайцев, Г. Жіра, В. Казначеев, В. Коваль, Н. П'ясецька, Л. Татарникова та ін.); концепція гуманістичної психології та педагогіки (К. Роджерс і ін.); концептуальні положення контекстного навчання; міждисциплінарний системний підхід; провідні ідеї формування готовності вчителя до педагогічної діяльності (К. Дурай-Новакова, Є. Белозерцев та ін.).

Методи дослідження:

– теоретичні: аналіз психолого-педагогічної, філософської, соціологічної та науково-методичної літератури з досліджуваної проблеми;

– емпіричні: опитування, анкетування, бесіда, тестування, спостереження; аналіз продуктів діяльності студентів;

– статистичні: математичне опрацювання емпіричних даних для доведення достовірності результатів педагогічного експерименту.

Наукова новизна дослідження полягає в тому, що:

– обґрунтовано актуальність підготовки вчителя до просвітницької роботи в галузі збереження індивідуального здоров'я школярів;

– уточнено сутність поняття «просвітництво в галузі збереження індивідуального здоров'я»;

– визначено, теоретично обґрунтовано та експериментально перевірено сукупність педагогічних та методичних умови підготовки майбутнього вчителя

до освіти школярів у галузі збереження індивідуального здоров'я.

Теоретичне значення дослідження. Виявлено особливості педагогічного процесу підготовки майбутнього вчителя до просвітництва школярів в галузі збереження індивідуального здоров'я. З позиції системного підходу представлені педагогічні підстави підготовки майбутніх вчителів до просвітницької діяльності в галузі збереження індивідуального здоров'я школярів.

Практичне значення дослідження полягає в реалізації методики педагогічної діагностики рівнів готовності студентів до просвітницької діяльності в галузі основ індивідуального здоров'я школярів; в розробці та впровадженні курсу «Методика просвіти школярів в галузі основ індивідуального здоров'я».

Кваліфікаційна робота пройшла апробацію на науково-методичному семінарі кафедри педагогіки та психології освітньої діяльності (протокол № 4 засідання кафедри ППОД від 24.11.2021 р.).

Матеріали дослідження можуть бути використані: у самоосвітній діяльності майбутніх учителів; для вдосконалення професійної підготовки вчителів до просвітницької роботи в галузі основ індивідуального здоров'я учнів; у системі післядипломної освіти й підвищення кваліфікації педагогічних працівників.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ДО ПРОСВІТНИЦЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ГАЛУЗІ ЗБЕРЕЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ

1.1. Просвітництво школярів в галузі збереження індивідуального здоров'я як компонент сучасної системи освіти

Провідне місце серед сучасних психолого-педагогічних проблем належить проблемі збереження і зміцнення індивідуального здоров'я школярів. Її актуальність підтверджується результатами багатьох досліджень.

У системі цінностей, якими дорожить будь-яка цивілізована нація, особливе місце відводиться здоров'ю людей. Протягом багатовікової історії людства на різних етапах розвитку суспільства вивченню проблем здоров'я завжди приділялася велика увага. Представники різних наук та фахів робили спроби проникнути в таємниці феномену здоров'я, визначити його сутність для того, щоб навчитися вміло керувати ним, економно «використовувати» здоров'я протягом усього життя та знаходити засоби для його збереження [49, 5].

Здоров'я нації визначається насамперед станом здоров'я її дітей. Дані численних досліджень показують, що джерело виникнення відмінностей у здоров'ї дорослих треба шукати в їхньому дитинстві. Здоров'я дітей є інтегральним показником загального благополуччя суспільства, а також тонким індикатором усіх соціальних та екологічних негараздів [52, 9].

Останнім часом ситуація зі здоров'ям дітей наблизилась до критичної: підвищується рівень загальної захворюваності та поширеність захворювань окремих органів і систем. Цьому сприяє зростання інтенсивності впливу на здоров'я дітей і підлітків факторів екологічного та медико-соціального ризику, погіршення структури харчування, зниження ефективності проведення

традиційних профілактичних заходів. Важливою особливістю сучасності є стрімке зростання кількості та зміна співвідношення факторів ризику, які впливають на гомеостатичні, імунологічні показники, розвиток і стан здоров'я дитини.

У сучасних умовах стан здоров'я дітей має неабияке значення, оскільки саме від стану здоров'я підростаючого покоління залежить розвиток суспільства у майбутньому.

Результати різноманітних досліджень свідчать про наявну тенденцію погіршення показників здоров'я дітей та підлітків в Україні [42; 52]. Спостерігається кількісне зростання функціональних розладів, гострої та хронічної соматичної захворюваності, синдрому дезадаптації, вроджених вад розвитку, морфофункціональних відхилень, зростає число дітей-інвалідів, викликає чималу стурбованість і той факт, що збільшується кількість дітей із розладами психіки та поведінки, відповідно зменшується група здорових дітей.

Це можна пов'язувати не тільки з погіршенням екологічної ситуації, зниженням рівня соціального забезпечення та медичної культури населення, а і з недостатніми можливостями поширених методик оцінки стану здоров'я дітей для виявлення патологічних відхилень у дитини на донозологічному етапі.

Збереження і відновлення здоров'я дітей України стає надзвичайно важливою справою, оскільки це — наше майбутнє і одне з головних джерел повноцінного життя, щастя, радості, успіху. Воно є не лише особистим надбанням людини, але й суспільним багатством, одним із найважливіших показників добробуту народу.

Дослідження стану здоров'я учнів свідчать про те, що вже на етапі вступу до школи 22 - 25% дітей мають хронічну патологію і знижену резистентність. В процесі навчання в початковій школі 35% учнів набувають специфічні «шкільні» хвороби: короткозорість, порушення постави, хвороби травної системи і т.д. До IX класу спостерігається різке зменшення числа здорових по зору дітей і зростання патології в 52% випадків [59, 9].

За даними досліджень В. Майданника, лише 1,1 % дітей є практично

здоровими, а в середньому на одну дитину припадає 2,5 захворювання [54, 10]. Л. Пархоменко у своїй роботі дає аналіз поширеності всіх захворювань підлітків України за 1999–2004 роки: вона збільшилася на 10 тисяч дітей, а темп приросту становить 10,4 % [68].

Ю. Антипкін відмітив, що, як правило, в одного підлітка реєструється одразу декілька захворювань. За даними Державної медичної статистики, серед підлітків шкільного віку зростає поширеність усіх захворювань, але перші місця займають хвороби систем дихання, травлення, кістково-м'язової та сечостатевої [3].

Як зазначає З. Зайцева, за роки навчання в школі число порушень зору і постави зростає в 5 разів, в 4 рази збільшується кількість порушень психічного здоров'я, в 3 рази зростає число дітей з захворюванням органів травлення і т.п. [32, 15]

За даними розширеного засідання колегії Санітарно-епідеміологічної служби України, де розглядалися питання дотримання вимог санітарного законодавства в загальноосвітніх навчальних закладах, стан здоров'я сучасних школярів не може не викликати занепокоєння громадськості, педагогічного колективу, батьків. Захворюваність дітей шкільного віку за останні 10 років зросла на 26,8%. У 1-у класі – 30% дітей, які мають хронічні захворювання, у 5-у класі - 50%, у 9-у класі – 64%. Вже в першому класі відхилення опорно-рухового апарату мають до 11% школярів; носоглотки – 25%; нервової системи – 30%; органів травлення – 30%; алергійні прояви – 25%. Від 1 до 9 класу частота зниження гостроти зору зростає у 1,5 разу; частота порушень постави – у 1,5 рази; розповсюдженість хвороб органів травлення – у 1,4 рази; розповсюдженість хвороб ендокринної системи – у 2,6 рази. У цілому лише у 7% школярів спостерігається задовільний функціональний стан організму. Серед дитячого населення за останнє десятиліття істотно (в 1,5-3 рази) зросла частота хронічних захворювань, які призводять до інвалідності. Це хвороби нервової, ендокринної, серцево-судинної, шлунково-кишкової, кістково-м'язової систем. Серед першокласників тільки 5-9% практично здорових дітей.

Кількість хронічно хворих дітей збільшується за роки навчання в школі в 2,5 рази [89, 44-45].

Останнім часом прийнято багато державних документів, які визначають пріоритетними напрямками розвитку суспільства збереження здоров'я дітей та формування ціннісного ставлення до нього. Конституцією України проголошено, що найвищою соціальною цінністю в державі є людина, її життя і здоров'я. У Законі України «Про освіту» одним із завдань загальної середньої освіти є виховання свідомого ставлення до свого здоров'я та здоров'я громадян як най-вищої соціальної цінності, формування гігієнічних навичок і засад здорового способу життя, збереження і зміцнення фізичного та психічного здоров'я учнів. Пріоритетними напрямками державної політики щодо розвитку освіти, визначеними Національною доктриною розвитку освіти України в XXI столітті, є «пропаганда здорового способу життя, стимулювання у молоді прагнення до здорового способу життя» [61].

Аналіз причин погіршення здоров'я школярів в Україні показав, що цей процес обумовлений не стільки зниженням рівня життя і недоліками охорони здоров'я, скільки внутрішніми причинами, прихованими в самій системі освіти. Серед таких причин дослідники виділяють:

1) архаїчність «авторитарно-репродуктивної» школи, орієнтованої на придушення і закріпачення функціональної основи організму дитини, що викликає постійне перебування її в стані хронічного стресу, виснажує нервову систему, що змінює гомеостаз, що знижує імунітет;

2) відсутність науково обґрунтованої системи формування в учнях установки на здоровий спосіб життя на основі позитивних потребнісно-мотиваційних цінностей;

3) відсутність диференційованого підходу до навчання, заснованого на психофізіологічних, вікових та інших особливостях дітей;

4) зниження загальної рухової активності дітей, втрата інтересу школярів до самостійних занять фізичною культурою [18, 8].

Вкрай низькими показниками фізичного і психічного здоров'я

відрізняються і самі вчителі. Так, за даними М. Зоріної у 30% вчителів зі стажем роботи 15-20 років характерні «педагогічні кризи», «виснаження», «згорання», низький рівень соціальної адаптації. Близько 85% сучасних педагогів відчують стан стійкого стресу, що є причиною неврозів і різних соматичних захворювань, перш за все, серцево-судинної системи. Це в свою чергу позначається на здоров'я учнів [34, 177].

Певну роль у подоланні накопичуваних в школі проблем здоров'я дітей та вчителів покликані зіграти нормативно-правові акти, що регулюють питання охорони та зміцнення здоров'я учнів. Особлива значимість у вирішенні проблеми належить Концепції розвитку охорони здоров'я населення України. Згідно даному документу, під охороною здоров'я розуміється сукупність заходів політичного, економічного, правового, соціального, культурного, наукового, медичного, санітарно-епідемічного характеру, спрямованих на збереження і зміцнення фізичного та психічного здоров'я кожної людини, підтримання його активного довголіття, надання медичної допомоги в необхідних випадках [46].

В якості основних напрямків в галузі охорони здоров'я даний документ передбачає:

- формування у людей розуміння необхідності позитивних змін у способі життя і прагнення до таких змін;
- створення умов для формування та стимулювання здорового способу життя, вдосконалення гігієнічного виховання і навчання населення, особливо дітей та молоді; посилення боротьби із шкідливими звичками; розвиток фізичної культури і спорту;
- забезпечення всебічного гармонійного фізичного та психічного розвитку дитини, починаючи з народження, її раціонального харчування, оптимальних умов побуту, виховання і навчання;
- створення відповідних мотивацій в ставленні до свого здоров'я, вироблення умінь і навичок здорового способу життя;
- створення умов, що сприяють поліпшенню якості життя та зміцнення

здоров'я людей [46].

Важливою умовою реалізації Концепції є вдосконалення інформаційної системи у сфері охорони здоров'я населення. Інформацію про стан здоров'я необхідно накопичувати і використовувати в цілях освіти та соціальної пропаганди, підвищення мотивації до здорового способу життя та охорону навколишнього середовища.

Одним з механізмів реалізації Концепції виступає розробка та впровадження освітніх програм, спрямованих на формування здорового способу життя, збереження і зміцнення здоров'я дітей, підлітків та молоді, формування у кожного з них турботи про власне здоров'я і здоров'я оточуючих.

Окреслені вище проблеми зумовили актуальність теоретичної та практичної розробки питань освіти учнів основам індивідуального здоров'я як важливої складової процесу самозбереження здоров'я.

Поняття здоров'я виникло давно; натомість у зв'язку з постійним погіршенням стану здоров'я молоді проблема здоров'язбереження, незважаючи на науково-технічний прогрес, є актуальною і в наш час. Відтак виникає потреба звернутися до історії розвитку проблеми здоров'язбереження, простежити її розв'язання на різних етапах розвитку суспільства. Розглянемо ці етапи розвитку освітянської діяльності в галузі збереження індивідуального здоров'я.

Ще у первісносуспільний період, коли все було підпорядковане одній меті – забезпеченню умов існування та виживання в природних умовах – діяльність людей мала здоров'язберігаючий характер. Стан свого здоров'я, успіхи й невдачі під час полювання, ловлення риби люди пов'язували з певними богами, амулетом тощо. Знання про здоров'язбереження передавалися від покоління до покоління у вигляді розповідей, основні з яких стосувалися траволікування [71].

В епоху рабовласницького ладу було започатковано першу систематизацію знань про здоров'язбереження людини. Лікарі, філософи

активно шукали способи збереження здоров'я людини. Підтвердженням того є: китайське керівництво по здоров'ю «Конг-фу» (близько 2600 р. до н.е.), індійська «Аюрведа» (близько 1800 р. до н.е.), «Про здоровий спосіб життя» Гіппократа (близько 400 р. до н.е.), спартанська оздоровча система та ін.

Так, у Стародавній Греції цінували гарне здорове, вправне тіло та фізичну красу. Основними засобами здоров'язбереження людини були фізичні вправи, харчові обмеження, постійне тренування волі і характеру, що було обумовлено потребою держави в сильних, здорових воїнах, здатних воювати та перемагати. Дух змагання і перемоги греків сприяв виникненню у 776 р. до н.е. Олімпійських ігор, які проводяться і в наш час [71].

Відтак, в Афінах формування збереження здоров'я здійснювалося під впливом гуманістичних ідеалів, культу краси людського тіла, а у Спарті – було громадським обов'язком, вимогою наслідування запитам і цілям войовничої країни, де перемагає найсильніший та найздоровіший.

Християнство характеризується гармонійним розвитком людини, що передбачало з її духовне і фізичне оздоровлення.

У часи Середньовіччя – епоху лицарства – погляди на формування духовного і фізичного стану людини як єдиного цілого її здоров'я почали руйнуватися: духовенство піклувалося духовним збагаченням людини, а образ лицаря асоціювався з фізичною силою та красою. Середньовіччя ліквідувало стародавню цивілізацію, тому рівень культури, особливо фізичної, став значно нижчим від античної, оскільки всі сторони суспільного буття контролювалися духовенством. У житті простого народу – селян і міщан – побутували народні засоби фізичної культури: народні ігри, забави, ігри з м'ячем, танці, масові купання, фехтування, стрільба з лука, метання каміння, боротьба [71].

У XIV-XVI ст. – в епоху Відродження – зроблено значний вклад у поєднання краси тіла і духу особистості як взаємопов'язаних складових здоров'я людини на основі вивчення пропорцій тіла і механіки її рухів. Так, біомеханічні віднайдення Леонардо да Вінчі стали підставою для вивчення будови і функцій організму. Провідними ідеями того часу були такі: людина

починала відчувати себе частиною природи; хвороба все менше розглядалася як Божа кара, а як те, з чим може владнати людина [71].

На розроблення системи оздоровлення молоді значний вплив мав видатний чеський мислитель-гуманіст Я. Коменський, який наголошував, що правильно дібрані фізичні вправи зберігають здоров'я, допомагають переносити втому, пов'язану з навчанням у освітньому закладі. Окрім цього, він указував на цінність гігієнічних знань, правильного харчування, важливість виконання оздоровчих технологій, які впливають на покращення стану здоров'я молоді.

У XVII-XVIII ст., тобто в епоху Просвітництва, в Європі з'явилися нові підходи до розв'язання проблеми здоров'язбереження, запропоновані Д. Локком і Ж.-Ж. Руссо. Так, англійський педагог Д. Локк розробив систему підготовки джентльмена, який має здоровий дух у здоровому тілі. Методика вченого будувалася на єдності фізичного, психічного і розумового компонентів здоров'я завдяки вихованню тіла, характеру і розуму людини [71].

Ж.-Ж. Руссо висунув теорію природного виховання (загартування, обмеження в їжі), яка також відіграла прогресивну роль у здоров'язбереженні тогочасного покоління. Отже, філософія тих часів остаточно зарахувала людину до природного світу й довела, що саме розум допоможе їй піклуватися про здоров'я.

Історія розвитку вітчизняної педагогіки свідчить про те, що ще у період Київської Русі ставилися вимоги до фізичної працездатності і здоров'я людини, оскільки вона повинна була вправно виконувати господарські обов'язки й розв'язувати військові проблеми держави. Основними напрямками здоров'язбереження були такі: фізичне виховання в сім'ї; військово-фізичне виховання в побуті та в освітніх закладах. Народна фізична культура слов'ян зосереджена в рухливих іграх, забавах, розвагах, танцях, змаганнях і підпорядкована побутово-релігійному календарю, що наближує людину до природи і сприяє її оздоровленню [35].

За часів Запорозької Січі було створено досить ефективну систему

здоров'язбереження, в основі якої – не тільки фізичний, а й духовний розвиток людини за допомогою формування і збереження таких цінностей, як шанування засад честі, справедливості, лицарських чеснот, родових традицій шляхетності, здорового способу буття. Основними засобами здоров'язбереження були фізичні і психофізичні вправи, спрямовані на самопізнання, саморозвиток, тілесне і психофізичне вдосконалення [53].

Друга половина XVIII століття – час діяльності російського вченого М. Ломоносова, – який акцентував увагу на першочерговій важливості руху у здоров'язбереженні; ним розроблено вказівки до регламенту Московської та Академічної гімназій з організації правильного режиму харчування та його повноцінності, розкладу дня і занять, медичної допомоги тим, хто навчається. О. Суворов розробив військово-педагогічну систему, що сприяла здоров'язбереженню воїнів; її основним засобом були фізичні вправи та загартовування [26].

У своїх працях російські вчені XVIII ст. (С. Забелін, Н. Максимович-Амбодик, А. Протасов та ін.) розглядали такі аспекти збереження здоров'я, як фізичне виховання і загартовування, харчування і гігієна молоді.

На межі XVIII-XIX ст. лікарями великого значення надавалося не лише лікуванню хворих учнів закритих дитячих установ, а й гігієнічним заходам, розкладу дня, харчуванню, їхньому фізичному вихованню, заходам з боротьби із заразними хворобами, що сприяло оздоровленню вихованців. У цей період були порушені також проблеми пропаганди здорового способу життя, питання санітарно-гігієнічних норм, гармонії людини з довкіллям. Так, П. Лесгафт розробив свою систему фізичної освіти, спрямовану на виховання гармонійної особистості, її фізичний розвиток, приділяючи однаковою мірою увагу оздоровчим та освітнім завданням фізичного виховання. Мету фізичного виховання він убачав у тому, щоб навчити молодь свідомо управляти своїм тілом, активно боровся за оздоровлення народу, порушував питання щодо введення фізичного виховання у школах.

С. Боткін першим відзначив еволюційну функцію здоров'я людини. За

його словами, вроджена властивість пристосування може в значній мірі збільшуватися звичкою організму до тих чи інших коливань навколишнього середовища: «Людина мало-помалу пристосовувалася до різних коливань зовнішніх умов, передаючи своєму потомству постійно наростаючу здатність пристосування, яке значною мірою збільшується за допомогою знання і мистецтва, придбаних шляхом навчання у спостереженні та досвіді» [38, 13].

К. Ушинський закріпив «антропологічний принцип» в педагогіці. На думку вченого, даний принцип вимагає визнання цілісності людини, неподільності її духовної та тілесної природи, поєднання розумового і морального виховання з вихованням фізичним. У цьому зв'язку він зазначав, що педагогічна антропологія починається з фізіології і гігієни, з дослідження факторів, що характеризують здоров'я, нормальний розвиток людського організму [92]. Згідно К. Ушинському, педагогіка повинна ґрунтуватися на фундаменті людинознавчих наук: анатомії, фізіології, патології людини, психології, логіки, філології, географії, що вивчає Землю як житло людини і людину як жителя земної кулі, статистики, історії у світовому розумінні, куди відносяться історії релігій, цивілізацій, літератури, мистецтва і власне виховання. Як вважав педагог, в цих науках викладаються і групуються факти, в яких виявляється сукупність «властивостей предмета виховання, тобто самої людини». Основними вимогами до навчального процесу він вважав: планування, органічний перехід до нового знання, гігієна занять [51].

Наприкінці XIX ст. – на початку XX ст. проблема здоров'язбереження набула особливого значення. Науковці з анатомії, фізіології та гігієни людини розпочали наукові дослідження цієї проблеми, оскільки цьому сприяла зростаюча соціальна цінність здоров'я людини.

В епоху існування Радянського Союзу проблемі здоров'язбереження нації приділялося важливе значення; це питання вирішувалося за допомогою чіткої організації системи охорони фізичного здоров'я, що було необхідно для сфер праці і оборони.

У СРСР здійснювалася масова спортивна діяльність молоді, масова

пропаганда зміцнення і збереження здоров'я, всебічного розвитку людини, що передбачало фізичні вправи, спорт, туризм, методи загартовування організму. У цей час фізкультура розвивалася як масовий рух, вона цінувалася в суспільстві передусім як прояв активної діяльності молоді та демонструвалася у парадах, виступах, змаганнях.

У роки Великої Вітчизняної війни фізична культура стала важливою частиною фізичної підготовки бійців і командирів усіх родів і військ. У військово-медичних закладах широко застосовувалася лікувальна фізкультура, яка сприяла скороченню строків одужання поранених і хворих, поверненню їх до бойових дій. Особлива увага надавалася розвитку масового фізичного руху, його введенню в життя кожної людини, організації, колективу чи сім'ї [71].

Питання здоров'язбереження знайшло своє втілення і у працях класиків педагогіки. Наприклад, збереження здоров'я юного покоління посідало чільне місце в педагогічній діяльності А. Макаренка. Формулюючи мету виховання, він виокремив три основоположні завдання освіти: виростити дитину здоровою, сформувати в неї вміння працювати, сприяти її моральному становленню. У своїх працях видатний педагог приділяв значну увагу питанням режиму навчання і праці, особистої гігієни, санітарно-гігієнічним аспектам трудового виховання, психогігієни тощо.

Великого значення збереженню здоров'я молоді надавав В. Сухомлинський, який у своїх роботах розглядав такі засоби збереження та зміцнення здоров'я молоді, як ранкова гімнастика, рухова активність, ходьба босоніж, походи, праця взимку на свіжому повітрі, купання у відкритих водоймищах, режим харчування. Його увага акцентувалася на принципах збереження здоров'я молоді за допомогою профілактики, ранньої діагностики, ліквідації проблем зі здоров'ям, що виникають, раціонального харчування та зміни поведінки в аспекті збереження здоров'я. Здорове середовище у процесі навчання педагог пов'язував із гігієнічною та комфортною психологічною атмосферою, безпекою навчання. Вчений підкреслював, що здоров'я його вихованців залежить від виховного впливу на них учителів, способу життя

молоді, валеологічного наповнення навчально-виховного процесу.

