

**Олена Бондаренко**  
(Черкаси, Україна)

## **ФОРМУВАННЯ ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ В УМОВАХ СУЧАСНОГО ОСВІТНЬОГО ПРОСТОРУ**

*На підставі аналізу існуючих підходів до визначення поняття “валеологічна компетентність” подано авторське визначення поняття “валеологічна компетентність майбутнього педагога” та висвітлено деякі форми та методи її формування в процесі професійної підготовки*

**Ключові слова:** *майбутній педагог, валеологічна компетентність, компетентнісний підхід, професійна підготовка*

*The author's point of view of the concept “valeological competence of the future teachers” is analysed on the basis of existing approaches to “valeological competence”. In addition, some forms and methods of its formation during the professional training are revealed.*

**Key words:** *a future teacher, valeological competence, approach, professional training.*

**Постановка проблеми.** Проблема збереження здоров'я набуває сьогодні особливої значущості у зв'язку з трансформаційними процесами сучасного українського суспільства, прискоренням темпів соціально-економічного розвитку, негативними наслідками практичної діяльності людини у доквіллі, тенденціями щодо зростання захворюваності учнівської та студентської молоді, масовим поширенням шкідливих звичок у молодіжному середовищі, знеціненню індивідуального й суспільного здоров'я в ньому, погіршенням екологічної ситуації в Україні.

Ідея пріоритету цінності здоров'я у світоглядній системі цінностей людини є показником культурного, духовного, економічного та соціального розвитку суспільства. У цьому контексті важливим є компетентнісний підхід, який передбачає набуття особистістю життєво важливих компетентностей, зокрема валеологічної. Серед чинників формування такої компетентності у науково-технічній, соціально-економічній, гуманітарній, природничій галузях пріоритет налужить освітній. Саме в умовах вищої школи (зокрема, педагогічних університетів) можливо створення теоретичних та методичних основ

ефективного формування валеологічної компетентності майбутніх педагогів, які мають здійснювати виховання валеологічної складової кожної особистості як у професійній діяльності, так і в повсякденному житті.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Різні аспекти формування здорового способу життя підростаючого покоління висвітлено у наукових працях В. Бобрицької, В. Горащука, Г. Кривошеєвої, С. Лапаєнко, В. Нестеренко, І. Поташнюк, Н. П'ясецької, Є. Чернишової та ін.; проблемі „компетенізації освіти” присвячено доробки вітчизняних і зарубіжних учених К. Абульханової-Славської, І. Єрмакова, Л. Лук'янової, О. Овчарук, В. Піщуліна, О. Пометун та ін.; різні підходи до формування валеологічної компетентності в учнівської молоді, зокрема студентської, знайшли своє відображення у працях О. Жорнової, Л. Карпової, І. Коцана, А. Міт'яєвої, Н. Новікової, В. Піщуліна та інших.

Необхідність розв'язання проблеми збереження здоров'я підростаючого покоління знайшла відображення у Державній національній програмі „Освіта” („Україна ХХІ століття”), Концепції „Здоров'я через освіту”, Концепції неперервного валеологічного виховання та освіти в Україні тощо.

Концептуальні підходи щодо формування здорового способу життя та збереження здоров'я дітей і молоді визначені Національною програмою „Діти України”. В ній наголошується, що здоров'я підростаючого покоління – це показник суспільного розвитку, могутній чинник впливу на економічний і культурний потенціал держави.

У педагогічних університетах приділяється певна увага якості професійної підготовки майбутніх педагогів як пропагандистів та вихователів здорового способу життя, безпечної організації життєдіяльності серед учнів, що актуалізує питання формування їхньої валеологічної компетентності. Проте, залишаються недостатньо розробленими напрями та засоби формування валеологічної компетентності студентів педагогічних університетів.

Все викладене вище й зумовлює актуальність нашого дослідження, яке виконано у контексті загального плану науково-дослідних робіт Черкаського національного університету імені Богдана

Хмельницького. **Мета дослідження** полягає у з'ясуванні сутнісної характеристики поняття “валеологічна компетентність майбутнього педагога”, а також виокремленні певних форм та методів її формування у процесі професійної підготовки студентів педагогічних університетів.

**Виклад основного матеріалу.** У ході аналізу причин і обставин погіршення стану здоров'я молоді, валеологічної безграмотності і поведінкової пасивності стосовно власного здоров'я і здоров'я інших [1; 2