Першу спробу сформулювати положення про механізми здоров'я та способи впливу на них зробили в 60-х роках минулого століття С. Павленко і С. Олейнік. Вони обґрунтували науковий напрям, що отримав згодом назву «санологія». Істотний внесок у його розвиток внесли представники військової медицини, які займалися медичним забезпеченням осіб, які працюють в екстремальних умовах. Ними було введено поняття «донозологічна діагностика», яке в подальшому стало широко використовуватися в цивільній охороні здоров'я [39].

Проблему оздоровлення досліджували багато вчених, з-поміж них – П. Іванов, Г. Малахов, П. Брегг та інші. Їхні системи оздоровлення базувалися на положенні, що людина є енергетичною системою, яка перебуває у безперервній енергоінформаційній взаємодії з природою, людьми і космосом. Так, система П. Іванова є поєднанням фізично-психічно-духовного самооздоровлення, що має кодекс «Дитятко», який містить 12 правил, спрямованих на всебічне оздоровлення особистості. Концепція оздоровлення, за П. Івановим, полягає у природному способі життя, тобто у розумінні людиною природи як середовища, яке її годує і потребує дбайливого ставлення..

Система Г. Малахова також спрямована на всебічне (духовне, психічне, фізичне) оздоровлення особистості. Він наголошує, що здоров'я залежить від душевної чистоти та рівня розвитку духовності людини, вміння любити довкілля, способу життя, прагнення черпати здоров'я у природи. Не менш відомою є методика самозагартування та очищення організму П. Брегга. Деякі науковці (О. Стрельникова, К. Бутейко, К. Дінейка) займалися проблемою оздоровлення на основі регуляції дихання. Ними запропоновано оздоровчі методики, в яких дихальні вправи є ефективним засобом оздоровчого впливу на весь організм.

Істотний внесок у формування валеології зроблено групою київських вчених (Г. Апанасенко, С. Душанін, І. Мурахов та ін.), що розвивали вчення про

фізичний стан людини [5].

У зазначений період здоров'ю не надавалося належної уваги, оскільки особисті інтереси підпорядковувались інтересам держави, що призвело наприкінці 90-х рр. до катастрофічного стану здоров'я молоді, оскільки була відсутня цілеспрямована і систематична робота зі збереження здоров'я і сформоване споживацьке ставлення до свого здоров'я. Водночас набули актуальності проблеми дитячого злочину, наркоманії, токсикоманії, алкоголізму, тютюнокуріння, статевих захворювань тощо у зв'язку з низькою культурою молоді. Підвищення кількості молоді, яка веде нездоровий спосіб життя та масово пропагує його іншим, відбулося через порушення принципу єдності й гармонії з природою і Всесвітом, знецінення моральних принципів, недостатньої поінформованості про наслідки аморального способу життя.

Натепер, на жаль, не існує масової роботи з молоддю щодо налаштованості на збереження здоров'я, значно зменшилася кількість спортивних шкіл, фізкультурно-оздоровчих клубів та, відповідно, скоротилася кількість залученої до занять в них молоді, що поступово призводить до погіршення стану її фізичного, психічного і духовного здоров'я.

Сьогодні перед науковцями постає актуальна проблема забезпечення високого рівня фізичного, морального і психічного здоров'я молоді засобами і методами фізичного виховання з широким застосуванням національних традицій українського народу (козацькі забави, розваги та ін.).

Окрім цього, значну увагу сучасні науковці приділяють психічному і духовному здоров'ю молоді, наприклад, визначаються способи забезпечення високого рівня психічного та абсолютного фізичного здоров'я людини за допомогою традиційних і нетрадиційних засобів оздоровлення; акцентується увага на визначенні і розвитку екстрасенсорних здібностей особистості, захисті себе і своїх близьких від фізичного і психічного нападу, профілактиці та лікуванню сексуальних порушень.. Таким чином, сучасна система фізичного виховання молоді може стати універсальним засобом гармонізації та оздоровлення, виявлення і розвитку закладених Богом в людині її потенційних

можливостей: духовних, психічних і тілесних. Проблему здоров'язбереження науковці розглядають у різних галузях наук: у сучасній філософії з'явилася так звана філософія здоров'я, в педагогіці – педагогіка щастя або валеологія сім'ї, яка розкриває проблеми мотивації та сексуальності молоді, підготовки її до сімейного життя, до народження дитини та її виховання, проблеми харчування, гігієни житла і домашньої медицини.

Зазначаємо також, що сучасних оздоровчих заходів використовується багато: оздоровчі фізичні вправи, оздоровче дихання, харчування, гігієна, рефлексопрофілактика, масаж, загартування, психоемоційне розвантаження тощо. З огляду на це, молода людина повинна бути добре обізнана з цими заходами, щоб уміло, з користю для свого здоров'я використовувати їх, тобто володіти культурою здоров'язбереження, оскільки саме вона є основою доброго здоров'я.

Здоров'язбереження молоді є тим специфічним соціальним явищем, що спрямоване на створення умов для успішної освітньої діяльності без шкоди для здоров'я учасників цього процесу.

Сьогодні, на жаль, не існує масової стимулюючої роботи з молоддю щодо налаштованості на здоров'язбереження, що, вважаємо, поступово призводить до погіршення стану здоров'я молодих людей, оскільки основну частину свого дозвілля молодь проводить біля комп'ютера або телевізора як основних джерел інформації.

Історичний аспект розвитку проблеми здоров'язбереження свідчить, що в періоди розвитку людства, які характеризуються спрямованістю на єдність духу і тіла людини, система здоров'язбереження була високоефективною. У наш час необхідно реформувати систему фізичного виховання школярів в такий спосіб, щоб визначити нові засоби заохочення і стимулювання їх фізичної активності, які б допомогли зупинити регресування і погіршення стану їх здоров'я, що неможливо без формування у молоді культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації.

В даний час особливої значущості набуває організаційно-педагогічна,

оздоровча спрямованість функціонування системи освіти.

Зміст освіти в контексті збереження здоров'я відображено в програмі «Основи здоров'я» для загальноосвітніх навчальних закладів, затвердженою Міністерством освіти і науки, молоді та спорту України і методичних рекомендаціях до даної програми [74].

Згідно з цією програмою, просвіта виступає важливим механізмом підготовки дитини до дорослого життя, формування її поглядів і ціннісних установок. Вона являє собою, з одного боку, процес трансляції інформації про здоров'я людини, здоровий спосіб життя, прийомах збереження здоров'я, оздоровлення, механізмах самозбереження життєздатності в «агресивних» умовах зовнішнього середовища, самозбереження здоров'я. З іншого боку – це система заходів, які забезпечують вирішення завдань формування здоров'я дітей, підлітків і здійснюваних цілим рядом освітніх, просвітницьких установ, громадських структур, засобів масової інформації.

Просвітництво в галузі збереження індивідуального здоров'я в системі загальної освіти пов'язано з трьома основними процесами:

1. Просвітництво серед вчителів та школярів з метою формування ціннісних установок на збереження і зміцнення їхнього здоров'я. На даному рівні здійснюється навчання суб'єктів: основам педагогіки здоров'я – науки про загальні закономірності, що визначають зміст і форми побудови педагогічного процесу, спрямованого на створення, збереження і розвиток стану морального, психологічного та фізичного благополуччя; донозологічної діагностиці здоров'я та використанню її даних для розробки індивідуальної програми управління здоров'ям; вихованню культури здоров'я; формуванню світогляду як усвідомлення гармонії навколишнього світу і внутрішнього «Я» людини [77, 17].

2. Підготовка вчителів до освіти школярів основам індивідуального здоров'я: розробка технологій і методів освіти школярів основам індивідуального здоров'я для вчителів-предметників, розробка та використання вчителями всіх предметів здоров'язберігаючих методів навчання, підготовка

методичної літератури і навчальних посібників [88].

3. Матеріально-технічне забезпечення просвітницької діяльності: створення інфраструктури, загального напрямку діяльності навчального закладу або його окремої ланки, підготовку фахівців та матеріальної бази для відповідної роботи.

Зазначені процеси взаємообумовлюють один одного, визначаючи ефективність здійснюваної діяльності, спрямованої на реалізацію мети освіти: прищепити кожній людині, з урахуванням її статі і віку, свідомості необхідності збереження і зміцнення індивідуального здоров'я, збереження сімейного та суспільного здоров'я, виховати почуття відповідальності за своє здоров'я, навчити вести раціональний здоровий спосіб життя.

Просвітництво у сфері індивідуального здоров'я включає наступні напрямки:

- поширення серед дітей та підлітків конкретно-наукових знань про природу людини, її здоров'я як якісному показнику життєдіяльності, про компоненти здоров'я, внутрішні і зовнішні фактори, що впливають на здоров'я людини;

- відображення досвіду, шляхів і засобів захисту від агресивних впливів навколишнього природного і соціального середовища;

- популяризація сучасних наукових поглядів на здоровий спосіб життя і його складові: раціональне харчування, рухова активність, відмова від шкідливих звичок, загартовування, особиста гігієна, позитивні емоції [43].

- формування громадської думки з питань збереження здоров'я дітей та підлітків;

- практичне відображення впливу антропогенних факторів на здоров'я людини;

- виявлення ціннісних орієнтацій, потреб школярів у збереженні здоров'я, ведення здорового способу життя, встановлення ступеня усвідомлення дітьми та підлітками рівня власного здоров'я, причин його зміни, можливостей самозбереження здоров'я;

– активна участь у виробленні норм безпечної поведінки [93].

Названі напрями детермінують наступну систему завдань охороноздоровчої освіти:

1. Засвоєння провідних ідей, основних понять і наукових фактів про природу людини, її здоров'я, фактори, що впливають на здоров'я дитини, дорослої людини.

2. Розуміння багатосторонньої цінності здоров'я як джерела активної життєдіяльності, творчої самореалізації людини.

3. Оволодіння прикладними знаннями і практичними вміннями, здійснення раціонального способу життя, оцінювання свого стану здоров'я і стану здоров'я інших людей, прийняття правильних, усвідомлених рішень щодо свого способу життя, самозбереження.

4. Свідоме дотримання норм поведінки відносно свого здоров'я і здоров'я оточуючих.

5. Розвиток потреби ведення здорового способу життя, заснованої на чітких знаннях про наслідки негативних впливів шкідливих звичок, нездорового способу життя.

6. Активізація діяльності з самозбереження здоров'я, складання індивідуальної програми збереження здоров'я.

Просвітницька діяльність у сфері індивідуального здоров'я може бути представлена сукупністю складових елементів, які в свою чергу є факторами, що лімітують ефективність здійснення даного процесу.

Вчитель у школі виступає як просвітитель, учень як той, що просвіщається.

Користуючись конкретною методикою, вчитель здійснює трансляцію знань, відпрацьовує практичні вміння. Школа як суспільний інститут організує процес освіти, а педагог моделює організаційні форми цієї роботи.

Процес освіти основам індивідуального здоров'я має протяжність в часі. Лімітуємий час – найважливіший параметр освіти. З одного боку, – це час здійснення просвітницьких заходів. Його якісними характеристиками є

тривалість, динамічність. З іншого боку, – це загальна тенденція розвитку людства, суспільства, момент «тут і зараз». Якісними показниками є своєчасність, адекватність сучасним умовам життя.

Знання – фактор освіти, що представляє собою сукупність інформаційних одиниць – відомостей з різноманітних наук: природничих (генетика, антропология, анатомія, фізіологія, екологія людини тощо), гуманітарних (психологія, філософія, історія), суспільствознавчих (соціологія, соціальна психологія, соціальна медицина). До галузі знання, що надає безпосередній вплив на процес освіти і його ефективність відноситься також мистецтво, що володіє «властивістю випереджаючого відображення» [23].

Важливою характеристикою знань в галузі основ індивідуального здоров'я є причинно-наслідкова залежність явища (стану здоров'я) від факторів зовнішнього і внутрішнього середовища. Причому дана залежність повинна чітко простежуватися в послідовності передачі знань (рис. 1.1.).



Рис. 1.1. Система відображення причинно-наслідкових зв'язків передачі знань учням в процесі просвіти

Організація освіти в галузі основ індивідуального здоров'я – компонент, що характеризує просвітницьку діяльність з точки зору його форм, засобів здійснення, може здійснюватися:

- в рамках досліджуваного навчального предмета, що включає питання здоров'я людини, її збереження і примноження;
- в ході проведення курсів, факультативів з питань здоров'язбереження;
- за допомогою включення в шкільні програми окремих тем, пов'язаних з досліджуваною проблемою;
- через включення в шкільні програми понять, що відображають деякі аспекти збереження індивідуального здоров'я.

Серед форм просвіти в сфері індивідуального здоров'я можна виділити: конкурси, свята, вікторини, тематичні дні (місячники та ін.), виставки, участь в агітбригадах, лекторії, наукові та творчі майстерні, зустрічі з фахівцями, підготовка стендів, плакатів, антиреклами, мініспектаклів, робота в інтернеті, екскурсії, відвідування виставок, бібліотек, перегляд тематичних телепередач, ознайомлення з продукцією засобів масової інформації і т.д.

Невід'ємний компонент просвітницької діяльності в галузі основ індивідуального здоров'я – ті, що просвіщаються. Учні засвоюють особистісно-значиму інформацію, адаптуються у навколишньому середовищі та соціумі; одночасно розвивається особистість дитини. У дитячому віці складаються нейрофізіологічні властивості людини, отже, йде формування поведінкових реакцій, цінностей, властивих дорослій людині, вирішення основних проблем, пов'язаних із збереженням і примноженням індивідуального здоров'я.

Таким чином, в процесі освіти основам індивідуального здоров'я повинні дотримуватися і деякі умови:

- збіг трансльованого і особистого життєвого досвіду учнів;
- систематичне узагальнення досвіду, що дозволяє адекватно реагувати на життєві обставини;
- розвиток особистісних особливостей і здібностей учнів;
- посилення ступеня мотивації в процесі вирішення проблем здоров'я;
- збільшення рівня емоційного фактора у навчально-виховному процесі і в ситуаціях проблемного характеру;
- формування почуття впевненості учнів у своїх силах і т.д. [66].

Методичний фактор – ще один компонент просвітницької діяльності в галузі основ індивідуального здоров'я, тому від нього безпосередньо залежить результативність здійснюваної діяльності.

При розгляді методів просвітницької діяльності можна використовувати класифікацію, запропоновану Ю.Бабанським [7]:

1. Методи організації та здійснення просвітницької діяльності:

- перцептивні (передача і сприйняття інформації за допомогою почуттів);
- словесні (лекція, розповідь і т.д.);
- наочні (демонстрація, ілюстрація, презентація та ін.);
- практичні (вправи, виконання завдань);
- логічні (індуктивні, дедуктивні, аналогії);
- гностичні (репродуктивні, проблемно-пошукові);
- самоуправління навчальними діями (робота з книгою, комп'ютером).

2. Методи стимулювання і мотивації пізнавальної діяльності:

- методи формування інтересу до збереження здоров'я (створення проблемних ситуацій, дискусії, розробка індивідуальних проектів та ін.);
- методи формування обов'язку і відповідальності по відношенню до здоров'я (створення ситуації успіху, заохочення, схвалення, осуд, волонтерська діяльність),

3. Методи контролю і самоконтролю за ефективністю просвітницької діяльності: усні та письмові завдання, конкурси, ігрові методи, вікторини і т.д. [7]

Рішення задач просвіти в галузі індивідуального здоров'я в першу чергу спрямоване на формування культури здоров'я школярів, під якою розуміється складне багатовимірне соціально-педагогічне явище, що характеризує ступінь розвитку системи становлення позитивних цінностей школярів у формуванні, збереженні і зміцненні індивідуального здоров'я, культури здорового способу життя як «соціально детермінованої галузі загальної культури людини, що представляє собою якісний, системний, динамічний її стан, що характеризується певним рівнем знань та інтелектуальних здібностей,

мотиваційно-ціннісних орієнтацій, фізичної культури, придбаних у результаті виховання і самовиховання та інтегрованих у практичній життєдіяльності, фізичному і психічному здоров'ї» [77, 10].

Таким чином, просвіта основам індивідуального здоров'я є складовою частиною системи освіти України, що відповідає основним цілям, завданням і принципам її розвитку.

1.2. Понятійно-категоріальний апарат проблеми дослідження

Розгляд основних понять і категорій, на яких базується наше дослідження, дозволить визначити комплекс педагогічних і методичних умов підготовки вчителя до освіти школярів в галузі збереження індивідуального здоров'я.

Стрижневим для роботи є поняття «підготовка вчителя». Найближчим до нього з системної співвідпорядкованості є поняття «підготовка вчителя до освіти школярів основам індивідуального здоров'я».

Звернемося до сутності понять «готовність», «підготовка».

У тлумачному словнику російської мови Д. Ушакова термін «готовність» трактується, з одного боку, як закінченість, остаточний результат, з іншого – як стан від прикметника «готовий» – приготувався до чого-небудь або як згода, бажання робити що-небудь. Термін же «підготовка» означає і дію, і процес за значенням дієслова «готувати», і певний запас знань, отриманих в результаті навчання [91].

Очевидно, що ці поняття, не будучи синонімічними, розкривають логічну структуру діяльності: мета – процес – результат (якість).

Докладаючи перераховані поняття до педагогічних явищ, має сенс трактувати термін «готовність» або як усвідомлену необхідність, бажання до педагогічної діяльності, або як суб'єктивний результат процесу підготовки.

Таким чином, «підготовка» є процес формування професійної готовності,

яка, в свою чергу, включає в себе:

- «регламентовану ступінь вишколу» як сумарну характеристику набутих знань;
- компетенцію як загальну здатність, засновану на знаннях, досвіді, цінностях, схильностях, які придбані в процесі навчання;
- готовність як стійке мотивоване бажання виконати свій обов'язок вчителя – предметника: вчителя – вихователя, вчителя – просвітителя, вчителя – дослідника [73].

Відповідно до предмету магістерського дослідження необхідно уточнити, що ми розуміємо під просвітництвом школярів у галузі збереження індивідуального здоров'я та підготовкою до нього.

Поняття «просвіта» в різних джерелах трактується по-різному. Так, у Великому енциклопедичному словнику під «просвітництвом» розуміється, з одного боку, поширення знань, освіта, а з іншого – система освітніх установ в країні [11]. У Словнику російської мови С. Ожегова поняття «просвітництво» означає повідомлення кому-небудь знань, поширення серед кого-небудь знань, культури [63].

Поняття «просвітництво» в педагогічній літературі на процесуальному рівні нерідко ототожнюється з іншими поняттями – «освіта», «навчання», «популяризація». Однак кожне з них має власне значення, хоча між ними виявляється і схожість.

Вивчаючи філософсько-педагогічні аспекти феномену просвітництва. О. Мельник [58] зазначає, що:

- по-перше, феномен просвітництва виступає унікальним, єдиним в своєму роді явищем, очевидною даністю і закономірністю педагогічної діяльності, що яскраво відбиває її типові ознаки, мету, головні функції та позитивним чином впливає на освітній та загальнокультурний рівень як окремої особистості, так і суспільства взагалі;
- по-друге, як суспільно значуща педагогічна діяльність, просвітництво завжди здійснювалося в інтересах людей та суспільства, поступово збільшуючи

кількість його освітнього середовища;

– по-третє, серед суттєвих характеристик означеного явища постають такі моральні та інтелектуальні якості, як гуманізм, потяг до пізнання, безкорисність, благодійність, самовідданість, доброта, мужність, свобода думки, патріотизм та інші [58, 330].

О. Омельченко зазначає, що основними ознаками просвітництва є фундаментальне знання, науковий світогляд, особистісне споглядання, особиста релігія [64].

Н. Стефановська, виділяючи ознаки просвітництва, використовує метод вербальних і образних асоціацій респондентів. В результаті нею виділені: вербально-асоціативні ознаки і образно-асоціативні ознаки просвітництва [81].

При аналізі поняття «індивідуальне здоров'я людини» ми вважаємо важливим розуміння термінів «індивід», «індивідуальність», «здоров'я людини», «умови (фактори), що впливають на індивідуальне здоров'я людини». У словниковому значенні, поняття індивідуум (індивід) – (individuum (лат.) – неподільне) – це окрема людина, особистість [82], людина як одинична природна істота, представник роду *Homo sapiens*, продукт філогенетичного і онтогенетичного розвитку, єдності вродженого і набутого, носій власних своєрідних рис (здатків, потягів і т.д.) [65].

Під індивідуальністю людини прийнято розуміти неповторну своєрідність кожного індивіда, що здійснює свою життєдіяльність в якості суб'єкта [15, 47].

Індивідуальність людини формується на основі успадкованих задатків спочатку тільки в процесі виховання, а потім і самовиховання. Властивості індивідуальності забезпечують інтеграцію всіх особистісних властивостей, гармонію внутрішнього світу людини, врівноваженість і суб'єктивність (людина керує своїм життям, вибудовує його за зразком, самовизначається) [78].

Здоров'я як комплексний, цілісний, багатовимірний, динамічний стан розвивається в процесі реалізації генетичного потенціалу в умовах конкретного соціального та екологічного середовища і дозволяє людині в різній ступені

здійснювати її біологічні та соціальні функції [37, 22].

У статуті Всесвітньої організації охорони здоров'я термін «здоров'я» визначається як стан повного фізичного, психічного і соціального благополуччя, а не тільки як відсутність хвороб або фізичних дефектів [90]. Отже, в поняття «здоров'я» як неодмінного критерію повинна входити можливість повноцінної активної трудової та громадської діяльності. Хвороба не тільки перешкоджає, але нерідко значно обмежує або зовсім позбавляє людину цієї можливості.

Н. Поліщук у дисертаційному дослідженні «Підготовка вчителя в системі післядипломної педагогічної освіти до розвитку здоров'язбережувальної компетентності учнів основної школи» розуміє поняття «здоров'я» як «стан саморегуляції організму та його динамічної взаємодії із середовищем, сукупність відносно врівноважених психосоматичних станів, що забезпечують можливість оптимального функціонування людини у різних сферах життя» [72, 8].

У своїй роботі Л. Сущенко визначає здоров'я як «оцінку співвідношення практичного стану організму людини або його окремих органів і підсистем з теоретично розрахованою або такою, що практично склалася в індивідуальній і суспільній свідомості нормою, де під нормою мається на увазі не суворо заданий кількісний показник, а певний діапазон зміни параметрів функціонування й розвитку внутрішніх органів і підсистем людини» [84, 31].

Здоров'я людини дослідниками визначається і як континуум (змінюваність і протяжність у часі) природних станів життєдіяльності, який характеризується здатністю організму до досконалої саморегуляції, підтримання гомеостазу, самозбереження та самовдосконалення соматичного і психічного статусу, при оптимальній взаємодії органів і систем, адекватному пристосуванні до навколишнього середовища, що змінюється (фізичного, біологічного, соціального), використанні резервних і компенсаторних механізмів відповідно до фенотипічних потребам та можливостей виконання біологічних і соціальних функцій, в тому числі народження і виховання

потомства [20].

Б. Долинський стверджує, 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» [28, 102]

У своїй роботі ми приймаємо цю характеристику терміна «здоров'я людини» як визначення поняття «індивідуальне здоров'я людини».

Про стан, перспективи здоров'я, ефективності вживаємих оздоровчих заходів кожного індивідуума можна судити за рівнем функціонування, динаміці розвитку показників індивідуального здоров'я, а їх кількісна сумарна величина виражає рівень здоров'я [17].

Здоров'я в якості процесу та стану характеризується такими категоріями, як відтворення здоров'я, формування здоров'я, споживання здоров'я, відновлення здоров'я [37, 23]. Як сукупність систем функціонування людини в цілому воно диференціюється на фізичне, психічне та соціальне здоров'я.

За словами І. Брехмана, перехід від здоров'я до хвороби можна розглядати як процес поступового зниження здатності людини пристосовуватися до змін соціального середовища, навколишніх умов [13].

Стан організму (його здоров'я або хвороба) – результат взаємодії з навколишнім середовищем, тобто результат його адаптації.

У дослідженнях А. Авцина зазначається, що організм людини, що зазнає в умовах сучасного науково-технічного прогресу безперервні стресорні впливи, необхідно розглядати як динамічну систему, яка здійснює безперервне пристосування до умов навколишнього середовища шляхом зміни рівня функціонування окремих систем і відповідної напруги регуляторних механізмів. Що стосується пристосування або адаптації до нових умов, то вони, на думку А. Авцина, досягаються ціною витрати функціональних ресурсів

організму, за рахунок певної «біосоціальної» плати. Організм постійно витрачає свої життєві ресурси і також постійно їх заповнює [1, 6]. І. Давидовський запропонував позначати терміном «ціна адаптації» біоенергетичні витрати на підтримку життєвого процесу. Адаптація як одна з фундаментальних властивостей живої матерії є результатом і засобом вирішення внутрішніх і зовнішніх протиріч життя, вона існує на межі життя і смерті, здоров'я і хвороби, за рахунок їх зіткнення і взаємопереходу [24, 19]. «Плата», яка вийшла за межі «біосоціального бюджету» і вимагає від організму все нових зусиль, веде до поломки адаптаційного механізму [1, 7].

На підставі дослідження поняття здоров'я і його станів, були розроблені методи якісної і кількісної оцінки стану здоров'я організму людини, шляхом вивчення показників функціонування систем організму, серед яких провідне місце займає донозологічна діагностика здоров'я людей.

Аналіз сучасних поглядів дослідників на поняття «здоров'я людини» виявив найбільш важливі підстави класифікації здоров'я. Це аспекти сутності здоров'я (генетична, фізична, психосоціальна); рівні реалізації здоров'я (індивідуальний, сімейний, популяційний); аспекти оцінки здоров'я (оцінка стану на даний момент, оцінка розвитку); аспекти норми (структурний, статистичний, гармонійний).

Разом з тим, говорячи про здоров'я індивіда, доцільно звертати увагу на його «рівень», який не повинен порівнюватися з «рівнем» здоров'я інших людей, а розглядатися в динаміці щодо вихідних для даного етапу обстеження результатів конкретного суб'єкта.

Комплексний підхід до розуміння основ індивідуального здоров'я людини, можливості його формування, збереження і зміцнення був здійснений в рамках валеології – науки про здоров'я. Вперше термін був запропонований І. Брехманом [13]. В даний час валеологія розуміється як наука, що включає в себе знання про навчання, виховання, профілактичну роботу, лікування та психофізичну реабілітацію людей [22].

На наш погляд, заслуга І. Брехмана полягає в тому, що він висунув ідею

необхідності нового погляду на саме поняття «здоров'я». Завдяки цьому здійснено розмежування визначень індивідуального та громадського здоров'я, індивідуальних особливостей і спільності багатьох аспектів здорового способу життя. Конструктивний підхід до здоров'я людини дозволив вперше сформулювати активну стратегію формування здоров'я.

На відміну від патоцентризма як способу мислення традиційної медицини, в центрі уявлень якій про порушення адаптації лежить поняття хвороби, фундаментальною основою валеології виступив саноцентризм, висхідний до терміну «санос» – здоров'я.

Як відзначають дослідники, у вивченні поняття індивідуального здоров'я основним є системний підхід, що ставить в центр проблеми людини цілісність і багатомірність її динамічних характеристик і висуває пріоритетні завдання щодо виховання потреб у здоров'ї, формування культури здоров'я в процесі індивідуального розвитку [37, 34].

Важлива роль у розвитку наукового уявлення про індивідуальне здоров'я людини належить дисциплінам природничо-наукової галузі знань: біології, біохімії, генетики, екології та іншим. Вони розкривають природу людини з точки зору її належності до тваринного світу, як особина виду *Homo sapiens*, що має характерне для нього анатомічну будову, особливості вищої нервової діяльності, зовнішні і внутрішні процеси, що відбуваються в її організмі на різних рівнях (молекулярному, клітинному, органному) , а також фактори, що впливають на ці процеси і на здоров'я людини в цілому.

За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я питома вага генетичних факторів, що впливають на здоров'я людини, досягає 15-20%. Вони обумовлюють наявність хромосомних і генних хвороб у індивідуума (гемофілія, хвороба Дауна, фенілкетонурія); хвороб, що проявляються в процесі індивідуального розвитку внаслідок слабкості спадкових механізмів (цукровий діабет, подагра, психічні розлади); хвороб, пов'язаних зі спадковою схильністю. Причинами збільшення кількості генетично обумовлених захворювань, є:

1. Поганий стан навколишнього середовища.
2. Низький рівень фізичного, психічного та сексуального здоров'я батьків до зачаття дитини.
3. Куріння майбутніх батьків, вживання алкоголю і наркотиків.
4. Неприродне для людини харчування.
5. Зачаття дітей в геопатогенних зонах.
6. Неправильний вибір термінів народження дітей [37, 41-42].

Психологія і соціологія розглядають індивідуума в різних ракурсах: я – людина; людина – людина; людина – суспільство; людина – людство.

Відомо, що становлення людини як гармонійно розвиненої особистості пов'язано з індивідуальними віковими і психічними особливостями, вдосконаленням пізнавально-психічних процесів, способом життя, ступенем соціалізації людини в суспільстві, реалізацією етолого-поведінкових і соціально-психологічних потреб. До перших належать:

- входження в етологічну групу, в якій розкриваються поведінкові властивості індивіда (домінування, підпорядкування) – потреба психолого-емоційного контакту;

- створення своєї групи – для домінуючих індивідів, входження в еталонну групу-для підлеглих індивідів;

- встановлення певної щільності однозначних груп у колективі і адекватна ієрархія етологічних груп;

- знаходження певної міри спілкування та ізолюваності окремих індивідів (у тому числі батьків і дітей), оптимального «особистого простору»;

- визначення етологічного «клімату» – поведінковий склад і тип для даної людської сукупності («темپ життя»);

- задоволення потреби в певному «етологічному пейзажі» як поєднанні природного середовища та середовища, створеного людиною: наявність комфортного житла і природи, яка відповідала б етнічним потребам людини.

До соціальних та соціально-психологічних потреб людини відносяться:

- гарантовані законом чи звичаями громадянські свободи (совісті,

волевиявлення, місця проживання, рівності перед суспільством і законом);

- конституційні або традиційно-суспільні гарантії і загальна ступінь впевненості в завтрашньому дні;

- моральні норми спілкування між людьми;

- свобода пізнання і самовираження, в тому числі через рівень освіти, образотворче та інші види мистецтва;

- почуття потрібності суспільству, а через нього потрібності самому собі;

- свідомість своєї статі і віку;

- відповідність вироблених в ході соціалізації стереотипів та ідеалів реальним суспільним нормам або терпимість суспільства до індивідуальних стереотипів, що відрізняються від сформованих суспільних норм;

- певний соціальний фон для задоволення економічних потреб людини;

- наявність або можливість утворення сім'ї як соціального осередку [70].

Неможливість повноцінної реалізації цих потреб людини, розкриття її індивідуальності у світі людей може з'явитися умовою відхилень у розвитку особистості, причиною виникнення девіацій.

Складний багатоступінчастий процес становлення здорового індивідуума, розвитку його спадкових фізичних і психічних задатків, формування здібностей індивіда протягом усього його життя відбувається під впливом комплексного впливу факторів. Джерелом же цього процесу є сама людина (внутрішні передумови) і її взаємодія з середовищем (природа, матеріальний світ, соціум, інформаційний простір).

У трактуванні В. Колбанова, Е. Казіна та інших просвітництво в галузі збереження індивідуального здоров'я має представляти собою безперервний процес, спрямований на формування системи наукових знань і практичних умінь, норм поведінки і діяльності, що забезпечують ціннісні відносини (мотивацію) до особистого здоров'я та здоров'я оточуючих людей. Результатом цього процесу має стати культура здоров'я, що припускає знання людиною своїх генетичних, гігієнічних, фізіологічних і психологічних можливостей, методів і засобів контролю збереження і розвитку свого здоров'я, вміння

поширювати валеологічні знання на оточуючих [83].

За словами В. Бондіна, система просвітництва в галузі збереження здоров'я повинна бути спрямована на те, щоб «людина, що опанувала певним обсягом знань у цій галузі, сформувала у себе мотиви, переконання і потреби у здоровому способі життя» [12, 47].

Отже, завдяки просвітницькій роботі в галузі збереження індивідуального здоров'я, здійснюваної в рамках освіти з включенням в нього елементів прикладної валеології та використанням діагностичних і оздоровчих засобів, повинні стати: стійка мотивація, потреба у здоров'ї, здоровому способі життя.

У сучасній педагогічній літературі немає достатньо чіткого визначення поняття «просвітництво в галузі збереження індивідуального здоров'я». Щоб сформулювати таке визначення, звернемося до близьких за обсягом і змістом понять з суміжних наук:

– санітарне просвітництво (визначення ВООЗ) – можливості, що свідомо формуються для набуття знань, які повинні сприяти зміні поведінки у відповідності зі сформованою кінцевою метою – не захворіти [57];

– сексуальне просвітництво – особливим чином організований процес, в ході якого формується певний рівень сексуальної компетентності та дається уявлення про цілий ряд сексуальних понять і явищ [44];

– психологічне просвітництво – прилучення дорослих (вихователів, учителів, батьків) і дітей до психологічних знань [81].

Крім того, в деяких джерелах дається трактування поняття «валеологічне просвітництво» як виховання у школярів потреби в здоров'ї, формування у них наукового розуміння сутності здорового способу життя та вироблення відповідної поведінки. В основі валеологічного просвітництва і виховання лежить концепція формування здорової людини, здійснювана через моральне, фізичне, статеве виховання, навчання способам психосаморегуляції, передачу і засвоєння гігієнічних, фізіологічних, екологічних та медичних знань [43].

У роботах Л. Татарникової термін «валеологічне просвітництво» характеризується як «реалізація валеологічного принципу – впізнавання

індивідуальних «Я» – особливостей, що виявляються у феномені – «Бути гармонійною особистістю», в саморефлексії, позитивному мисленні щодо своїх індивідуальних, інтелектуальних і енергетичних можливостей. Валеологічне просвітництво – це «людина – процес», що саморефлексує індивідуальну філософію здоров'я [85, 63].

Р. Валецька під валеологічним просвітництвом розуміє «систему освітніх заходів, спрямованих на формування валеологічного мислення та здорового способу життя людини» [16, 21].

Для визначення поняття просвітництво в галузі збереження індивідуального здоров'я скористаємося визначенням терміна «просвітництво», що наводиться В. Казначеевим: «Просвітництво – це складний соціально-історичний культурний процес, який можна визначити як соціально-історичний номогенез («номос» – закон, «генезис» – рух, розвиток)» [38, 17].

Як бачимо, автор визначає просвітництво як процес. Тоді просвітництво школярів в галузі збереження індивідуального здоров'я – це цілеспрямовано організований процес, спрямований на прилучення учнів до життєво необхідних знань про здоров'я та здоровий спосіб життя; формування у них саморефлексії, позитивного мислення, щодо своїх індивідуальних, можливостей; виховання культури здоров'я відповідно до умов і вимог сучасного соціального, політичного та культурного середовища.

У той же час проблема збереження здоров'я дітей та населення України залишається досить актуальною. У цьому зв'язку особливу значимість набуває питання підготовки вчителя до просвітництва школярів у галузі охорони індивідуального здоров'я тими засобами, які є в його розпорядженні.

Аналіз сучасного трактування понять і термінів, проведений нами, показав важливість просвітництва школяра в галузі основ індивідуального здоров'я, актуальність звернення до проблеми просвітництва як невід'ємної частини сучасної системи освіти, розуміння сенсу цілеспрямованого процесу просвіти школярів основам індивідуального здоров'я.

1.3. Основні підходи до здійснення просвітництва в галузі основ індивідуального здоров'я школярів у сучасній освітній практиці

Теоретичний аналіз літератури показує, що в основі просвіти в галузі збереження індивідуального здоров'я лежать принципи, які можна об'єднати в три провідні групи:

1. Загально-методологічні:

- гуманізація освіти, пріоритет загальнолюдських цінностей, життя і здоров'я людини, вільного розвитку особистості;
- загальнодоступність освіти, її адаптивність до рівнів і особливостей розвитку та підготовки учнів;
- визнання цінності дитини як особистості, повага до її людської гідності незалежно від рівня розвитку та виховання, здібностей і соціального статусу;
- визнання дитини суб'єктом права.

2. Організаційно-педагогічні:

- перспективності навчання дитини в школі в єдності з пролонгованим наглядом;
- систематичності і комплексності, постійної участі всіх зацікавлених сторін у розвитку здорової дитини;
- поетапності та безперервності, що означає створення чітко вибудованого процесу валеологічного просвітництва в школі з 1 класу по 11 клас;
- різноманітності форм і методів педагогічного та здоров'язберегаючого впливу на дитину.

3. Діяльнісно-функціональні:

- цілеспрямованості та доцільності функціонування системи освіти в галузі збереження індивідуального здоров'я школярів;
- ритмічності, як основи організації навчальної діяльності;
- адаптації параметрів навчальної діяльності психофізичним і функціональним можливостям дітей;

- пролонгації позитивних сенсорних наслідків;
- психогігієнічній спрямованості навчального процесу;
- раціонального чергування розумових, фізичних і сенсорних навантажень і психом'язових корекцій;
- пріоритетності виховних форм впливу при формуванні культури здоров'я школярів;
- підтримки орієнтації дитини на здоровий спосіб життя, включаючи її духовний розвиток [67, 109-110].

Перераховані принципи просвіти в галузі збереження індивідуального здоров'я реалізуються за допомогою спеціальної організації освітнього процесу навчального закладу.

Аналіз досліджень в галузі просвітницької здоров'яформуючої діяльності дозволив виділити кілька її напрямів.

1. Моніторинг здоров'я – тривале спостереження за станом ряду життєво важливих функцій організму шляхом реєстрації показників цих функцій [14]. Даний напрямок роботи розглядається фахівцями як джерело достовірної інформації про основні характеристики здоров'я.

Так, І. Дьомін та О. Дьомін проблему управління станом здоров'я дітей пов'язують із застосуванням скринінгу тобто виділенням із загального контингенту груп учнів постійного контролю динаміки показників рівня стану здоров'я на основі конституціонального підходу до організму і прийняття адекватних його стану керуючих впливів [25, 68].

Р. Камалова зі співавторами в якості одного з показників оцінки стану здоров'я вважають фізичний розвиток, а його провідним критерієм – стан опорно-рухового апарату [40, 71].

На думку Т. Хамаганова, провідною умовою зміцнення здоров'я школярів є рання діагностика прикордонних психічних розладів [95]. У цьому зв'язку В. Горбуновим запропоновано застосування методу соціально-гігієнічної оцінки [21]. Важливим способом оцінки адаптаційних можливостей учнів, на думку О. Кокун, є визначення економічності психофізичної діяльності [45].

Завдяки різноманітності сучасних методик сьогодні можлива багатовимірною оцінка соматичного розвитку рухової підготовленості, функціонального і психічного стану організму дитини, адаптоздібності та інших елементів системи моніторингового дослідження.

Поряд з аналізом стану здоров'я школярів, Н. Смирнов вказує на необхідність його оцінки, з позиції здоров'язбереження, шкільного середовища і роботи вчителя [79].

2. Попередження захворювань. В першу чергу воно пов'язане з профілактикою втоми і перевтоми школярів, що отримало втілення в рекомендаціях до складання розкладу (С. Малафеева, Л. Черкасіна), введенню в режим дня тривалих динамічних пауз (М. Адамов, В. Ловицький), використанню на уроках «функціональної» музики (І. Буркіна, Л. Жданова, Т. Русова). Істотний внесок у розвиток даного напрямку роботи вносить використання відновлення здоров'я методами фіто- та фізіотерапії (Г. Косіна), ароматерапії (І. Давидова, А. Удалов та ін.) [29]. Поряд з перерахованими методиками, З. Тюмасева і Д. Гольнева звертають увагу на профілактику захворювань шляхом використання лікувальних властивостей мінералів, кольору і музики [87].

3. Психологічний захист. Здоров'я кожної людини характеризується повнотою прояви життєвих сил, відчуття життя, всебічністю і довготривалістю соціальної активності і гармонійністю розвитку особистості. Ступінь вираженості цих процесів безпосередньо залежить від психічного здоров'я, яке представляється як сукупність таких аспектів: позитивне ставлення до себе; оптимальний розвиток, зростання і самоактуалізація особистості; психічна інтеграція; особиста автономія; реалістичне сприйняття оточення; вміння адекватно впливати на оточення [69].

Ще в 1979 р експертами ВООЗ виділені найважливіші завдання наукових досліджень з проблеми психічного здоров'я: «Необхідно перемістити фокус наукових досліджень і перейти від вивчення факторів, що підвищують вразливість дитини до психічних розладів, до вивчення тих чинників, які

захищають його від дій стресу, від вивчення шкідливих впливів, від вивчення невдалих заходів впливу – до вивчення впливів, які дозволили б попереджати психічні порушення» [75, 12].

Проблема психологічного захисту загострилася у зв'язку з невротизацією та уповільненням психічного розвитку дітей у процесі шкільної освіти (М. Лазарев, Н. Соколова та ін.). Подолання цього явища дослідники пов'язують з проведенням спеціальних заходів: облік індивідуальних особливостей учнів, використання диференційованого підходу в навчанні (Н. Сколова, Н. Слободяник, Л. Переслені, А. Шушковський та ін.); аналіз утруднень у школярів, що відрізняються від інших за основними властивостями нервової системи; вивчення психологічного портрета дітей з порушеною адаптацією (Л. Жданова, Л. Лісіна, Е. Лискова); здійснення корекційної роботи (О. Алексєєва, В. Доскін); дотримання гігієнічних норм навчальної діяльності (Є. Глушкова, В. Зубкова); розподіл навчальних предметів відповідно до денної і тижневої динаміки працездатності учнів (Л. Губарева, В. Доскін, Т.Сорокіна,); тренування пізнавальних психічних процесів і когнітивних здібностей (М. Максименко, Л. Ферроу та ін.); підвищення загальної культури і навчання прийомам саморозвитку (Т. Хрустальова); формування досвіду особистої саморегуляції активності (А. Осницький); індивідуальне консультування школярів (М. Гараскіна, Б. Хенвей). Важливим напрямком психологічного захисту є організація спеціалізованої психологічної допомоги підліткам (О. Ахвердова, І. Боев).

4. Профілактика шкідливих звичок. Об'єктивними передумовами адиктивної поведінки є як ендогенні фактори (спадкова схильність), так і соціально-психологічні причини – неблагополуччя в сім'ї, гіперопіка в підлітковому віці, важкі мікросоціальні умови, а також акцентуації характеру (Г. Грибанова, І. П'ятницький), які призводять до трансформації психічної сфери дітей та підлітків, в результаті чого у них формується установка на зміну своєї свідомості за допомогою впливу сильних подразників, у тому числі наркотичних речовин (А. Соловов). Враховуючи надзвичайно негативну

ситуацію за цією проблемою, що склалася в останні роки, в шкільній освіті робляться спроби впровадження спеціальних програм з попередження шкідливих звичок (Є. Іванова, Л. Трубицина та ін.), в тому числі адаптованих зарубіжних програм профілактичного навчання (А. Бікчентаєва, І. Гришко та ін.), а також профілактичних програм по зниженню ризику захворювання супутніми хворобами (А. Власіхіна, О. Гладишева та ін.).

Певна роль у подоланні адиктивної поведінки, на думку деяких авторів, повинна бути відведена з'ясуванню серед підлітків характеру відносин до проблем наркоманії, вживання алкогольних напоїв, куріння. За допомогою методики дослідження у фокус-групах передбачається удосконалювати профілактичну роботу, засновану на зворотному зв'язку між школярами та спеціалістами: лікарями, психологами, педагогами (В. Байдін, В. Касаткін, І. Паршутин, Н. Смирнов, Н. Тимошенко та ін.), розвитку підліткового добровольчого руху (Т. Кобякова, В. Родіонов, О. Смердов).

5. Статеве виховання – це система педагогічних заходів, спрямованих на формування у дітей, підлітків, молоді розумного, здорового ставлення до питань власного здоров'я, статі, моральної сфери, цнотливості. Метою статевого виховання є інформування, в тому числі і просвітництво дітей і підлітків про анатомо-фізіологічні особливості періоду статевого дозрівання, особливості чоловічих і жіночих репродуктивних систем, пояснення фізіологічних змін, що відбуваються в цей період у дітей та необхідності дотримання гігієнічних навичок для збереження свого здоров'я [56].

Вперше проблему необхідності системної розробки проблем статі та сексуальності підняв у своїх роботах І. Кон. Однак, за останні 35 років ця проблема не стала менш актуальною. Більше того, серед підлітків почастишали випадки гінекологічних захворювань, порушень у сексуальному розвитку (В. Іванов, О. Куліков). Стали звичайними (на тлі фізіологічної та психосоціальної незрілості) ранні статеві контакти (К. Глухова, М. Долженко). Підвищилася сексуальна агресивність з боку неповнолітніх. В інших випадках вони стають жертвами статевого насильства з боку дорослих з тяжкими

наслідками у вигляді нервово-психічних розладів (Н. Соломкіна, В. Самохвалов). Незважаючи на перераховане, питання статевого виховання залишається відкритим і ще не отримало належного висвітлення в педагогічній та методичній літературі.

6. Фізичне виховання як і раніше залишається центральною ланкою збереження і зміцнення здоров'я учнів. Тим часом, за даними сучасних дослідників, у школярів, особливо сільської місцевості, спостерігається дисгармонійний фізичний розвиток: дефіцит маси тіла, зниження показників м'язової сили, ємності легень; захворюваність скелетно-м'язової системи учнів за останні 20 років зростає в 27 разів. Ці негативні тенденції тягнуть за собою проблеми загальної працездатності молодого покоління [4, 235].

У цьому зв'язку значимість фізичного виховання дітей, підлітків, молоді істотно зростає. Очевидно, з цієї причини на сторінках вітчизняних видань феномен фізичної культури знайшов статус субкультури з вираженим поліфункціональним характером.

Одним із шляхів фізичного виховання є формування потреби у фізичному вдосконаленні і здоровому способі життя (М. Булатова, В. Овчаров, Г. Соловйов, В. Сутула, Н. Шитова).

Підтримання позитивного фізичного самопочуття з використанням психофізичних тренувань пропонує Н. Баженова [8]. На збереження тілесного і психічного здоров'я в процесі тілесно-орієнтованої терапії вказує Б. Якубанець. Використання засобів загартовування і найпростіших вправ – природних методів оздоровлення в повсякденному досвіді шкільного життя радять І. Карпова, В. Корчинський [41]. А. Артющенко наголошує, що фізичному вихованню, з точки зору розвитку вольових якостей, сприятиме і формування навичок самостійного виконання вправ і проведення занять [6].

7. Духовно-моральне виховання спрямоване на затвердження у свідомості школярів соціально-ціннісних пріоритетів, прилучення до багатств сучасної культури, формування ціннісного світогляду в контексті формування морального здоров'я, яке, на думку дослідників, будучи одним з компонентів

індивідуального здоров'я людини, являє собою комплекс характеристик мотиваційної і потребностно-інформативної сфери життєдіяльності в основі якого лежить система цінностей, установок і мотивів поведінки індивіда в суспільстві, ступінь відповідальності за дії та вчинки відносно самого себе та інших людей, духовність людини, пов'язана з загальнолюдськими істинами добра, любові, краси.

Спрямованість виховання детермінується сформованістю його базових категорій: загальнолюдські та національні моральні цінності; громадянський обов'язок; звичка дотримуватися норм моралі; «людське» ставлення до товаришів; дбайливе ставлення до матеріальних, духовних цінностей [10]. Одним з аспектів духовно-морального виховання є формування культури здоров'я школярів (Т. Акбашев, Б. Класов, С. Лебедченко та ін.)

8. Удосконалення шкільного середовища. Школа, будучи соціальним інститутом, покликана розкрити індивідуальність кожного учня. У вирішенні цього завдання педагогам відводиться роль своєчасної допомоги учню пізнати і створити себе. При цьому головне полягає в створенні предметно розвиваючого середовища, що забезпечує психолого-валеологічний супровід дитини. Припускаючи, що таке середовище повинне бути адаптаційним і реабілітаційним простором для кожного окремого учня, створення її можливо через:

- визначення адаптаційно-реабілітаційних умов на основі комплексу соціально-педагогічних, особистісних, психофізіологічних методів;
- складання диференційованих навчальних планів і програм;
- організацію умов для реалізації цих планів і програм;
- вихід на рекомендації родині, педагогу, учню про найбільш сприятливому шляху його індивідуального розвитку [37].

Виняткову важливість оперативного встановлення взаємозв'язків між здоров'ям і соціально-гігієнічними факторами, умовами виховання, медичного обслуговування, а також станом навколишнього середовища в сукупності з виробленням оперативних управлінських рішень і здійсненням їх на практиці

відзначають у своїй роботі Н. Аміров, А. Яруллін. Досвід створення валеологічного середовища в умовах гімназії описаний в публікаціях Н. Анісімова зі співавторами. На основні аспекти проектування оздоровчого освітнього середовища вказують Є. Афанасова, Н. Смирнов.

9. Соціоністичний напрямок організації навчально-виховного процесу являє собою систему, що забезпечує психоемоційний, інтелектуальний, фізичний розвиток дітей відповідно до їх вікових та індивідуальних здібностей. Даний напрямок орієнтований на успішну роботу, як з усім класом, так і з кожною особистістю окремо.

Саме соціоністичний підхід дозволяє на якісно інших позиціях здійснювати організацію навчально-виховного процесу:

- структурувати навчальний час, оцінювати вплив сумарного навчального навантаження на показники вищої нервової діяльності учнів;
- організовувати навчальний простір по функціональним зонам;
- проводити комплектування навчальних груп відповідно до темпераментного балансу, установок на вид діяльності, груп сприйняття;
- успішно адаптувати дітей різних вікових груп і психічних типів до навчання;
- проводити профорієнтаційну роботу;
- здійснювати комплектацію викладацького колективу з одночасним підбором найбільш ефективного викладача для конкретного класу [9, 23].

10. Застосування здоров'язберегаючих технологій в освітньому процесі. Сучасної педагогікою накопичено достатньо відомостей про технології, що розвивають і навчають. Однак далеко не всі вони можуть претендувати на доцільність з позиції збереження здоров'я. Так, використання колективних способів навчання, дидактичних ігор та інше в 27% випадків викликає стан фрустрації, головний біль та інші негативні симптоми. Тому основними показниками здоров'язберегаючих технологій є особистісна спрямованість, інтенсивність, що не дають додаткового навантаження на нервову систему дитини і прискорюють її розвиток [97, 222].

Однією з найбільш перспективних педагогічних технологій є технологія особистісно-орієнтованого виховання і навчання, оскільки вона забезпечує валеологічний підхід в освіті.

В останні роки в педагогічний лексикон міцно увійшов термін «здоров'язберігаючих технологій». На думку Н. Куїнджі, здоров'язберігаючі педагогічні технології – це в першу чергу ті, які спрямовані на учня і відповідають принципам гуманізму, оптимізму і індивідуально-особистісного підходу [48]. У розумінні В. Стасенко «здоров'язберігаюча освітня технологія – це функціональна система організаційних способів управління навчально-пізнавальною і практичною діяльністю учнів, науково та інструментально забезпечує збереження і зміцнення здоров'я», що об'єднує інформаційну, інструментальну та соціальну складові [80].

До здоров'язберігаючих технологій належать: сугестопедія, метод занурення, релаксопедія, ритмопедія, гіпнопедія, метод активізації резервних можливостей особистості та ін. Особливо виділяються здоров'язберігаючі технології, що використовують методи профілактичної медицини (масаж і самомасаж і т.д.) і терапії (аромофітотерапія, арттерапія, кінезітерапія) [33].

Н. Смирнов систематизує здоров'язберігаючі технології відповідно підходам до охорони здоров'я: медико-гігієнічні технології; фізкультурно-оздоровчі технології; екологічні здоров'язберігаючі технології; технології забезпечення безпеки життєдіяльності; здоров'язберігаючі освітні технології (організаційно-педагогічні, психолого-педагогічні, навчально-виховні, особистісно-розвиваючі, особистісно-оздоровчі) [79, 54].

Сьогодні важливість і необхідність освіти школярів у галузі збереження індивідуального здоров'я навряд чи можна заперечувати. Н. Анісімова пропонує кілька форм його здійснення: щомісячна шкільна газета «Здоров'я»; батьківські збори; шкільне радіомовлення і телебачення; систематичні семінари з актуальних питань; факультативи та ін. [2].

Г. Назаренкова підкреслює провідне значення просвіти основам індивідуального здоров'я в системі формування валеологічної культури учнів і

виділяє її змістовні блоки:

- освоєння способів корекції стану організму; формування власних ціннісних суджень про валеологічно значущі явища, розвиток емоційно-позитивних уявлень про власний організм в структурі потенційної Я-концепції;

- формування змістовно-гігієнічного узагальненого уявлення про організм як цілісну систему;

- знайомство з феноменом, закономірностями й умовами функціонування і розвитку людського організму, способами підтримки здоров'я функціональних систем організму;

- знайомство з основними умовами деградації людського організму і способами їх профілактики, придбання профілактичних умінь;

- формування умінь оцінювання валеологічних параметрів середовища і власної діяльності, свого організму, аналіз і класифікація позицій конкретних людей, у тому числі учнів, по їх відношенню до власного організму [60].

Застосовуючи дані константи до системи освіти в галузі основ індивідуального здоров'я, можна виділити основоположні компоненти і показники з досліджуваної проблеми:

- 1) формування в учнів здатності до пізнання людської природи і самопізнання;

- 2) виховання здатності до переживання краси і гармонійності людського тіла, навколишнього світу, природи;

- 3) розвиток здатності до оцінки та самооцінки внутрішнього світу людини, її прагнень і потреб.

Висновки до першого розділу.

1. Просвітництво в галузі основ індивідуального здоров'я є важливою складовою сучасної системи освіти, гносеологічно й історично усталеною сукупністю механізмів створення умов для формування потреби дітей і підлітків у збереженні індивідуального здоров'я.

Основні питання освіти дітей і підлітків у галузі збереження здоров'я, підготовки компетентних кадрів знайшли відображення у вітчизняній історії освіти.

У системі середньої загальної освіти просвіта основам індивідуального здоров'я обумовлена підготовкою вчителя, матеріально-технічним забезпеченням діяльності і здійснюється серед вчителів та школярів.

2. Семантичний аналіз понять, який позначає даний процес, виявив несформованість термінологічного апарату проблеми дослідження.

У літературі неоднозначно трактується поняття «просвітництво», ототожнюючись з термінами «освіта», «навчання», «популяризація». Практично відсутнє чітке визначення «індивідуальному здоров'ю людини», «просвіти в галузі основ індивідуального здоров'я».

3. Просвітництво функціонально пов'язано з провідними напрямками збереження та формування здоров'я, здійснюваними в сучасній освітній практиці: моніторингом здоров'я, попередженням захворювань, профілактикою шкідливих звичок, психологічної захистом, соціоністичним напрямком роботи школи, фізичним, статевим і духовно-моральним вихованням дітей і підлітків, вдосконаленням шкільного середовища, застосуванням здоров'язберігаючих технологій.

РОЗДІЛ 2

ПЕДАГОГІЧНА СИСТЕМА ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ДО ПРОСВІТНИЦЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ГАЛУЗІ ЗБЕРЕЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ

2.1. Стан готовності майбутнього вчителя до освіти школярів в галузі збереження індивідуального здоров'я

Готовність учителя до просвітницької роботи в галузі збереження здоров'я в школі як якісно-стійкий стан, на нашу думку, виражається у високому рівні професійної компетентності фахівця до даного виду діяльності, заснованої на сукупності знань: основ індивідуального здоров'я, основ наук про людину, методичних знаннях; уміннях організації та ведення просвітницької діяльності; стійке мотивоване бажання здійснювати просвітницьку діяльність в галузі основ індивідуального здоров'я.

У відповідності зі сказаним, нами виділені основні компоненти готовності педагога до просвітницької діяльності в галузі основ індивідуального здоров'я школярів: професійно-педагогічний, соціально-психологічний, особистісний.

1. Професійно-педагогічна готовність спеціаліста, який здійснює просвітництво в галузі збереження індивідуального здоров'я, повинна забезпечуватися фундаментальними міждисциплінарними знаннями з біології людини (морфології і фізіології, антропології, екологічної та вікової фізіології, генетики та біохімії людини), прикладними знаннями про здоров'я людини і його функціональних станах, а також практики діагностики; первинної профілактики відхилень у стані здоров'я школяра.

Поряд з цим, учитель повинен володіти вміннями: загальнонауковими (аналітичними, дедуктивними, методологічними), дослідницькими (діагностичними, творчими), педагогічними (постановки цілей і задач,

проектування просвіти в галузі основ індивідуального здоров'я; побудови її змісту; адекватного вибору форм, методів і засобів просвітницької діяльності в школі і поза нею; оцінки та корекції процесу просвітництва; технології педагогічної діяльності (педагогічним спілкуванням, організацією роботи з групою учнів, педагогічною вимогою, інформативно-мовним педагогічним впливом, педагогічною технікою).

2. Соціально-психологічна готовність складається з високого рівня знань психології навчальної діяльності, вікових психологічних особливостей учнів, індивідуальних психофізіологічних особливостей (рівень психічного розвитку, емоційно-вольової сфери особистості), знань соціально-психологічних закономірностей поведінки та діяльності індивіда, педагогічного колективу; умінь ефективного спілкування з дітьми і дорослими, встановлення взаємовідносин на основі партнерства, взаємоповаги; вести просвітницьку роботу, ґрунтуючись на індивідуальному підході до учнів.

Крім перерахованих характеристик, важливою умовою готовності вчителя до просвітницької роботи, виступають знання особливостей професійної спрямованості особистості, психофізичних характеристик, соціального статусу, потребнісно-емоційної сфери, індивідуальних можливостей самого педагога-просвітителя.

3. Особистісна готовність вчителя до просвітницької діяльності в школі в галузі збереження індивідуального здоров'я школярів – це «певна сукупність особистісних якостей, які забезпечують можливість його професійної діяльності, результативну сторону його професійної роботи і міру досягнення педагогічного результату, професійної активності» [98, 157].

Особистісна готовність до просвітницької діяльності, на нашу думку, безпосередньо пов'язана з мотивацією в сукупності з професійною ментальністю фахівця, що дається взнаки в прагненні до саморозвитку, нарощуванню креативного потенціалу, ініціативному збагаченні себе в спілкуванні з іншими суб'єктами. В цілях характеристики особистісної готовності педагога, ми керуємося точкою зору Н. Щуркової, що виділяє в

якості такої: гуманістичне ставлення до дитини, відповідальне ставлення до професійної праці, особистісну гідність педагога, професійна солідарність з колегами, педагогічну творчість, шанобливе ставлення до життя, духовну спрямованість [98, 202-203].

Готовність до професійної просвітницької роботи в галузі основ індивідуального здоров'я в школі є результатом цілеспрямованої систематичної підготовки фахівця. Відповідно до цього виявлення рівня готовності студентів закладу вищої освіти до освіти школярів в галузі збереження індивідуального здоров'я було визначено в якості мети констатувального експерименту.

Його завданнями виступали:

1. Вивчення мотивації студентів до даного напрямку роботи.
2. Виявлення знання найбільш значимих питань просвітницької діяльності; форм, методів просвітницької роботи.
3. Дослідження ставлення студентів до здоров'я учнів, власного здоров'я, його зв'язку з професійною роботою в школі, вибору програм навчання школярів.
4. Виявлення ролі шкільної біології в освіті школярів.
5. Аналіз задоволеності студентів навчанням у ЗВО и процесом підготовки до просвітницької діяльності.

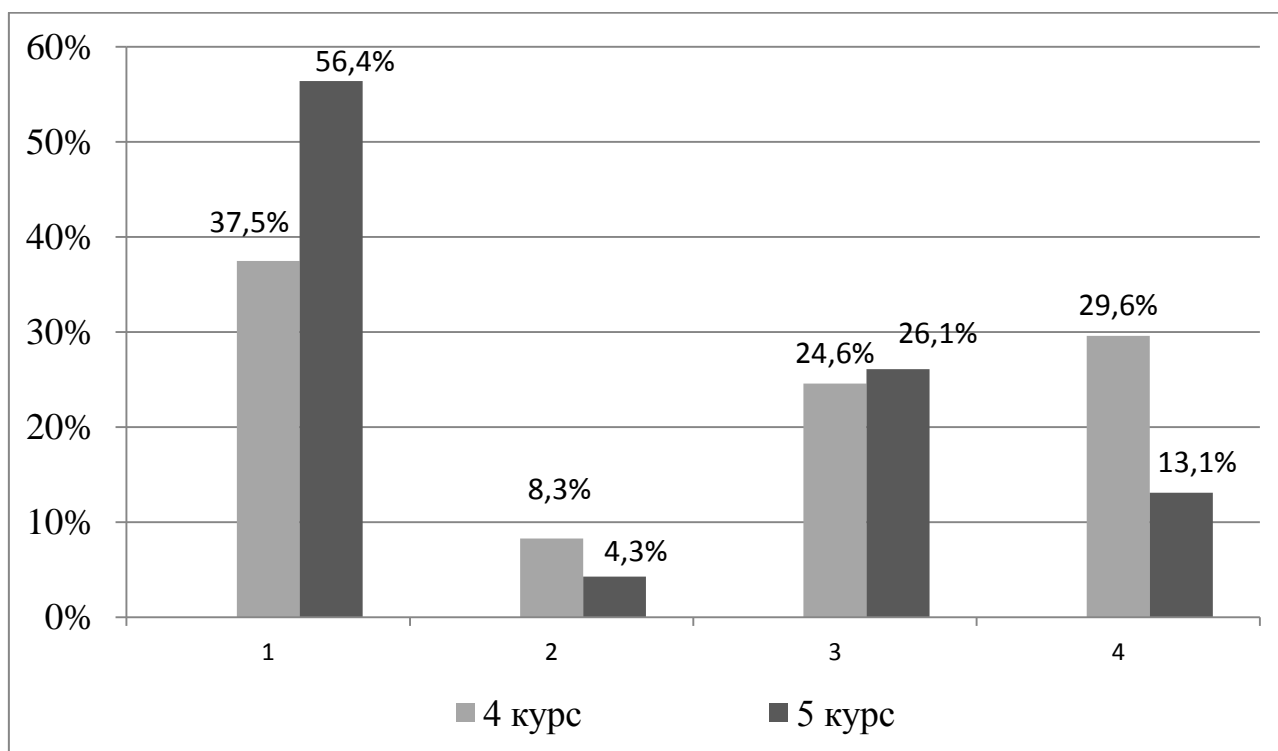
Констатувальний експеримент проводився на базі Запорізького національного університету. В опитуваннях брали участь студенти випускових курсів біологічного факультету: 4 курсу (24 студента) та 5 курсу (23 студента). Всього у констатувальному експерименті брало участь 47 студентів, які навчаються за освітньо-професійною програмою «біологія»

В ході констатувального експерименту застосовувалися емпіричний (спостереження, бесіда, опитування, анкетування) та статистичні методи педагогічного дослідження.

Діагностичний комплекс складався з тестів, анкет, опитувальних листів в поєднанні з педагогічним спостереженням і бесідою, застосування яких обумовлювалося метою і завданнями констатувального експерименту.

Вивчення готовності студентів до виконання професійних завдань, пов'язаних з просвітою школярів основам індивідуального здоров'я, було розпочато з визначення мотивації до даної діяльності. З цією метою респондентам було запропоновано питання: «Чи вважаєте Ви просвітництво в галузі збереження індивідуального здоров'я школярів актуальним для сучасної освітньої практики?».

Дані анкетування, проведеного серед студентів біологічного факультету представлені на рисунку 2.1. З рисунка випливає, що 37,5% студентів 4 курсу, та 56,4% студентів 5 курсу вважають, що просвіта в галузі збереження індивідуального здоров'я – актуальний напрямок діяльності школи. 8,3% студентів 4 та 4,3% студентів 5 курсу відповідно виділяють просвітництво в галузі збереження індивідуального здоров'я як пріоритетний напрямок роботи вчителя.



Примітка: просвітницька робота в галузі основ індивідуального здоров'я:
 1 – актуальний напрямок діяльності школи;
 2 – пріоритетний напрямок роботи;
 3 – повинна здійснюватися в рамках спеціального навчального предмета;
 4 – як складова частина змісту інших предметів

Рис. 2.1. Актуальність просвітницької роботи в галузі основ індивідуального здоров'я в сучасній школі

Значна частина студентів (24,6%, 26,1%) вважають, що просвіта в галузі збереження індивідуального здоров'я повинна здійснюватися в рамках спеціального навчального предмета. На думку 29,6% (4 курс), 13,1% (5 курс) студентів просвітництво в галузі збереження індивідуального здоров'я необхідно включити як складову частину змісту інших предметів. Висловлювань, що в сучасній школі цей напрямок роботи взагалі не потрібно, в анкетних даних не містилося.

Аналіз суб'єктивного ставлення до освіти в галузі збереження індивідуального здоров'я в школі серед студентів здійснювався нами за двома параметрами - позитивне чи негативне.

На запитання «Яке Ваше особисте ставлення до освіти школярів в галузі збереження індивідуального здоров'я?» отримано, в основному, позитивні дані (95,8% студентів 4 курсу та 100% – 5 курсу).

Отримані в ході анкетування відповіді на питання, що стосується найбільш актуальної проблеми просвіти школярів в галузі основ індивідуального здоров'я, розподілилися наступним чином.

8,3% студентів 4 курсу, 4,3% студентів 5 курсу в якості найбільш актуального напрямку роботи вважають навчання школярів правилам особистої гігієни.

8,3% студентів 4 курсу та 13,1% студентів 5 курсу в якості найбільш актуального напрямку роботи вважають фізичний розвиток дітей та підлітків.

12,4% студентів 4 курсу та 13,1% студентів 5 курсу не менш актуальним видом діяльності вважають профілактику шкідливих звичок (тютюнопаління, алкоголізму, наркоманії та ін.)

І все ж найбільше число студентів (75,0% – 4 курс та 65,2% – 5 курс) вважають, що для формування здорового способу життя важливі всі напрями роботи.

Формування здорового способу життя пов'язане з вирішенням проблеми формування культури статі (статеве виховання). У відповідях на запитання

анкети лише один студент (4,3%) п'ятого курсу виділив серед інших необхідність статевого виховання в контексті просвітництва дітей і підлітків в галузі індивідуального здоров'я. Практична відсутність уваги майбутніх педагогів до даної проблеми в сучасній школі обмежує можливість подолання ситуації, що стосується раннього вступу в статевий зв'язок, абортів, захворювань, що передаються статевим шляхом, і т.д.

В ході дослідження з'ясувалося також ставлення студентів до свого здоров'я (рис 2.2.).

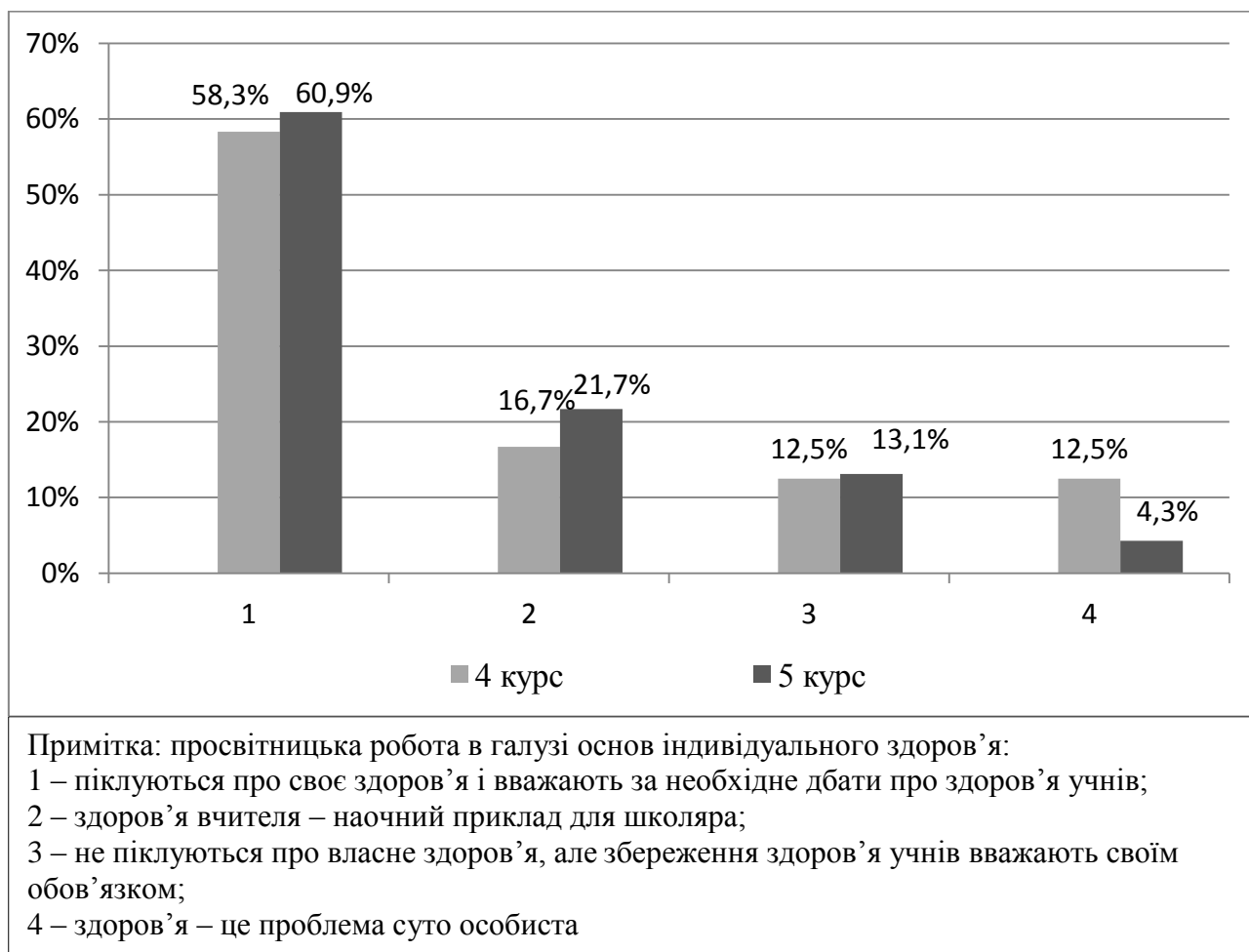


Рис. 2.2. Ставлення студентів до свого здоров'я

Згідно з отриманими даними, більшість студентів піклуються про своє здоров'я і вважають за необхідне дбати про здоров'я учнів (58,3% – 4 курс та 60,9% – 5 курс.).

16,7% четвертокурсників і 21,7% п'ятикурсників зазначають, що здоров'я вчителя - наочний приклад для школяра.

Збереження здоров'я учнів своїм обов'язком вважають 12,5% студентів 4-го курсу та 13,1% – 5-го курсу. Однак при цьому вони не піклуються про своє власне здоров'я.

Нарешті, 12,5% студентів 4 курсу та 4,3% студентів 5 курсу, вважають, що «здоров'я - це проблема суто особиста». Це говорить про те, що у студентів старших курсів сформоване почуття відповідальності за збереження фізичного, психічного і соціального благополуччя майбутніх учнів.

В ході дослідження була здійснена робота по самооцінці студентами стану свого здоров'я. Для цієї мети нами використовувалася оціночна шкала, в якій показниками служили оцінки «добре», «задовільно», «погано». Результати дослідження наведені на рисунку 2.3.

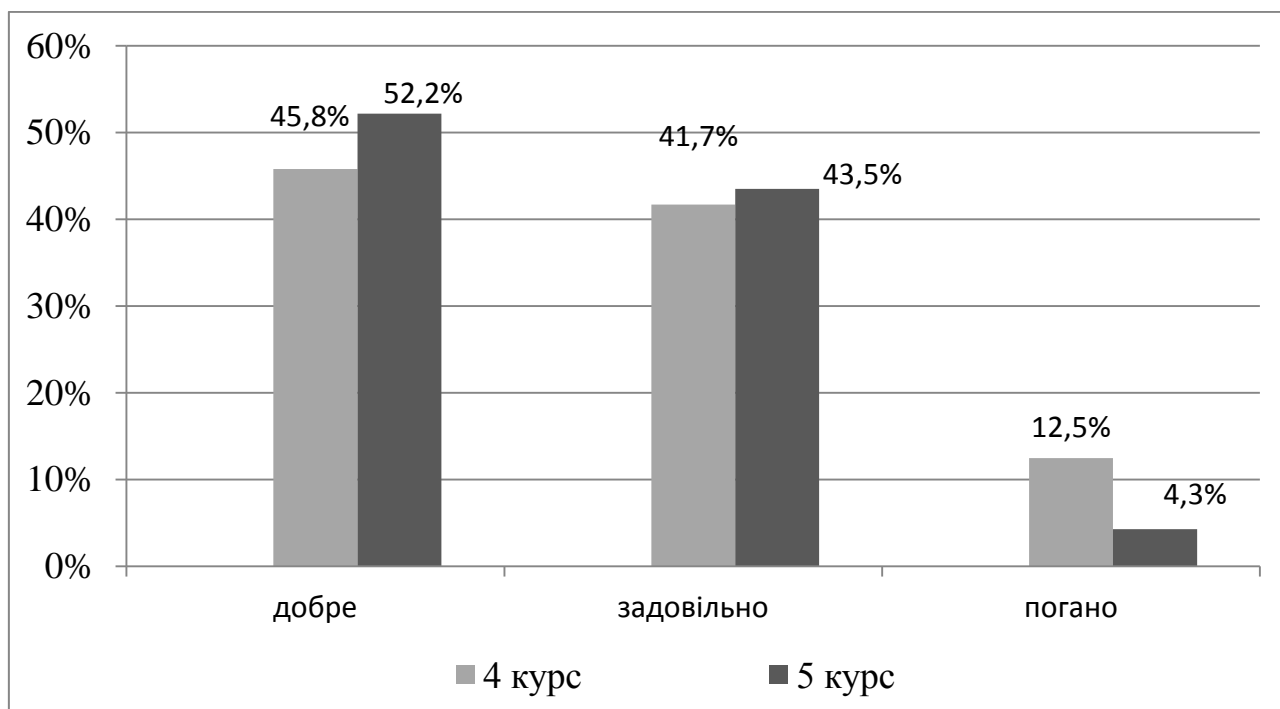


Рис. 2.3. Оцінювання студентами власного здоров'я

З нього випливає, що студенти оцінюють своє здоров'я приблизно однаково: «добре» оцінили своє самопочуття: 45,8% (4 курс) до 52,2% (5 курс) досліджуваних; «задовільно» оцінили своє самопочуття від 41,7% (4 курс) до 43,5% (5 курс) опитаних. Від 4,3% студентів 5 курсу до 12,5% студентів 4 курсу вважають, що стан їхнього здоров'я – «поганий».

Отримані дані свідчать про те, що просвітництво в галузі

збереження індивідуального здоров'я необхідно не тільки серед школярів, а й вчителів.

Готовність учителя до просвітницької роботи в галузі збереження здоров'я школярів виражається не тільки в прагненні зберегти власне і здоров'я школярів, а й в умінні раціонально використовувати для цієї мети можливості предмета, що їм викладається.

На заключному етапі констатувального експерименту ми звернулися до питання ефективності підготовки студентів до освіти школярів в галузі збереження індивідуального здоров'я. У дослідженні взяли участь студенти випускних курсів (4 і 5 курс – 47 студентів). Отримані нами дані відображені на рис. 2.4.

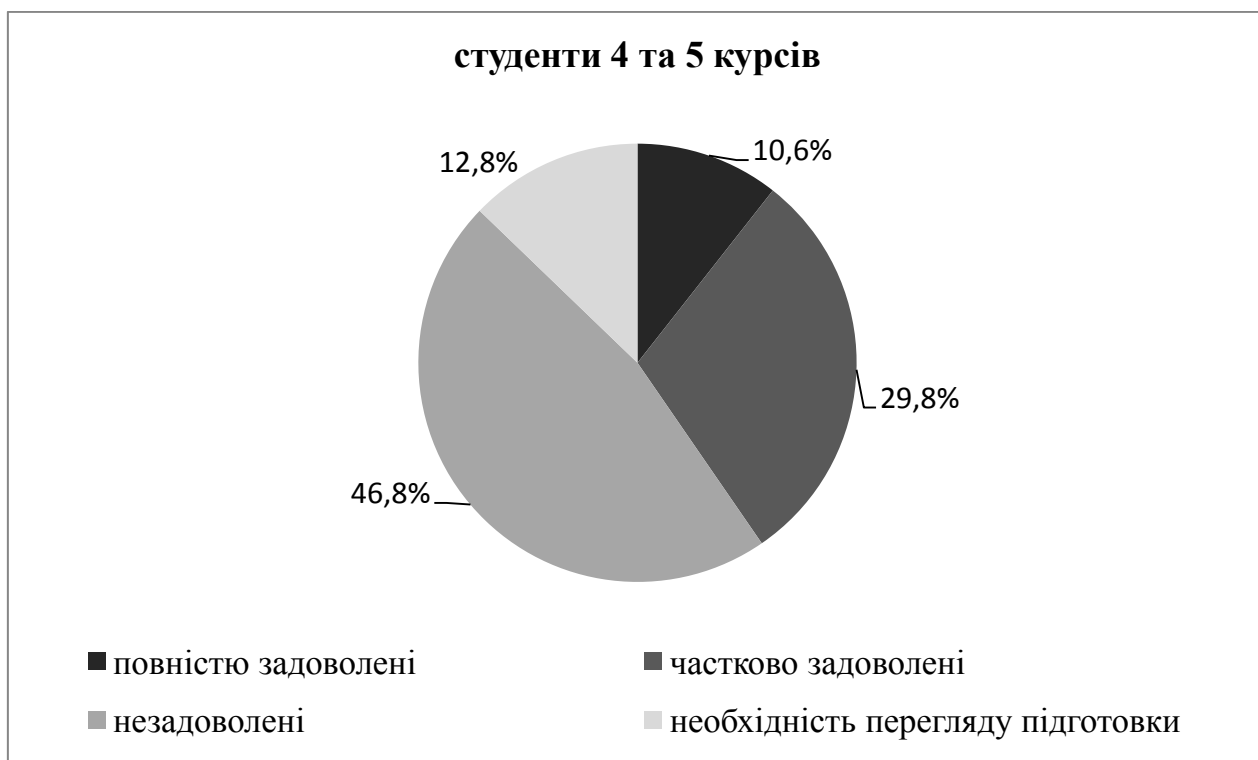


Рис. 2.4. Задоволеність студентів підготовкою до освіти школярів в галузі збереження індивідуального здоров'я в університеті

Як бачимо, повністю задоволені своєю професійною підготовкою лише 10,6% студентів. Підготовка до освіти в галузі збереження індивідуального здоров'я у ЗВО задовольняє частково 29,8% студентів.

Вважають свою підготовку незадовільною 46,8% студентів. Необхідність

докорінного перегляду університетської підготовки до просвітницької роботи зі школярами відображена в 12,8% відповідей студентів.

Таким чином, проведене нами дослідження серед студентів дозволяє констатувати, що проблема просвіти школярів в галузі збереження індивідуального здоров'я актуальна і підготовку фахівців у цьому напрямку необхідно удосконалювати.

2.2. Педагогічні та методичні умови підготовки майбутнього вчителя до освіти школярів в галузі збереження індивідуального здоров'я

Питання підготовки фахівців до різних видів професійно-педагогічної діяльності, у тому числі пов'язаної з проблемами формування основ здорового способу життя та виховання культури здоров'я дітей знайшли відображення в роботах Л. Білик, М. Гончаренко, О. Коломеец, О. Омельченко, С. Свириденко, В. Цись та ін.

Аналіз літературних джерел в контексті проведеного нами дослідження показав, що визначальним в процесі підготовки фахівця є створення певних педагогічних умов (Н. Іванова, В. Лободин, І. Новосьолова, С. Палій та ін.).

Поняття «умова», відповідно до словника С. Ожегова [63, 826], має кілька значень. Для нас найбільш адекватними є два з них: 1. Обставина, від якої щось залежить. 2. Обстановка, в якій будь-що відбувається.

У філософському енциклопедичному словнику умова характеризується як те, від чого залежить дещо інше (обумовлене), що робить можливим наявність речі, стану, процесу [94, 585].

Якщо розглядати аналізоване поняття як «обставину», то з цієї точки зору умова виступає і як причина, і як фактор процесу (явища).

Якщо ж умова постає як «обстановка», то вона набуває рис матеріальної характеристики об'єктів, явищ.

У педагогіці при описі процесу або явища умови класифікують: як

зовнішні і внутрішні; об'єктивні і суб'єктивні; домінуючі і додаткові і т.д..

Підготовка майбутнього вчителя до професійної діяльності є відкритою динамічною системою і володіє складною структурою.

Відкритість даної системи для впливу ззовні очевидна, бо вона піддається постійному впливу різних зовнішніх умов: суспільних, культурних, соціально-економічних і т.д. Оскільки на процес навчання студентів діють практично всі зовнішні умови, ми приймаємо їх в якості вихідних передумов.

Згідно вікової періодизації Е. Еріксона, Д. Левінсона, студенти, які навчаються у ЗВО, переживають перехідний етап між такими стадіями психосоціального розвитку, як юність (переддорослість) і молодість (рання дорослість), що володіють певними характеристиками. Хід розвитку між юністю і дорослістю розмічений обумовленими культурою соціальними орієнтирами, а також ролями і відносинами, які входять до складу циклів сімейного життя і кар'єри. Соціальний та емоційний розвиток змішується з поступовими фізичними змінами, що відбуваються в ці роки, і з зростаючим корпусом знань, навичок і досвіду індивіда [47].

Таким чином, до вище позначених умов додається і ряд інших – фізіологічна і соціальне дорослішання, психічна і емоційний розвиток.

На підтвердження сказаного психологи (З. Левчук, В. Пустовойтов, З. Семенова) при характеристиці умов, що сприяють продуктивності підготовки студентів, підкреслюють важливість врахування індивідуальних особливостей пізнавальних процесів студентів: пам'яті, мислення, уяви, мотиваційно-вольовий сфери, комунікативності та культури спілкування, емпатії, здатності до рефлексії власної діяльності, самоконтролю та ін.

Ось чому при розгляді питання професійної підготовки фахівця до освіти в галузі збереження індивідуального здоров'я вважаємо надзвичайно важливим враховувати в навчанні студентів стадії розвитку дорослого мислення.

Дотримуючись точки зору У. Перрі, про те, що інтелектуальне становлення, характерне для ранньої дорослості, проходить в три етапи: від початкового дуалізму до терпимості по відношенню до безлічі конкуруючих

точок зору (концептуальний релятивізм) і потім до самостійно обраної позиції та відповідальності вважаємо, що для підготовки студента до просвітницької діяльності повинна бути обрана чітка життєва позиція, заснована на усвідомленні власних цілей діяльності, потреби в самореалізації в сукупності з необхідною сумою знань і компетентністю.

Процес виховання і самовиховання також є найважливішою умовою системи підготовки майбутнього фахівця в плані становлення професійних рис і якостей особистості, здатної до здійснення усвідомленого вибору суспільних цінностей, формуванню стійкої системи орієнтацій, що забезпечують саморегуляцію і мотивацію її поведінки та діяльності.

У своїй роботі ми дотримуємося точки зору М. Нікітіної, згідно з якою духовно-моральне виховання, світогляд педагога є наслідком не тільки емоційного відгуку на явища життя та навчально-виховної діяльності, а й їх осмислення, глибокого усвідомлення, результатом якого стає побудова його професійної та життєвої позиції [62]. Вважаємо, що від рівня сформованості ціннісного компонента майбутньої діяльності в галузі валеологічного просвітництва багато в чому залежить реальність її здійснення.

Саме ціннісна свідомість, на думку М. Кагана, є вищим рівнем ціннісного ставлення до реальності, заснованому не тільки на емоційному переживанні, а й осмисленні існуючого світу [36]. З позиції професійної підготовки вона стає орієнтиром для саморозвитку та самовдосконалення майбутнього вчителя, тому, що виконує смислотворюючу роль.

Орієнтування свідомості студентів у процесі виховання на здоров'я як особисту і суспільну цінність є однією з провідних умов їх підготовки, яка має на увазі: формування умінь оцінювати свою поведінку з точки зору користі або шкоди для власного організму, майбутніх поколінь, а також для оточуючих людей; порівнювати свої дії з громадськими нормами поведінки (моральними, етичними, гігієнічними); співвідносити особисті потреби з вимогами, які пред'являє соціум. Така підготовка веде до становлення культури здоров'я у майбутнього вчителя.

Виділимо наступні компоненти культури здоров'я:

- мотиваційно-ціннісний – визначає напрямок перетворень в особистості з орієнтацією на присвоєння цінностей валеологічної культури з урахуванням вимог майбутньої професійної діяльності;

- змістовно-операціональний – створює базу для особистісних перетворень, пов'язаних з оволодінням знаннями про здоров'я людини, здоровий спосіб життя, технологіями формування валеологічної культури, як у навчальній, так і в майбутній професійній діяльності;

- рефлексивно-оцінний – припускає рефлексію валеологічної культури, здатності до аналізу одержуваних відомостей в просторі категорій «Культура» - «Здоров'я» у формі оціночних суджень;

- креативний – характеризує здатність особистості у творчій самореалізації в різних видах діяльності, спрямованих на освоєння і передачу цінностей здоров'я і технологій;

- емоційно-вольовий – припускає розширення сфери емоційних переживань від здоров'ятворчості, від оволодіння способами життєдіяльності, що зберігає здоров'я, на противагу його руйнуванню за рахунок прояву вольових зусиль.

Здійснення підготовки студентів до освіти школярів в галузі збереження індивідуального здоров'я пов'язане з реалізацією педагогічних та методичних умов, що включають в себе сукупність елементів, що взаємодіють один з одним та що впливають на результат навчально-виховного процесу.

Під педагогічними умовами підготовки вчителя до освіти школярів в галузі основ індивідуального здоров'я розуміємо обставини, що сприяють побудові навчально-виховного процесу з урахуванням потреб, інтересів, можливостей студентів, їх моральній готовності до здійснення цієї діяльності.

До групи педагогічних умов нами віднесені: цілепокладання, відбір відповідного змісту, вибір адекватних йому методів, форм і засобів навчання.

Система педагогічних умов підготовки вчителя до просвітницької роботи

в школі реалізується відповідно до принципів навчання (дидактичними принципами).

Дидактичні принципи, на думку вчених, являють собою рекомендації, направляючі педагогічну діяльність і навчальний процес в цілому, способи досягнення педагогічних цілей з урахуванням закономірностей і умов протікання навчально-виховного процесу.

Для нашого дослідження актуальними є наступні принципи: безперервності, оптимальності, індивідуалізації, співтворчості, особистісної значущості, розвитку і саморозвитку. Зупинимося на їхній короткій характеристиці.

Принцип безперервності забезпечується наступністю медико-біологічної та педагогічної підготовки на кожному етапі навчання; вибором форм, методів і засобів, які сприяють переходу від репродуктивних до творчих видів діяльності студентів; спрямованістю педагогічної взаємодії, яка проявляється в переході від управління до самоврядування.

Принцип оптимальності полягає в обліку реального рівня готовності студентів до досліджуваної діяльності; конкретності цілей кожного елемента діяльності; оптимальному відборі, угрупованні навчальної інформації в поєднанні з емоційністю в трансляції знань; обранні форм, методів, що сприяють раціональному обліку часу навчання.

Здійснення принципу індивідуалізації залежить від співвіднесення навчально-виховного процесу науковим, особистим інтересам, потребам студентів; проектування студентами методичних розробок, посібників; розкриття здібностей студентів шляхом організації педагогічних ситуацій, ділових ігор.

Реалізація принципу співтворчості передбачає демократичну взаємодію студента і викладача; спільне проектування і рівноправний аналіз програм валеологічного просвітництва дітей і дорослих.

Принцип особистої значущості полягає в забезпеченні особистісно-орієнтованого навчання і виховання студента у ЗВО з використанням сучасних

сугестивних та терапевтичних технологій; зосередженні уваги студента на знаннях і уміннях, найбільш важливих у професійній діяльності та особистому житті; рішенні реальних життєвих ситуацій.

Принцип розвитку і саморозвитку забезпечується придбанням особистого досвіду розвитку суспільно значущих (професійних) і особистісно важливих (духовних) рис і якостей; накопиченням індивідуального досвіду самоаналізу, самоконтролю, самокорекції; обранням ціннісних орієнтацій, що сприяють, з одного боку, розвитку культури здоров'я майбутнього педагога, а з іншого - успішній адаптації до роботи в освітніх установах.

Вихідною умовою підготовки фахівця до освіти школярів в галузі основ індивідуального здоров'я є цілепокладання як системоутворюючий компонент педагогічної системи.

На думку педагогів та психологів (Ю. Бабанський, В. Беспалько, О. Коберник, О. Дубасенюк, І. Лернер, В. Сластьонін та ін.), педагогічні цілі надають орієнтуючий вплив на весь хід навчально-виховного процесу. Вони забезпечують цілісність і взаємозв'язок основних його компонентів (зміст, методи, засоби, організаційні форми, контроль), що в підсумку забезпечує результативність педагогічних дій [50].

Цілепокладання, в трактуванні Е. Заїр-Бека це процес фокусування інформації про проблему, умови, ситуації, її аналіз, формулювання проблеми і задумів її вирішення [62].

Постановка мети діяльності завжди носить циклічний характер, включаючи: усвідомлення необхідності діяльності → потребу в діяльності, інтерес до діяльності → постановку абстрактної мети → виділення задач діяльності → постановку конкретної мети (результату) → усвідомлення необхідності діяльності.

Цілепокладання як педагогічна умова підготовки студентів до освіти в галузі збереження індивідуального здоров'я виконує ряд функцій: спонукальна (до початку досліджуваної діяльності); та, що лоцірується (спрямовує процес підготовки відповідно до блоків змісту діяльності); конструктивна

(впорядковує процес підготовки відповідно до програми, навчального плану); оціночна (характеризує ставлення суб'єкта до освіти в галузі збереження індивідуального здоров'я школярів); регулююча (дозволяє коригувати здійснення педагогічного процесу).

Відповідно до поставленої метою вирішується питання відбору змісту.

Поняття «зміст освіти», трактується як те, що підлягає засвоєнню, тобто знання, усвідомлено сприйняті і фіксовані в пам'яті суб'єкта навчання. Причому кожному виду змісту відповідає певний спосіб його освоєння. При цьому засвоюється не стільки реальна дійсність, скільки знаки, що виражають її у формі понять, висловлювань, формул, креслень і т.п.

На думку Б. Гершунського слід чітко розрізняти поняття «зміст освіти» та «зміст навчання». Автор вважає, що зміст освіти становить систему знань, умінь, навичок, рис творчої діяльності, світоглядних і поведінкових якостей особистості, які зумовлені вимогами суспільства і до досягнення яких повинні бути спрямовані зусилля тих, що навчають і тих, що навчаються. Зміст навчання – це педагогічно обґрунтована, логічно впорядкована й зафіксована в навчальній документації (програма, підручник) наукова інформація про підлягаючий засвоєнню матеріал, що і визначає зміст навчальної діяльності викладача і пізнавальної діяльності учнів [19].

І. Журавльов, Л. Зоріна підкреслюють, що зміст освіти має двояку природу: з одного боку це соціальний досвід, опредмечений в певній знаковій формі програми, підручника, а з іншого – це діяльність учня з цим формалізованим досвідом, організована за допомогою діяльності викладача. Тому при проектуванні змісту навчального матеріалу повинен враховуватися принцип єдності змістовної і процесуальної сторін навчання [30].

У своєму дослідженні ми дотримуємося точки зору, згідно з якою зміст підготовки фахівця до освіти в галузі основ індивідуального здоров'я в школі є складовим елементом змісту професійної підготовки вчителя-біолога, що включає теоретичну та практичну інформацію, необхідну для здійснення відповідних професійних функцій і просвітницьких завдань.

Звертаючись до питання відбору змісту ми, перш за все, визнали за необхідне виділити способи його трансляції, що відображаються в побудові навчальної дисципліни. На наш погляд, це повинні бути поняття, закони, теорії та факти відповідної науки, а також спосіб мислення, властивий даному етапу її розвитку, ті методи, якими вона користується.

Практична реалізація змісту освіти здійснюється в реальному педагогічному процесі, який пов'язаний з вибором системи методів, форм і засобів навчання. У цьому зв'язку важливо виходити не з приватного елемента навчання, а з цілісної моделі професійної діяльності фахівця і цілісної моделі його підготовки у ЗВО.

Процес підготовки студента до просвітницької діяльності в галузі основ індивідуального здоров'я передбачає реалізацію технологічного підходу.

Б. Лихачов виділяє наступні складові елементи педагогічної технології:

- великі технологічні структури – послідовно реалізовані структурні блоки освітньо-виховного процесу: мета – зміст – форми роботи – діагностика – зворотний зв'язок – корекція;

- технологічні мікроструктури – «організаційний каркас» роботи, що визначають зміну організаційних форм і методів впливу, що скеровують процес до досягнення поставленої мети;

- технологічні системні мікроутворення – доцільна добірка взаємозалежних, послідовно взаємодіючих форм навчання чи виховання, що формують стійкі системні знання, вміння та навички, властивості особистості, якості і риси характеру;

- технологічні ланки – окремі частини великих технологічних структур, що придбали самостійне педагогічне значення;

- методико-технологічні ланцюжки – сума взаємопов'язаних, послідовно задіяних методів, способів, прийомів, завдань, що забезпечують відпрацювання і закріплення навчальних умінь, трудових дій, соціально цінних форм і звичок поведінки;

- технологічні засоби – апаратне забезпечення педагогічної технології,

що є і самостійним техніко-технологічним ланцюжком [50, 109-110].

Суттєвими рисами педагогічних технологій є розробка технології на основі конкретного задуму педагога і конкретного очікуваного їм результату; вибудовування педагогічної ланцюжка строго у відповідності до обраної мети; забезпечення функціонування технології шляхом взаємопов'язаної діяльності суб'єктів освітнього процесу з урахуванням дидактичних принципів; застосування будь-яким педагогом послідовності елементів розробленої технології; контроль і корекція за допомогою відпрацьованих засобів і механізмів процесу і результату застосовуваної технології [27].

Педагогічна технологія повинна відповідати ряду критеріїв: концептуальності, системності, керованості, ефективності, відтворюваності [96]. Зазначені критерії були застосовані нами при визначенні цілей і мотивації діяльності, побудові змісту і методики його вивчення, рефлексії та корекції (табл. 2.1).

Таблиця 2.1

Основні цілі підготовки майбутнього вчителя до просвітницької діяльності в галузі збереження індивідуального здоров'я

Рівні	Цілі
Знання	Знати терміни, факти, що стосуються питань збереження індивідуального здоров'я, методів просвіти в галузі основ індивідуального здоров'я, володіти понятійним апаратом в галузі здоров'язбереження; методи і прийоми діагностики рівня здоров'я, принципи здійснення просвітницької діяльності в школі і т.д.
Розуміння	Розуміти факти і принципи формування індивідуального здоров'я, інтерпретувати словесний матеріал в процесі освіти, пояснювати використання вербальних і невербальних методів і прийомів просвіти школярів, інтерпретувати схеми, графіки, що стосуються питань збереження та зміцнення індивідуального здоров'я, наводити конкретні приклади, узагальнювати конкретні факти і т.д.

Продовження таблиці 2.1

Рівні	Цілі
Застосування	Застосовувати знання, концептуальні становища наук про людину та її здоров'я, вирішувати дослідницькі завдання в даному напрямку роботи, демонструвати методи і прийоми просвітницької роботи зі школярами, конструювати схеми, графіки, що описують якість здоров'я школярів, виготовляти посібники, необхідні в процесі просвіти школярів і т.д.
Аналіз	Аналізувати організаційну структуру просвітницької роботи в школі, виділяти основні елементи просвіти в галузі індивідуального здоров'я та ін.
Синтез	Структурувати матеріал, інтегрувати матеріал шкільного курсу біології, планувати і організовувати просвітницькі заходи, конструювати зміст шкільного курсу біології і т.д.
Оцінка	Оцінювати зміст, методи і форми просвітницької роботи в галузі основ індивідуального здоров'я, оцінювати ефективність власної просвітницької діяльності, використовуючи як критерій судження, діяльність школярів та ін.

З процесом цілепокладання безпосередньо пов'язана мотивація навчальної та професійної діяльності. В роботі ми дотримуємося думки В. Вілюнас, що характеризує мотивацію, як сукупну систему мотивів, що відповідають за спонукання і діяльність.

На момент завершення навчання у ЗВО у студентів в достатній мірі розвинені мотиви майбутньої діяльності, які надалі визначають її характер і спрямованість.

Як відомо, процес мотивації починається з виникнення потреб особистості. При заданій ззовні меті вона накладається на вже існуючу систему потреб, тому ми прагнули, щоб студенти прийняли мету як власну, відповідальну їх установкам і цінностям.

Розвитку мотивації студентів при підготовці їх до просвітницької роботи в галузі збереження індивідуального здоров'я школярів, на нашу думку, сприяє створення таких умов:

- усвідомлення найближчих і кінцевих цілей навчання;
- усвідомлення теоретичної і практичної значущості знань;
- емоційна форма викладу навчального матеріалу;
- показ «перспективних ліній» у розвитку наукових понять;
- професійна спрямованість навчальної діяльності; вибір завдань, що створюють проблемні ситуації в структурі навчальної діяльності;
- наявність допитливості і «пізнавального психологічного клімату» в навчальній групі.

При побудові змісту і методики його освоєння необхідно проектувати всі основні види діяльності студента по засвоєнню виділеного фрагмента знання через комплекс спеціально підібраних навчальних завдань, що моделюють основні типи професійних завдань фахівця, передбачених цілями навчання.

Концепція знаково-контекстного навчання, розроблена в контексті діяльнісної теорії засвоєння соціального досвіду, розглядає процес навчання як формування пізнавальної діяльності учнів.

Таким чином, спираючись на концепцію знаково-контекстного навчання, можна шляхом активної «упередженої» діяльності студента здійснювати присвоєння їм соціального досвіду, розвивати психічні функції і здібності, стосунки з об'єктивним світом, іншими людьми і самим собою.

Особливо слід підкреслити важливість наповнення всіх видів діяльності студента особистісним сенсом, яке відбувається лише в тому випадку, якщо навчальний процес буде детермінований майбутнім, тобто конкретною професійною діяльністю.

Процес переходу від навчальної до професійної діяльності пов'язаний з внутрішньою складністю даної трансформації, що відбувається за двома основними напрямками: зміна мотивів і предметів цих діяльностей.

З позиції контекстного підходу до навчання, вчення і працю слід

розглядати не як типи діяльності, а як різні етапи розвитку однієї і тієї ж діяльності. Перший етап пов'язаний із становленням діяльності, в процесі якої студент цілеспрямовано здійснює певні види активності з оволодіння необхідним для праці «арсеналом» знань і практичних дій, здібностей і соціальних цінностей, який, на другому етапі, повинен виступити засобом виконання і регуляції реальної професійної діяльності. Якісною відмінністю останньої є змістовне наповнення її структури.

Основні етапи переходу від навчальної до професійної діяльності полягають в послідовній зміні таких форм активності студентів, як власне навчальна діяльність, квазіпрофесійна та навчально-професійна діяльність. Вони регулюються за допомогою засвоєних знань і складають три навчальні моделі: семіотичну, імітаційну, соціальну.

Семіотична модель включає систему завдань, які передбачають роботу студента з усною і письмовою інформацією як семіотичною системою. Індивідуальні завдання орієнтовані на присвоєння індивідом інформації, що характеризує конкретну галузь культури, фіксовану в знаковій формі. У навчальній моделі такого типу предметна область діяльності розгортається за допомогою конкретних навчальних форм, в рамках яких виконуються завдання, які становлять текстові виклади навчальних проблем, які потребують особистісного ставлення до досліджуваного матеріалу. Одиницею роботи студента виступає мовленнєва дія [29].

В імітаційній моделі навчальні завдання розраховані на вихід студента за рамки власне текстів як знакових систем, за допомогою співвіднесення отриманої інформації з ситуаціями майбутньої професійної діяльності, де інформація виступає засобом її регуляції, а знання перетворюється на смисли, що визначають особистісне включення студента в освоювану предметну область діяльності.

Реалізація даної моделі залежить від ступеня включеності студента в ситуацію вирішення професійних (навчально-професійних, квазіпрофесійних) задач. Суб'єктивне проживання в формах професійної (професійно-подібної)

поведінки виконує функцію формування змістотворних контекстів, а одиницею роботи виявляється предметна дія, метою якої виступає не тільки засвоєння інформації, що міститься в тексті, але й досягнення на її основі практично корисного в навчальному відношенні ефекту.

У соціальній моделі завдання знаходять динамічну розгортку в колективних формах роботи учасників освітнього процесу. В цьому випадку включається механізм спілкування і взаємодії. В результаті у студентів (а також викладачів) з'являється новий досвід (результат спільних зусиль). Формування, поряд з предметною, соціальної компетентності у майбутніх фахівців відбувається шляхом вступу в інтерактивні групи, які представляють собою соціальні моделі майбутнього професійного середовища. Найкращим чином способи включення в таке середовище відпрацьовуються в діловій грі і таких формах професійного навчання, як виробнича практика, курсове проектування та підготовка кваліфікаційної роботи.

У соціальній моделі повною мірою задається предметно-професійний і соціальний контексти майбутньої діяльності.

При моделюванні процесу підготовки вчителя до просвітницької діяльності в галузі основ індивідуального здоров'я ми чергували моделі навчання відповідно до етапу підготовки (початковий, проміжний, завершальний) спрямованістю її змісту (теоретичної, практичної, творчої).

Третю групу методичних умов університетської підготовки майбутнього вчителя біології склали рефлексія і корекція.

У психологічному словнику термін рефлексія (від латинського *reflexio* – звернення назад) трактується як процес пізнання людиною самої себе, свого внутрішнього світу, аналіз своїх думок і переживань; роздум про саму себе; усвідомлення того, як сприймають і оцінюють людину навколишні люди [76, 521].

В психолого-педагогічній літературі рефлексія характеризується з одного боку, як процес самопізнання людиною своїх внутрішніх психічних актів і станів (переживань, відчуттів, думок), тобто здатність і вміння бачити себе, свої

дії, відносини з людьми, досягти свій власний світ, розуміти себе. З іншого – це вміння бачити і усвідомлювати те, як до тебе ставляться інші люди, як вони тебе розуміють [78, 96].

Психологи виділяють в процесі рефлексії шість позицій, що характеризують взаємне відображення суб'єктів: суб'єкт, який він є в дійсності; суб'єкт, яким він бачить самого себе; суб'єкт яким він бачиться іншому, і ті ж самі три позиції, але з боку іншого суб'єкта. Таким чином, рефлексія – це процес подвоєного, дзеркального взаємовідображення суб'єктами один одного, змістом якого виступає відтворення особливостей один одного.

Найважливішою умовою саморозвитку майбутнього вчителя є соціально-перцептивний вид рефлексії, пов'язаний з процесом пізнання педагогом учнів, переосмисленням, перепроверкою своїх власних уявлень, думок про учнів.

Виділимо наступні елементи рефлексії (табл. 2.2).

Таблиця 2.2

Елементи, вміння та прийоми рефлексії

Елементи рефлексії	Рефлексивні вміння	Прийоми розвитку рефлексії
Самоспостереження	Уміння фіксувати спостереження, ставити мету спостереження, потренуватися, зосередитися, порівняти, внутрішній діалог	Ігри: «Мої недоліки – твої гідності», «Лист самому собі», «Фокусування»
Співвіднесення	Вміти співвідносити себе, свої вчинки з поведінкою інших людей, з різними обставинами, з навколишнім світом в цілому	
Самоаналіз	Уміння об'єктивно аналізувати свої достоїнства і недоліки, бути самокритичним	
Самооцінка	Уміння особистості оцінювати саму себе, свої можливості, якості, місце серед інших людей, які залежать від досягнутих результатів у різних сферах життєдіяльності, взаємовідносин з людьми, від критичності, вимогливості до себе і оточуючих.	

Рефлексія є системоутворюючою особистісною властивістю саморозвитку студентів, тому, що студентський вік є одним з найбільш чутливих до розвитку рефлексивних здібностей.

Умовами ефективної підготовки студентів до просвітницької діяльності в галузі основ індивідуального здоров'я школярів є здійснення рефлексії та контролю за такими напрямками:

- систематичний контроль (шляхом збору інформації);
- самоконтроль над рівнем сприйняття навчального матеріалу і його практичним застосуванням;
- аналіз (шляхом математичної обробки результатів) за результатами проведених форм контролю.

Реалізація цієї групи умов при підготовці фахівців дозволить коректувати подальшу роботу зі студентами поетапно, цілеспрямовано, систематично, підготувати вчителя організуючого просвітництва в галузі основ індивідуального здоров'я дитини на досить високому теоретичному, практичному та творчому рівні.

2.3. Експериментальна робота з підготовки майбутнього вчителя до просвітницької діяльності в галузі основ індивідуального здоров'я школярів

Дослідно-експериментальна робота здійснювалася в три етапи: прогностичний, змістовно-процесуальний, підсумковий. Особливу увагу в ході дослідження було приділено змістовно-процесуальному етапу, оскільки в його завдання входило формування готовності студентів до освіти школярів в галузі індивідуального здоров'я. З цією метою було розроблено спецкурс «Методика просвіти школярів в галузі основ індивідуального здоров'я».

Розробляючи спецкурс «Методика просвіти школярів в галузі основ індивідуального здоров'я» як складову частину системи професійної підготовки

вчителя, ми в ролі його головного завдання вважали озброєння студента не тільки теоретичними знаннями в галузі основ індивідуального здоров'я, гігієнічного освіти, а й відповідними практичними вміннями просвітницької діяльності. Програма спецкурсу передбачала лекційні, семінарсько-практичні заняття, ділові ігри та інші форми навчання студентів (Додаток А). Спецкурс проводився зі студентами експериментальної групи (4 курс).

Поряд з традиційними, в експерименті застосовувалися і форми активного навчання. Найбільш результативними виявилися: лекція прес-конференція, семінар-симпозіум, семінар-дослідження, самостійна пізнавальна діяльність студентів, ігрові форми навчання.

Лекція прес-конференція використовувалася нами як вступне заняття. Попередньо студентам було запропоновано підготувати питання в письмовому вигляді, які лягли в основу побудови змісту лекції. Відповідно до логіки поставлених питань тема розкривалася у вигляді зв'язного оповідання, в процесі якого студенти отримували відповіді на поставлені запитання. На завершення лекції була проведена підсумкова бесіда.

Пріоритет даної форми і методу навчання очевидний, бо забезпечує можливість активізувати пізнавальну діяльність студентів за рахунок формулювання актуальних питань і осмислення одержуваних на них відповідей.

План лекції – прес-конференції.

Тема: Значення просвіти школярів в галузі основ індивідуального здоров'я та формування мотивації збереження здоров'я.

Мета навчання: ознайомити студентів з термінами, поняттями по темі заняття. Охарактеризувати місце просвіти в галузі основ індивідуального здоров'я в сучасній системі освіти, виявити особливості правового регулювання питання збереження здоров'я дитини. Визначити потреби і мотиви, що детермінують процес самозбереження здоров'я.

Мета експерименту: з'ясувати думку студентів про необхідність освіти школярів в галузі основ індивідуального здоров'я. Уточнити рівень

інформованості студентів з даного питання.

Хід лекції:

1 етап. Формулювання проблемного питання (5 хвилин). Аналіз питань по спрямованості інтересів (5 хвилин). Запитання студентів ранжовані в наступних напрямках: необхідність просвіти в галузі основ індивідуального здоров'я в школі; відмінності просвіти від навчання; роль освіти в наданні допомоги школяреві зберігати своє здоров'я.

2 етап. Відповіді викладача на запитання студентів.

3 етап. Аналіз задоволеності студентів відповідями.

Семінар-симпозіум покликаний був формувати практичний досвід спільної участі в обговоренні та вирішенні теоретичних проблем, пов'язаних з освітою школярів основам індивідуального здоров'я.

Проблемні питання виступали дидактичним засобом організації спілкування і взаємодії на семінарі-дискусії.

Як умова розвитку продуктивної дискусії в ході семінарського заняття, виступали знання студентів, набуті в процесі вивчення дисциплін психолого-педагогічного та природничого циклів.

План семінару – симпозіуму

Тема: Просвітництво в галузі основ індивідуального здоров'я як основа виховання культури здоров'я школярів.

Мета: На основі активної дискусії сформувати у студентів поняття про культуру здоров'я.

Хід семінару:

Попередній етап: підготовка виступів по заздалегідь обраної тематики (наприклад: «Педагогічні основи формуванні культури здоров'я школярів», «Психологія здоров'я», «Здоровий спосіб життя та культура здоров'я» тощо)

1 етап. Виступи та їх обговорення

2 етап. Оцінка і самооцінка студентами виступів.

Семінар-дослідження використовувався нами в рамках групової форми роботи зі студентами. Заздалегідь готувався комплект проблемних питань і

завдань по темі заняття. Для отримання відповідей на питання студенти «додосліджували» матеріал: обмінювалися думками, проводили дискусію. Дозволялося користуватися будь-якими джерелами інформації.

План семінару – дослідження.

Тема: Форми, методи та засоби вербальної і невербальної просвіти школярів в галузі основ індивідуального здоров'я.

Мета: Уточнити уявлення студентів про педагогічну техніку вчителя. Ознайомити з основними методиками вербальної та невербальної просвіти школярів.

Хід семінару:

1 етап. Виявлення рівня інформованості студентів з даного питання.

2 етап. Розкриття умов, необхідних для реалізації процесу просвітництва з використанням конкретних форм і методів роботи. Дослідження з проблем: «Вплив кольору наочного посібника на ефективність сприйняття інформації», «Необхідність музичного супроводу для активізації просвіти», «Визначення педагогічної техніки, детермінуючою успішність освіти».

3 етап. Узагальнення і висновки.

Самостійна робота з джерелами інформації застосовувалася нами як різновид семінару-дослідження. На попередньому занятті, студентам пропонувалося проаналізувати інформацію з різних джерел для вирішення проблемних питань, пошукових завдань. Наприклад: «Чи можливе проведення ароматерапії, фітотерапії на уроках біології як елемента просвіти школярів в галузі основ індивідуального здоров'я?»; «Як впливає спілкування з тваринами на основні компоненти здоров'я людини? «Чи приводить спілкування з тваринами до збільшення кількості інфекційних захворювань?»; «Обґрунтуйте ступінь впливу на організм людини екологічних чинників».

В розробці завдань враховувалося, що студентам доведеться працювати в школах за різними навчальними програмами та підручниками. У цьому зв'язку для самостійного семантичного аналізу пропонувалися різні навчальні посібники по розділах шкільного курсу «Біологія», а також додаткова

література, наочні посібники. Обробка інформації включала роботу за схемою: текст - контекст - підтекст.

Текст аналізувався студентами з точки зору значення, незалежного від особистісного ставлення до нього.

Контекст, побудований на значеннях, виділявся відповідно до можливості смислового забарвлення, визначеності, особистісної значущості для майбутніх педагогів та учнів. При цьому задавалася ситуація внутрішнього діалогу з самим собою в позиції студента, що критично ставиться до прочитаного і в позиції школяра, що сприймає і ідентифікує особистісно-значимий зміст інформації.

Підтекст як носій ціннісних відносин автора освоюваного джерела до виділеної проблеми аналізувався студентами згідно соціальному аспекту, що виражає ставлення людини до навколишньої природи, людей, самого себе.

Однією з форм і методів навчання майбутніх вчителів з освіти школярів в галузі основ індивідуального здоров'я в дослідно-експериментальній роботі була ділова гра. Вона використовувалася в цілях моделювання діяльності, вирішення різних ситуацій.

В процесі гри студенти відпрацьовували різні елементи майбутньої просвітницької діяльності. При цьому особлива увага приділялася міжролевому спілкуванню, яке організовувалося як ділове співробітництво.

План ділової гри

Тема: «З чого починається здоров'я» (думка жителів різних епох про здоров'я людини).

Мета: Узагальнити знання студентів про історію розвитку наук про людину, формування знання про здоров'я та здоровий спосіб життя в різні епохи розвитку цивілізації.

Хід гри:

- 1 етап. Ознайомлення з правилами гри.
- 2 етап. Видача ведучим вихідних даних.
- 3 етап. Розподіл учасників гри за групами та ролями.

4 етап. Оцінка та вивчення загального положення розкриваємого змісту.

5 етап. Завдання: виконати схематичні рисунки, що відображають загальні тенденції збереження здоров'я, властиві кожній епосі. Обіграти процес навчання основам індивідуального здоров'я, характерний для даного часу.

6 етап. Узагальнення отриманих даних і оцінка роботи кожної групи.

Особливу увагу в рамках спецкурсу приділялося такому питанню, як здоров'ятворчість, що є основою формування здорового способу життя людини.

Тема: «Складання індивідуальних програм самозбереження здоров'я».

На занятті студентам пропонувалося:

– визначити стан свого здоров'я за допомогою комплексу тестових методик;

– спрогнозувати можливі зміни здоров'я з урахуванням професійної діяльності та інших факторів (відзначених самими студентами);

– змоделювати основні дії, спрямовані на збереження свого здоров'я;

– розробити систему заходів по збереженню здоров'я.

В процесі експериментальної роботи особлива увага приділялася залученню студентів в активну самостійну роботу.

Завдання, виконувані під час самостійної роботи, були спрямовані на розвиток особистісних та професійних якостей у студентів, що забезпечують ефективність просвітницької діяльності зі здоров'я-збереження школярів. З цією метою нами використовувалися чотири групи завдань:

1. Репродуктивні – види самостійної діяльності, спрямовані на відтворення студентами інформації, отриманої в результаті засвоєння теоретичних і практичних знань в процесі експериментального навчання і самонавчання.

2. Проблемні – носили евристичний характер і включали в себе систему вправ на розуміння, аналіз, порівняння, узагальнення, оцінку особливостей діяльності з освіти в галузі основ індивідуального здоров'я, її теоретичних і практичних аспектів.

3. Дослідницькі – вимагали пошукової діяльності студентів. Сюди увійшли задачі, що вимагають всебічного аналізу змістовної і процесуальної сторони просвітницької діяльності вчителя-предметника в галузі збереження індивідуального здоров'я школярів.

4. Творчі – відрізнялися високим ступенем самостійності студентів в процесі вирішення поставлених задач. Дана група завдань включала: завдання на трансформацію навчальної інформації (складання програм, планів просвітницьких заходів з різним контингентом слухачів); завдання-комунікації (рольове спілкування за схемою «вчитель-вчитель», «вчитель-учень», «вчитель-батько» і т.д.); завдання-імітації (відтворення елементів педагогічного процесу); завдання-тренінги, спрямовані на педагогічну рефлексію.

Завершальний етап педагогічного експерименту був націлений на аналіз готовності студентів до просвітницької діяльності в галузі здоров'я-збереження школярів.

Ми виділили три рівня цієї готовності: початковий, середній, високий, кожен з яких мав свої характеристики.

Початковий рівень. Студент володіє знаннями про індивідуальне здоров'я на рівні програмного матеріалу; має деякий обсягом знань про моніторинг здоров'я як основу здоровотворчества; вміє здійснювати елементарні дослідження стану здоров'я дітей та підлітків; володіє загальними відомостями про просвітницьку діяльність, має уявлення про деякі методи просвітницької роботи в школі; визнає важливість мотивації здорового способу життя; усвідомлює важливість просвітницької діяльності в галузі індивідуального здоров'я школярів з метою формування мотиву збереження здоров'я.

Середній рівень. Студент володіє в достатньому обсязі понятійним апаратом в галузі збереження індивідуального здоров'я; знання в галузі індивідуального здоров'я школярів співвідносить з педагогічними та методичними знаннями та вміннями; володіє умінням інтегрувати зміст шкільного курсу «Біології» з інформацією про здоров'я людини; має чіткі знання про цілі, завдання, методи моніторингу здоров'я, вміє досліджувати

показники здоров'я школярів; усвідомлює важливість просвітницької діяльності в школі; володіє теоретичними та методичними основами просвітницької діяльності; вміє здійснювати просвітницьку діяльність вербальними і невербальними методами; визнає пріоритетне значення здорового способу життя учнів, планує застосовувати здоров'язберігаючі технології в школі.

Високий рівень. Знання студента носять системний характер і служать основою для творчого перетворення змісту шкільного курсу «Біологія» в цілях планомірної просвітницької діяльності в галузі індивідуального здоров'я; студент володіє основами людинознавства, методикою викладання предмета; діяльність по освіті в галузі збереження здоров'я базується на індивідуальних особливостях школярів, результатах цілеспрямованого здійснюваного моніторингу здоров'я; до здоров'я-збереження школярів відноситься як до пріоритетного напрямку роботи; особливе значення студент надає самопросвіті школярів, цілеспрямованій просвітницькій діяльності з батьками та колегами.

Діагностичний комплекс складався з тестів, анкет, опитувальних листів в поєднанні з педагогічним спостереженням і бесідою, застосування яких обумовлювалося цілями дослідження на конкретних його етапах.

Оцінка готовності студента проводилась в три етапи: діагностика вихідного рівня підготовки на початку дослідження; контрольний зріз знань на проміжному етапі і підсумкова оцінка результату підготовки до просвітницької діяльності в галузі індивідуального здоров'я по закінченні формувального експерименту.

Важливу роль у виявленні рівня підготовленості студентів до розглянутого виду діяльності грала педагогічна оцінка та самооцінка. Оцінка виставлялася студентам за підсумками роботи на семінарах та інших практичних заняттях за п'ятибальною шкалою. Творчі роботи та участь у рольових проектах оцінювалися відповідно до критеріїв результативності виконання завдань: активність участі (акуратність, орфографічна і стильова грамотність написання роботи); аргументованість, повнота висловлювання;

термінологічна грамотність; вірність методичного рішення; усвідомленість вибору індивідуального стилю педагогічної (просвітницької) діяльності.

Оцінка в системі «викладач – студент» забезпечувала можливість зворотного зв'язку, необхідної для управління освітньо-виховним процесом. При виставленні оцінок ми дотримувалися таких вимог: оцінка повинна бути об'єктивна, адекватна рівню знань і вмінь студента, обґрунтована, достовірна.

Самооцінка студентом рівня своєї готовності до досліджуваного виду діяльності здійснювалася на кожному занятті.

В цілому реалізація завдань рефлексивно-оцінного блоку дозволила з великим ступенем достовірності оцінити ефективність дидактичної моделі підготовки майбутніх вчителів-біологів до освіти школярів в галузі основ індивідуального здоров'я.

Як вже зазначалося, експериментальна робота проводилась на біологічному факультеті. Експериментальну групу склали студенти 4 курсу у кількості 24 осіб. Контрольну групу склали студенти 5 курсу у кількості 23 осіб. Відмінною особливістю експериментальної групи було вивчення спецкурсу «Методика просвіти школярів в галузі основ індивідуального здоров'я».

Вивчення підсумків дослідно-експериментальної роботи здійснювалося за наступними напрямками:

- розвиненість професійно-особистісних якостей студентів;
- визначення теоретичної підготовленості студентів до освіти школярів основам індивідуального здоров'я;
- аналіз практичної підготовленості студентів;
- вивчення досвіду творчої діяльності студентів.

Визначення перерахованих показників здійснювалося серед студентів експериментальної групи на початку і в кінці формувального експерименту.

З таблиці 2.3 випливає, що на початку навчання більшість студентів експериментальної групи оцінили свої професійно-особистісні можливості в межах низького і середнього рівнів. 45,8% випускників високо оцінили таку

якість, як вміння впливати на людей. Менше всього студенти високо оцінили розвиненості таких якостей, як уміння вирішувати проблеми (8,3%), творчо підходити до справи (4,2%), уміння здійснювати управління діяльністю учнів (8,3%) та уміння організовувати групову роботу (8,3%).

Таблиця 2.3

Рівень самооцінки студентами експериментальної групи професійно-особистісних якостей на початку навчання (у %)

№	Параметр	Рівні		
		низький	середній	високий
1	Уміння володіти собою	37,5	37,5	25,0
2	Чіткі особисті цінності	25,0	41,7	33,3
3	Чіткі особисті цілі	8,3	58,4	33,3
4	Саморозвиток	25,0	37,5	37,5
5	Навички вирішення проблем	41,7	50,0	8,3
6	Творчий підхід до справи	37,5	58,4	4,2
7	Уміння впливати на людей	20,9	33,3	45,8
8	Розуміння особливостей своєї праці	29,2	58,4	12,4
9	Уміння здійснювати управління діяльністю учнів	37,5	54,2	8,3
10	Уміння навчати	25,0	41,7	33,3
11	Уміння організовувати групову роботу	20,8	70,9	8,3

Аналіз самооцінки параметрів професійного розвитку студентів експериментальної групи, проведений по закінченню навчання (табл. 2.4), показав, що найбільша кількість студентів високо оцінюють таку особливість своєї особистості як розуміння специфіки своєї праці (79,2%).

75.0% респондентів дали високу оцінку власному вмінню керувати діяльністю учнів. Даний факт ми розцінюємо як психологічну готовність студентів до роботи з учнями. 66,7% студентів досить високо оцінили своє вміння організовувати групову роботу з дітьми.

Рівень самооцінки студентами експериментальної групи професійно-особистісних якостей в кінці навчання (у %)

№	Параметр	Рівні		
		низький	середній	високий
1	Уміння володіти собою	8,3	45,8	45,9
2	Чіткі особисті цінності	20,8	20,8	58,4
3	Чіткі особисті цілі	0	54,2	45,8
4	Саморозвиток	16,6	29,2	54,2
5	Навички вирішення проблем	20,8	37,5	41,7
6	Творчий підхід до справи	25,0	33,3	41,7
7	Уміння впливати на людей	12,5	37,5	50,0
8	Розуміння особливостей своєї праці	0	20,8	79,2
9	Уміння здійснювати управління діяльністю учнів	0	25,0	75,0
10	Уміння навчати	16,7	20,8	62,5
11	Уміння організувати групову роботу	0	33,3	66,7

Вивчення динаміки самооцінки студентами особистісної готовності до майбутньої професійної діяльності показало, що за період навчання виявлена позитивна тенденція зміни аналізованих параметрів. Більшість студентів оцінили свою особистісну готовність до професійної діяльності на середньому і високому рівні.

Аналіз теоретичної підготовленості студентів до просвітницької роботи в галузі індивідуального здоров'я в школі здійснювався нами в два етапи: виявлення вихідного рівня теоретичної підготовленості та підсумкова оцінка теоретичної підготовленості.

Перший етап аналізу теоретичної підготовленості студентів здійснювався шляхом опитувань студентів експериментальної та контрольної груп. Їм пропонувалися наступні питання:

1. Що означають поняття: здоров'я, хвороба?
2. Якими факторами обумовлюється здоров'я?
3. Що таке здоровий спосіб життя? Які його доданки?
4. Як Ви розумієте термін «здравотворчість»?
5. Що таке просвітництво? Чим відрізняється просвітництво від освіти і навчання?
6. З яких структурних компонентів складається просвітництво в галузі основ індивідуального здоров'я?
7. Якими методами і в яких формах ведеться просвітницька робота в школі?

Кожна відповідь оцінювалася за чотирьох бальною шкалою (2, 3, 4 та 5 балів) (табл. 2.5).

Таблиця 2.5

Вихідна оцінка знань студентів експериментальної та контрольної груп

Питання \ Група	1	2	3	4	5	6	7	Середній бал
Експериментальна	4,6	4,5	4,1	3,9	3,6	3,1	2,9	26,7
Контрольна	4,4	4,6	4,0	3,6	3,5	3,0	2,9	26

Наведені в таблиці матеріали, показують, що найбільш високий рівень знань студенти виявили за першими трьома питаннями. По четвертому і п'ятому питанню студенти проявили знання в межах 3,5 - 3,9 балів. Найбільші труднощі викликали питання, що стосуються освіти в галузі основ індивідуального здоров'я.

Поряд з педагогічною оцінкою, нами проводилася самооцінка студентами теоретичної підготовленості до просвітницької діяльності. Випускникам пропонувалося оцінити за чотирибальною шкалою рівень готовності до роботи по освіті школярів в галузі основ індивідуального здоров'я.

Отримані дані свідчать про те, що на початку експерименту рівень готовності випускників знаходився в межах середнього значення. Причому

оцінки «3» і «4» домінували у студентів як експериментальної, так і контрольної груп (табл. 2.6).

Таблиця 2.6

Результати самооцінки студентами готовності до просвітницької діяльності на початку експерименту (у %)

№	Твердження	Гр.	Оцінка			
			2	3	4	5
1.	Я готовий (а) до викладання в школі предмета «Біологія»	Е	12,5	33,3	41,7	12,5
		К	13,0	34,8	43,5	8,7
2.	Я можу, спираючись на зміст навчального предмета «Біологія», знайомити учня з основами індивідуального здоров'я, екології людини та ін.	Е	20,8	25,0	41,7	12,5
		К	17,4	43,5	30,4	8,7
3.	Я зможу виховати в учнів ціннісне ставлення до людини, її здоров'ю.	Е	0	29,2	33,3	37,5
		К	0	39,2	30,4	30,4
4.	Я знаю, як за допомогою змісту шкільного курсу «Біологія» здійснювати просвітництво в галузі основ індивідуального здоров'я	Е	8,3	25,0	41,7	25,0
		К	8,7	43,5	21,7	26,1
5.	Я зможу навчити дітей берегти своє здоров'я	Е	0	12,5	45,8	41,7
		К	0	17,4	43,5	39,1
6.	Я зможу виховати в учнів почуття відповідальності за своє здоров'я	Е	8,3	25,0	54,2	12,5
		К	13,0	30,4	43,6	13,0
7.	Я знаю, що таке здоров'язберігаючи технології в навчанні, як їх застосовувати на практиці	Е	20,8	29,2	41,7	8,3
		К	39,2	30,4	26,1	4,3
8.	Я зможу використовувати невербальні та вербальні методи просвітницької роботи	Е	33,3	45,9	12,5	8,3
		К	34,8	34,8	21,7	8,7
9.	Я готовий (а) здійснювати просвітництво школярів в галузі основ індивідуального здоров'я	Е	16,7	50,0	20,8	12,5
		К	13,0	43,6	30,4	13,0

Найбільші труднощі студенти випробовували в питаннях, що стосуються змісту, форм, методів просвітницької роботи, застосування здоров'язберігаючих технологій. У той же час ними високо була оцінена готовність до навчальної діяльності по даному напрямку роботи.

Таким чином, виявлено, що результати самооцінки студентами готовності до просвітницької діяльності в галузі індивідуального здоров'я збігаються з результатами педагогічної оцінки.

По завершенні дослідно-експериментальної роботи було проведено письмове опитування студентів за питаннями, що відбивають основний теоретичний і практичний зміст їхньої підготовки:

1. Що таке просвітництво в галузі індивідуального здоров'я? Які роль і місце освіти школярів основам індивідуального здоров'я в роботі вчителя біології?

2. Які основні нормативні акти, що регулюють діяльність вчителя в галузі збереження здоров'я школярів?

3. Що таке здоровотворчість? Які основні елементи індивідуальних програм збереження здоров'я?

4. Назвіть основні напрямки просвіти школярів в галузі індивідуального здоров'я людини засобами розділу «Рослини» шкільного курсу «Біологія».

5. Перелічіть можливості розділу «Тварини» шкільного курсу «Біологія» по здоров'язбереженню школярів.

6. Охарактеризуйте основні напрямки просвіти школярів в галузі індивідуального здоров'я людини в рамках розділу «Людина» шкільного курсу «Біологія».

7. Які можливості розділу «Загальна біологія» шкільного курсу «Біологія» в освіті школярів в галузі збереження індивідуального здоров'я?

8. Перелічіть невербальні методи просвіти в галузі індивідуального здоров'я.

9. Перелічіть вербальні методи просвіти в галузі індивідуального здоров'я.

Відповіді на кожне питання оцінювалися за чотирибальною системою (2, 3, 4, та 5 балів). Результати письмових опитувань студентів, які навчалися в експериментальній і контрольній групах, підсумовувалися, визначалася середня сума балів.

Було виявлено різний рівень теоретичної грамотності з питань просвіти в галузі індивідуального здоров'я у студентів експериментальної та контрольної груп. За підсумками письмового опитування середня сума балів у студентів експериментальної групи вище і становить 39,6, в той час як у студентів контрольної групи - 34,9.

В ході дослідження нами проведено аналіз практичної підготовленості студентів до освіти школярів основам індивідуального здоров'я.

За вихідний рівень був прийнятий результат самооцінки підготовки студентів (табл. 2.6), який показав, що на початку експериментального навчання готовність студентів обох груп до практичної діяльності перебувала в основному на середньому рівні: переважала самооцінка «3» і «4». В таблиці 2.7 наведено дані, отримані нами в кінці експерименту.

Таблиця 2.7

Результати самооцінки студентами готовності до просвітницької діяльності
наприкінці експерименту (у%)

№	Твердження	Гр.	Оцінка			
			2	3	4	5
1.	Я готовий (а) до викладання в школі предмета «Біологія»	Е	0	12,5	37,5	50,0
		К	0	26,1	43,5	30,4
2.	Я можу, спираючись на зміст навчального предмета «Біологія», знайомити учня з основами індивідуального здоров'я, екології людини та ін.	Е	0	8,3	29,2	62,5
		К	8,7	30,4	43,5	17,4
3.	Я зможу виховати в учнів ціннісне ставлення до людини, її здоров'ю.	Е	0	8,3	41,7	50,0
		К	0	21,7	43,5	34,8

Продовження таблиці 2.7

№	Твердження	Гр.	Оцінка			
			2	3	4	5
4.	Я знаю, як за допомогою змісту шкільного курсу «Біологія» здійснювати просвітництво в галузі основ індивідуального здоров'я	Е	0	12,5	29,2	58,3
		К	4,3	17,4	47,8	30,4
5.	Я зможу навчити дітей берегти своє здоров'я	Е	0	0	20,8	79,2
		К	0	13,0	43,5	43,5
6.	Я зможу виховати в учнів почуття відповідальності за своє здоров'я	Е	0	12,5	37,5	50,0
		К	8,7	21,7	47,8	21,7
7.	Я знаю, що таке здоров'язберігаючі технології в навчанні, як їх застосовувати на практиці	Е	4,2	12,5	45,8	37,5
		К	13,0	34,8	34,8	17,4
8.	Я зможу використовувати невербальні та вербальні методи просвітницької роботи	Е	0	20,8	37,5	41,7
		К	30,4	30,4	26,1	13,0
9.	Я готовий (а) здійснювати просвітництво школярів в галузі основ індивідуального здоров'я	Е	0	12,5	29,2	58,3
		К	4,3	30,4	39,1	26,2

Порівняльний аналіз результатів самооцінки студентів, відображених у таблицях 2.6 і 2.7 показує, що в цілому процес формування готовності до просвітницької діяльності в галузі збереження індивідуального здоров'я школярів привів до позитивної динаміки в експериментальній групі.

Дані, отримані після закінчення експерименту, підтвердили необхідність розробки спеціального змісту і методики професійно-педагогічної підготовки студентів для успішної практичної діяльності по освіті школярів в галузі основ індивідуального здоров'я.

Вивчення досвіду творчої діяльності студентів здійснювалося за допомогою контент-аналізу індивідуальних творчих проектів майбутніх вчителів.

Студентам було запропоновано завдання по самостійній розробці циклу занять (не менше 3-х) для одного з розділів шкільного курсу біології, що включають просвітництво в галузі індивідуального здоров'я.

Одиницею аналізу виступало творче вміння майбутнього вчителя. Одиницями рахунку були прийняті уміння студентів:

- творчо перетворювати зміст розділів шкільного курсу «Біологія», інтегруючи інформацію валеологічного характеру;
- підбирати ефективні методи просвіти основам індивідуального здоров'я;
- відбирати найбільш виразні засоби просвіти в галузі збереження індивідуального здоров'я школярів;
- творчо оформляти розроблений проект.

Позитивна оцінка кожного вміння приймалася нами за «1», негативна - за «0». Підсумовуючи оцінки, ми визначали рівень сформованості творчих умінь у студентів експериментальної та контрольної груп (табл. 2.8).

Таблиця 2.8

Результати аналізу рівня сформованості творчих умінь у студентів експериментальної та контрольної груп

Учасники дослідження	Рівень сформованості творчих умінь				
	Високий	Вище середнього	Середній	Нижче середнього	Низький
	4 бали	3 бали	2 бали	1 бал	0 балів
Експериментальна група	33,3%	45,8%	12,5%	8,4%	0
Контрольна група	0	17,4%	56,5%	17,4%	8,7%

Матеріали таблиці свідчать про більш високий рівень сформованості творчих умінь серед студентів експериментальної групи, де переважає кількість випускників, які впоралися з творчим завданням на «високому» і «вище середнього» рівнях.

Серед студентів контрольної групи значна кількість студентів виявили

«середній» і «нижче середнього» рівні сформованості творчих умінь.

Ступінь відповідності якості професійної підготовки студентів до освіти школярів в галузі основ індивідуального здоров'я визначалася нами допомогою обчислення індексу задоволеності навчальною діяльністю (U) [8].

$$U = (A + B - C - D) / N, \text{ де}$$

U – індекс задоволеності навчальною діяльністю; A – кількість відповідей «повністю задоволений»; B – кількість відповідей «задоволений»; C – кількість відповідей «не задоволений»; D – кількість відповідей «повністю не задоволений»; N – загальна кількість респондентів.

$$U_e = (15 + 7 - 3 - 0) / 24 = 0,79;$$

$$U_k = (3 + 12 - 5 - 3) / 100 = 0,30.$$

Результати обчислень показали, що студенти експериментальної групи більш задоволені професійною підготовкою до просвітницької діяльності, ніж студенти контрольної групи. На нашу думку, даний факт свідчить про вірність вибору стратегії і тактики навчання майбутніх фахівців – вчителів біології до просвітницької діяльності в галузі індивідуального здоров'я.

Аналіз отриманих матеріалів дозволяє констатувати, що у студентів експериментальної групи вищий, порівняно з контрольною групою, рівень підготовленості за всіма аналізованими показниками.

Таким чином, провідну роль у підготовці випускників до просвітницької діяльності відіграє послідовна реалізація основних компонентів педагогічного процесу, що враховує характеристики професійної спрямованості особистості студентів.

Висновки до другого розділу

1. Аналіз підготовленості студентів ЗВО до освіти школярів основам індивідуального здоров'я констатував недостатність формування мотиваційної сфери, теоретичної та практичної готовності у студентів для здійснення даної діяльності, низький рівень задоволеності студентів підготовкою у ЗВО до даного напрямку діяльності.

2. Професійна підготовленість студента до просвітницької роботи в галузі основ індивідуального здоров'я в школі як якісний показник становлення майбутнього фахівця формується тільки в умовах цілеспрямовано організованої педагогічної системи, що об'єднує дидактичну і методичну складові, які включають цілепокладання, відбір зміст навчання, вибір адекватних методів, форм і засобів навчання, способи побудови змісту і методики його вивчення, рефлексія і корекція.

3. Вектор навчання просвітницької діяльності передбачає націленість на активізацію мотиваційної сфери, розвиток професійно-особистісних якостей, креативних прагнень студентів.

4. Експериментальна перевірка системи підготовки фахівців у ЗВО, що складається зі структурно-змістовного, особистісно-діяльнісного і функціонально-діяльнісного компонентів, забезпечується цілеспрямовано організовуваною навчальною, квазіпрофесійною, навчально-професійною діяльністю, в контексті майбутньої просвітницької діяльності в галузі основ індивідуального здоров'я виявила високий рівень оволодіння студентами експериментальної групи відповідними знаннями, вміннями, досвідом практичної, творчої діяльності.

5. Підготовленість студентів до освіти школярів у досліджуваній галузі основ індивідуального здоров'я взаємопов'язана з професійно-особистісним становленням майбутніх педагогів, що знайшло відображення в результатах експериментальної роботи.

ВИСНОВКИ

Дане магістерське дослідження присвячене проблемі підготовки майбутнього вчителя до просвітницької діяльності зі школярами в галузі основ індивідуального здоров'я. В даний час, коли стан здоров'я школярів стрімко погіршується, проблема, що досліджується є актуальною. Разом з тим, у сучасній освітній практиці роль освіти занижена, що обґрунтовано привело до знецінення значущості самозбереження індивідуального здоров'я дитини.

У роботі, що носить теоретико-експериментальний характер, ми вивчили проблему формування готовності майбутнього вчителя до освіти школярів в галузі основ індивідуального здоров'я на прикладі підготовки вчителя біології як фахівця, найбільшою мірою здатного сформуванню потреби у збереженні та зміцненні індивідуального здоров'я у дітей та підлітків.

Аналіз стану здоров'я школярів підтвердив актуальність обраної теми дослідження. Дослідження історіографічного аспекту розвитку просвітництва в даній галузі людинознавства як культурно-пропедевтичного явища системи освіти показало, що багаті історичні та культурні традиції збереження та зміцнення здоров'я людини, гігієнічного виховання тісним чином переплелися з філософськими дослідженнями, розвитком природно-наукових знань, педагогіки та методики підготовки фахівців.

Аналіз понятійно-категоріального апарату проблеми дослідження виявив відсутність чіткого формулювання поняття «індивідуальне здоров'я», що в свою чергу, тягне за собою відсутність семантичного розуміння терміна «просвітництво в галузі основ індивідуального здоров'я», чіткого визначення механізму підготовки фахівців в даній галузі.

Проведене нами дослідження сприяло більш глибокому логіко-смысловому осмисленню та функціональній диференціації понять і процесів, що сприяло визначенню цілей, завдань, форм і методів підготовки майбутнього вчителя до роботи в даній галузі зі школярами.

В магістерській роботі вказується на високу значимість процесу просвітництва як сукупність механізмів вербального та невербального впливу на учнів і в першу чергу на їх потребнісно-мотиваційну сферу, що в черговий раз доводить пропедевтичну значимість просвітництва.

Відповідно до нашого дослідження, готовність до просвітницької діяльності складається з ряду факторів: рівня теоретичної грамотності, знання форм і методів просвітницької роботи та вміння їх застосовувати на практиці, особистісної готовності до даного виду діяльності, відповідального ставлення педагогів до індивідуальних особливостей і здоров'я учнів.

Вивчення виділених факторів, а також ступеня оволодіння ними студентами біологічного факультету показало, що в цілому сучасні фахівці мають безсистемні знання, низьку мотивацію до даного виду діяльності, часто байдуже ставляться до свого здоров'я та здоров'я учнів. Виявлені обставини обумовлені відсутністю цілісної підготовки студентів до просвітницької діяльності, у тому числі в галузі основ індивідуального здоров'я.

Було визначено та обґрунтовано педагогічні та методичні умови підготовки майбутнього вчителя до освіти школярів у галузі збереження індивідуального здоров'я. В якості педагогічних умов даної діяльності було обрано цілепокладання, відбір змісту, вибір адекватних методів, форм і засобів навчання. Методичну частину умов склали способи завдання цілей і мотивації діяльності, способи побудови змісту і методики його вивчення, рефлексія і корекція.

Враховуючи пріоритетну роль у становленні фахівця, його майбутньої адаптації до професійної діяльності, в процесі навчання ми спиралися на активні, в тому числі квазіпрофесійні (гра, вирішення конкретних ситуацій) та навчально-професійні (розробка програм, захист творчих проектів та ін.) форми і методи навчання.

Здравотворчі знання та вміння виразилися в складанні індивідуальних програм збереження здоров'я, які базуються на конкретних особливостях організму студентів.

Процес навчання студентів припускав врахування індивідуальних особистісних особливостей студентів, їх інтереси, потреби, тобто носив особистісно-орієнтований характер.

Рефлексія і корекція організовувалися з метою оцінки та самооцінки рівня засвоєння знань та практичної готовності до здійснення даного виду діяльності. Отримані дані сприяли своєчасної корекції змісту і процесу навчання.

Результати експериментальної роботи з підготовки майбутнього вчителя до просвітницької діяльності в галузі основ індивідуального здоров'я школярів показали, що в експериментальній групі рівень знань і практичних умінь достовірно вище, ніж у контрольній. Дана обставина дозволила зробити висновок про своєчасність здійснюваної роботи, її актуальність та ефективність обраних методик.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Авцын А. П. Адаптация и дезадаптация с позиции патологии. *Клиническая медицина*. 1974. Т. 52. С. 3-15.
2. Анисимова Н. В. Образовательное пространство как среда формирования культуры здоровья учащихся. *Известия Пензенского государственного педагогического университета им. В.Г. Белинского*. 2006. № 1. С. 134-138.
3. Антипкин Ю. Г., Моисеенко Р. А., Хайтович Н. В. VI Конгресс педиатров Украины: профессиональный диалог о самом важном. *Здоров'я України*. 2009. № 21. С. 24-25.
4. Антонова О. Є. Здоров'язбереження учнів початкової школи як засіб досягнення сталого розвитку держави. *Сталий розвиток: проблеми та перспективи*. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І.Франка, 2013. С. 232-241.
5. Апанасенко Г. Л., Попова Л. А. Медицинская валеология. Киев : Здоровье, 2000. 248 с.
6. Артюшенко А. О. Виховання вольових якостей в учнів середнього шкільного віку в процесі занять фізичною культурою : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.07. Київ, 2003. 20 с.
7. Бабанский Ю. К. Избранные педагогические труды. Москва : Педагогика, 1989. 331 с.
8. Баженова Н. А. Подготовка будущего учителя к формированию здорового образа жизни школьников (на материале факультета физической культуры педагогического вуза) : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08. Барнаул, 2000. 217 с.
9. Бекетова Л., Грезнева О. Соционистический подход в валеологизации учебно-воспитательного процесса. *Актуальные проблемы валеологического образования*. Липецк, 1999. С. 22-24.
10. Бех І. Д. Виховання особистості : наукове видання. Київ : Либідь, 2003. 280 с.

11. Большой энциклопедический словарь Языкознание / гл. ред. В. Н. Ярцева. 2-е изд. Москва : Большая Российская энциклопедия, 1998. 685 с.
12. Бондин В. И. Здоровый образ жизни. Концепция программы. Ростов-на-Дону : РГПУ, 2002. 184 с.
13. Брехман И. И. Валеология – наука о здоровье. 2-е изд. Москва : Физкультура и спорт, 1990. 208 с.
14. Валеологічний інструментарій апаратно-програмної діагностики і моніторингу здоров'я : навчальний посібник / за ред. М. С. Гончаренко. Харків : Вид-во ХНУ імені В.Н. Каразіна, 2011. 135 с. URL: <http://dspace.univer.kharkov.ua/bitstream/123456789/8979/2/Instrumentari.pdf>.
15. Валеологія : навч. посіб. для студ. вищих пед. закл. освіти / В. І. Бобрицька та ін. Полтава : «Скайтек», 2000. 146 с.
16. Валецька Р. О. Основи валеології : підручник. Луцьк : Волинська книга, 2007. 348 с.
17. Ващенко О. Здоровий спосіб життя – важливий чинник виховання особистості: теоретико-методологічний аспект. *Початкова школа*. 2004. № 4. С. 48-50.
18. Гаркуша С. В. Сучасні тенденції у стані здоров'я дітей і молоді в умовах навчання. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2013. № 10. С. 7-11. URL: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/journal/2013-10/13gsvple.pdf>.
19. Гершунский Б. С. Педагогическая прогностика. Методология, теория, практика. Киев : Вища школа, 1986. 200 с.
20. Гончаренко М. С. Валеопедагогічні аспекти духовності : навч. посіб. Харків : ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2008. 332 с.
21. Горбунов В. А. Социально-гигиенический мониторинг как метод управления состоянием здоровья населения. *Материалы Всеросс. конф. с междунар. участием*. Иваново, 2001. С. 101-103.
22. Грибан В. Г. Валеологія : підручник. Київ : Центр учбової літератури, 2008. 214 с. URL: <http://www.twirpx.com/file/495141/>.

23. Гулыга А. В. Искусство в век науки. Москва : Наука, 1978. 184 с.
24. Давыдовский И. В. Проблема причинности в медицине (этиология). Москва : Медицина, 1965. 75 с.
25. Демин И. В. Демин О. И. Технология системы мониторинга здоровья. *Укрепление здоровья в школе* : тезисы докл. Всерос. науч.-практич. конф. Казань, 2000. С. 21-22.
26. Джуринский А. Н. История педагогики : учебное пособие для студентов педвузов. Москва : ВЛАДОС, 1999. 432 с.
27. Дичківська І. Інноваційні педагогічні технології : навч. посіб. Київ : Академвидав, 2004. 352 с. URL: http://ualib.com.ua/b_136.html.
28. Долинський Б. Т. Теоретико-методичні засади підготовки майбутніх учителів до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів у навчально-виховній діяльності : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04. Одеса, 2011. 399 с.
29. Єфімова В. М. Підготовка майбутніх учителів природничих дисциплін до використання здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності: теорія і методика : монографія. Сімферополь : Сонат, 2011. 442 с.
30. Журавлев И. К., Зорина Л. Я. Дидактическая модель учебного предмета. *Новые исследования в педагогических науках*. Москва, 1979. № 1. С. 34-37.
31. Зайцева З. В. Здорова дитина в соціумі дорослих Моніторингове дослідження стану здоров'я учнів. Дніпродзержинськ, 2013. 24 с.
32. Завидівська Н., Грибовська І., Щур Л. Особливості освітньої спрямованості процесу здоров'язбережного навчання студентів вищих навчальних закладів. *Молода спортивна наука України*. Львів, 2014. Вип. 18, т. 4. С. 33–38.
33. Здоров'язберігальне середовище та здоров'язберігаючі технології у навчальному закладі / упоряд. : О. Колонькова, О. Литовченко. Київ : Шкільний світ, 2009. 128 с.
34. Зоріна М. О. Професійне здоров'я вчителя як важлива складова його

діяльності. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2013. № 33 (86). С. 175-179.

35. Історія педагогіки / за ред. М. В. Левківського, О. А. Дубасенюк. Житомир : Видавництво Житомирського державного педагогічного університету, 1999. 336 с.
36. Каган М. С. Философская теория ценности. Санкт-Петербург : Питер, 1997. 218 с.
37. Казин Э. М., Блинова Н. Г., Литвинова Н. А. Основы индивидуального здоровья человека: Введение в общую и прикладную валеологию : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. Москва : ВЛАДОС, 2000. 259 с..
38. Казначеев В. П. Основы общей валеологии : учебное пособие. Москва : Изд-во «Институт практической психологии», Воронеж : НПО МОДЭК, 1997. 48 с.
39. Казначеев В. П., Баевский Р. М., Берсенева Л. П. Донозологическая диагностика в практике массовых обследований населения. Ленинград : Медицина, 1980. 226 с.
40. Камалова Р., Михайлик Г. Осанка как один из критериев физического развития. *Укрепление здоровья в школе* : Тезисы докл. Всероссийской научно-практической конф. Казань, 2000. С. 71-74.
41. Карпова І. Б., Корчинський В. Л., Зотов А. В. Фізична культура та формування здорового способу життя : навч. посіб. Київ : КНЕУ, 2005. 190 с.
42. Квашніна Л. В., Величко М. І. Методика визначення рівня здоров'я і адаптаційних можливостей дитячого організму. *Перинатологія і педіатрія*. 2000. № 2. С. 49-52.
43. Коваль В. О. Особливості валеологічної підготовки майбутніх соціальних педагогів у вищих навчальних закладах : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.05. Запоріжжя, 2006. 229 с.
44. Коджаспирова Г. М., Коджаспиров А. Ю. Педагогический словарь : для студентов высших и средних педагогических учебных заведений. Москва :

ACADEMIA, 2000. 176 с.

45. Кокун О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності : монографія. Київ : Міленіум, 2004. 265 с.
46. Концепція розвитку охорони здоров'я населення України : Указ Президента України від 07.12.2000 р. № 1313/2000. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1313/2000>.
47. Крайг Г. Психология развития : учебное пособие. Санкт-петербург : Питер, 2002. 992 с.
48. Куинджи Н. Н. Валеология: Пути формирования здоровья школьников : методическое пособие. Москва : Аспект Пресс, 2001. 139 с.
49. Кульчицька-Волочко М. Сімейні цінності здоров'я дітей. *Ваш аптекар*. 2008. № 21-22. С. 5.
50. Лихачев Б. Т. Педагогика. Курс лекций : учеб. пособие для студентов пед. учебн. заведений и слушателей ИПК и ФПК. 4-е изд, перераб. и доп. Москва : Юрайт-М., 2001. 607 с.
51. Лордкипаридзе Д. О., Днепров Э. Д. Педагогическое наследие К. Д. Ушинского. *Избранные педагогические сочинения* : в 2-х т. Москва, 1974. Т. 2. С. 365-413.
52. Лук'янова О. М. Проблеми здоров'я здорової дитини та наукові аспекти профілактики його порушень. *Мистецтво лікування*. 2005. № 2. С. 6-15.
53. Любар О. О. Стельмахович М. Г., Федоренко Д. Т. Історія української педагогіки : навч. посіб. Київ : Знання, КОО, 2003. 355 с.
54. Майданник В. Г. Перспективи розвитку клінічної педіатрії в ХХІ столітті. *Педіатрія, акушерство та гінекологія*. 2002. № 1. С. 8-12.
55. Мальцева Т. Є. Сутність категорії соціально-професійної зрілості майбутніх фахівців. *Духовність особистості: методологія, теорія і практика*. 2013. № 2 (55). С. 116-125. URL: <http://oaji.net/articles/690-1395928458.pdf>.
56. Марков В. В. Основы здорового образа жизни и профилактики болезней :

- учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. Москва : Академия, 2001. 320 с.
57. Медико-біологічні основи валеології : навч. посіб. / за ред. П. Д. Плахтія Кам'янець-Подільський : Вид-во Кам'янець-Подільського державного педагогічного університету, 2000. 408 с.
 58. Мельник О. П. Філософсько-педагогічні аспекти феномену Просвітництва. *Науковий вісник Мелітопольського державного педагогічного університету*. Мелітополь, 2011. Вип. 6. С. 325-331.
 59. Мойсеєнко Р. О. Здоров'я дітей шкільного віку та першочергові заходи з метою його поліпшення. *Охорона здоров'я України*. 2002. № 3-4. С. 7-11.
 60. Назаренкова Г. Н. Системно-ролевої подход к формированию валеологической культуры учащихся. *Укрепление здоровья в школе : Тезисы докл. Всероссийской научно-практической конф.* Казань, 2000. С. 45-48.
 61. Національна доктрина розвитку освіти України у XXI столітті : Указ Президента України від 17.04.2002 р. № 347/2002. URL.: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/347/2002>.
 62. Никитина Н. Н. Развитие ценностного сознания учителя. *Педагогика*. 2000. № 6. С. 65-70.
 63. Ожегов С. И. Словарь русского языка. 22-е изд, доп. Москва : Советская Энциклопедия, 1990. 915 с.
 64. Омельченко О. В. Особливості професійно-педагогічної діяльності вчителя початкових класів з організації здоров'язберігаючого навчально-виховного процесу : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Харків, 2008. URL: http://revolution.allbest.ru/pedagogics/00319961_0.html.
 65. Основи загальної психології : навч. посіб. : у 2 т. / укл. : О. В. Полозенко, Л. М. Омельченко, С. В. Яшник та ін. Київ : НУБіП, 2009. Т. I. 322 с.
 66. Охрана окружающей среды: проблемы просвещения / ред. А. Г. Воронова. Москва : Прогресс, 1983. 252 с.
 67. Панфилова О., Аратамонова Л., Белых Е. Дидактико-валеологическая

- структура как методологическая основа школьной валеологии. *Актуальные проблемы валеологического образования*. Липецк, 1999. С. 107-112
68. Пархоменко Л. К. Медико-социальные проблемы сохранения здоровья подростков в Украине. *Здоровье ребенка*. 2006. № 1. URL: <http://www.mif-ua.com/archive/article/210>.
69. Педагогика и психология здоровья : сборник работ сотрудников кафедры психолого-педагогических технологий охраны и укрепления здоровья / науч. ред. Н. К. Смирнов. Москва : АПК и ПРО, 2003. 128 с.
70. Петленко В. П. Валеология человека: Здоровье – Любовь – Красота : в 6 т. Санкт-Петербург : РЕТРОС; Минск : ОРАКУЛ, 1997. Т. 5 : Гармония чувств и образ жизни. 2645 с.
71. Пилипишин О. І. Історія розвитку проблеми здоров'язбереження молоді. *Філософія, методологія, психолого-педагогічні аспекти формування культури здоров'язбереження* : матеріали наук.-методол. семінару к-ри філософії та суспільних дисциплін ТДМУ ім. І. Я. Горбачевського. Тернопіль : Вектор, 2013. С. 43-49.
72. Поліщук Н. М. Підготовка вчителя в системі післядипломної педагогічної освіти до розвитку здоров'язбережувальної компетентності учнів основної школи : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Житомир, 2013. 23 с.
73. Поташнюк І. В. Професійно-валеологічна підготовка майбутніх біологів : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Луцьк, 2001. 237 с.
74. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів. Основи здоров'я. 5-9 класи / уклад. : Т. Є. Бойченко, Т. В. Воронцова, О. Л. Москаленко та ін. : наказ Міністерства освіти і науки України від 07.06.2017 р. № 804. URL: <https://base.kristti.com.ua/?p=4562>.
75. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / под ред. И. В. Дубровиной. Екатеринбург: Деловая книга, 2000. 176 с.
76. Психологічний тлумачний словник : Близько 2500 термінів / за ред.

- В. Шапар. Харків : Прапор, 2004. 640 с.
77. Рыбачук Н. А. Теория и технология формирования культуры здоровья студентов : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.08. Краснодар, 2003. 45 с.
78. Словарь-справочник по возрастной и педагогической психологии / под ред. М. В. Гамезо. Москва : Педагогическое общество России, 2001. 127 с.
79. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. Москва : АРКТИ, 2003. 272 с.
80. Стасенко В., Волканова В. Здоров'язбережувальні технології. Київ : Шкільний світ, 2013. 120 с.
81. Стефановская Н. А. Просвещение как традиция духовной жизни : дис. ... канд. социол. наук : 22.00.06. Тамбов, 2001. 203 с.
82. Сучасний словник іншомовних слів : близько 20 тис. слів і словосполучень / уклад. О. І. Скопненко, Т. В. Цимбалюк. Київ : «Довіра», 2006. 789 с.
83. Сутула В. О., Бондар А. С., Чернецький М. С. Значимість факторів, що впливають на формування в учнів загальноосвітніх шкіл потреби у здоровому способі життя. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2008. № 4. С. 46-49.
84. Сущенко Л. П. Соціальні технології культивування здорового способу життя людини. Запоріжжя : ЗДУ, 1999. 308 с.
85. Татарникова Л. Г. Валеология в педагогическом пространстве. Санкт-Петербург : Крисмас+, 1999. 171 с.
86. Тюмасева З. И. Методологические основы биологической подготовки учителя : монография : в 2 ч. Челябинск : Российский Центр педагогического изобретательства, 1991. Ч. 1. 157 с.
87. Тюмасева З. И., Гольнева Д. П. Целительные силы природы и здоровье человека : учебно-методическое пособие. Челябинск : Взгляд, 2003. 216 с.
88. Урум Н. С. Підготовка майбутніх вчителів до забезпечення здорового способу життя молодших школярів : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Київ, 2008. 185 с.

89. Успенська В. Впровадження здоров'язберігаючих технологій у загальноосвітньому навчальному закладі – вимога часу. *Рідна школа*. 2009. № 4. С. 43-48.
90. Устав (Конституция) Всемирной организации здравоохранения: действующий от 22.07.1946. 41-е изд. Женева, 1998. URL: http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/995_599.
91. Ушаков Д. Н. Толковый словарь русского языка : в 4 т. Москва : Изд-во Вече, 2001. Т. 1. 1562 с.; Т. 3. 1424 с.
92. Ушинский К. Д. Избранные педагогические сочинения : в 2 т. Москва : Педагогика, 1974. Т.1. 584 с.
93. Філіпп'єва О. А. Підготовка майбутніх учителів початкових класів до валеологічного виховання учнів : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Кіровоград, 2008. 248 с.
94. Філософський енциклопедичний словник / ред.-упоряд. В. І. Шинкарук. Київ : Абрис, 2002. 742 с.
95. Хамаганова Т. Г., Крылова Д. Н., Гончарова Г. А. Ранняя диагностика пограничных расстройств у школьников. *Укрепление здоровья в школе* : Тезисы докл. Всероссийской научно-практической конф. Казань, 2000. С. 43-45.
96. Химинець В. В. Інноваційна освітня діяльність. Ужгород : Інформаційно-видавничий центр ЗППО, 2007. 364 с.
97. Цись В. В. Здоров'язбережувальні технології як складова діяльності початкової школи. *Таврійський вісник освіти*. 2009. № 2. С. 220–226.
98. Щуркова Н. Е. Педагогическая технология. Москва : Педагогическое общество России, 2002. 224 с.

Додаток А

Зміст спецкурсу «Методика просвіти школярів в галузі основ індивідуального здоров'я»

Тема 1. Значення просвітництва школярів в галузі основ індивідуального здоров'я для формування мотивації збереження здоров'я у сучасних учнів. Місце просвітництва в галузі основ індивідуального здоров'я в сучасній системі освіти.

Форми і методи: лекція – прес-конференція.

Зміст теми.

1) Поняття «здоров'я», «індивідуальне, колективне здоров'я» «здоровий спосіб життя» людини «просвітництво», «просвітництво в галузі основ індивідуального здоров'я».

2) Значення освіти в житті людини.

3) Потреби і мотиви, їх роль у збереженні здоров'я людини.

4) Знання основ індивідуального здоров'я і мотивації здорового способу життя.

5) Просвітництво як компонент системи освіти.

Прийоми рефлексії: тест «Аналіз своїх обмежень».

Тема 2. Нормативно-правова база, що регулює діяльність педагога в галузі формування індивідуального здоров'я школярів.

Форми і методи: практичне заняття.

Зміст теми.

1) Правове регулювання процесу збереження здоров'я школярів.

2) Міжнародне і українське законодавство про охорону здоров'я дитини.

Прийоми рефлексії: тест «Аналіз своїх обмежень».

Тема 3. Основні етапи включення знань про основи індивідуального

здоров'я людини в практиці просвітницької діяльності та в історії викладання дисциплін природничого циклу.

Форми і методи: лекція.

Зміст теми.

- 1) Розвиток педагогічної та людиноведчої думки в XVIII в.
- 2) Емпірична і теоретична основа педагогічної складової науки про здоров'я людини (XIX - початок XX ст.).
- 3) Визначення наукових основ валеології; розробка системи валеологічної освіти і просвітництва основам індивідуального здоров'я (XX-початок XXI ст.).
- 4) «З чого починається здоров'я» (думка жителів різних епох про здоров'я людини).

Прийоми рефлексії: метод недописаний пропозиції: «Сьогодні на занятті я дізнався».

Тема 4. Цілі і завдання просвітництва школярів в галузі основ індивідуального здоров'я. Вибір і формулювання цілей, завдань просвітництва в процесі роботи з учнями 5-11 класів.

Форми і методи: лекція.

Зміст теми.

- 1) Основні цілі та завдання просвітництва школярів в галузі основ індивідуального здоров'я.
- 2) Правила формулювання цілей просвітництва в залежності від вмісту просвітницької діяльності, рівня інформованості, індивідуальних особливостей учнів.

Прийоми рефлексії: віддзеркалення минулого «Що сьогодні було важливим у моїй майбутній професії ...»

Тема 5. Просвітництво в галузі основ індивідуального здоров'я як основа виховання культури здоров'я школярів.

Форми і методи: семінар-симпозіум.

Зміст теми.

1) Культурологічний, природно-науковий, психолого-педагогічний аспекти освіти.

2) Поняття «культура здоров'я», «культура здорового способу життя».

Прийоми рефлексії: тест САН.

Тема 6. Зміст просвітництва учнів школи в галузі основ індивідуального здоров'я. Проектування змісту просвітництва в галузі основ індивідуального здоров'я в рамках навчального предмета «Біологія».

Форми і методи: проблемна лекція.

Зміст теми.

1) Проблема: які загальні напрямки просвітництва школярів, розкриваються в усіх розділах курсу біології?

2) Інформаційне поле просвітницької роботи.

3) Основні знання, вміння учнів, що формуються в процесі просвітницької діяльності.

4) Зміст просвітництва і зміст навчання (загальне та відмінності).

5) Зміст просвітництва в галузі основ індивідуального здоров'я, здійснюваного в рамках шкільного курсу біології: основні блоки інформації.

Прийоми рефлексії: тест САН.

Тема 7. Методика просвітництва школярів в галузі основ індивідуального здоров'я. Форми, методи і засоби вербального і невербального просвітництва школярів в галузі основ індивідуального здоров'я.

Форми і методи: лекція – візуалізація; семінар-дослідження.

Зміст теми.

1) Основні методи просвітництва: методи вербального просвітництва.

2) Невербальний вплив просвітителя.

3) Особливості організації спільної діяльності вчителя та учнів з виготовлення наочних посібників.

4) Особливості організації діяльності учнів: метод цілеспрямованого засвоєння неорганізованої інформації.

Прийоми рефлексії: недописане речення «Сьогодні я можу сказати, що вмію».

Тема 8. Зміст і методика просвітництва в галузі основ індивідуального здоров'я в процесі викладання розділів курсу «Біологія» в школі.

Форми і методи: практичне заняття, самостійна робота з джерелами інформації.

Зміст теми.

1) Конструювання змісту і методів просвітництва школярів при вивченні основних розділів курсу «Біологія».

2) Складання тематичних планів просвітницької діяльності.

3) Аналіз підручників, наочних посібників, муляжів і т.д. в контексті просвітництва школярів в галузі основ індивідуального здоров'я.

4) Самостійне вивчення комп'ютерних ресурсів, мультимедійних програм, виданих в Україні, що сприяють просвітництву в даній галузі.

Прийоми рефлексії: самооцінка і самоаналіз умінь студентів.

Тема 9. Здравотворчість як елемент просвітництва в галузі основ індивідуального здоров'я. Основні компоненти індивідуальних програм здоров'я. Складання індивідуальних програм самозбереження здоров'я.

Форми і методи: лекція; практичне заняття.

Зміст теми.

1) Адаптаційний і креативний аспект збереження індивідуального здоров'я.

2) Креативна функція просвітницької діяльності в галузі основ індивідуального здоров'я.

3) Творчий підхід до самозбереження здоров'я.

4) Програма самозбереження здоров'я як сукупність самодіагностики,

алгоритму дій, діяльності, самоаналізу, самокорекції.

Прийоми рефлексії: анкета суб'єктивної оцінки здоров'я «Я вчора, сьогодні, завтра».

Тема 10. Методика реалізації програми «Здоров'я» в шкільному курсі біології

Форми і методи: лекція; практичне заняття.

Зміст теми.

- 1) Міждисциплінарна інтегрована програма «Здоров'я».
- 2) Роль програми в здійсненні просвітницької діяльності вчителя біології.
- 3) Основні теми і розділи програми здоров'я.
- 4) Аналіз розділів програми здоров'я, завдань та вправ для школярів.

Прийоми рефлексії: незакінчене речення «Я сьогодні дізнався, що ...».

Тема 11. Підсумкове заняття.

Зміст теми.

- 1) Презентація та захист творчих проєктів
- 2) Представлення індивідуальних програм просвітництва школярів в галузі збереження індивідуального здоров'я.

Прийоми рефлексії: тест «Аналіз своїх обмежень».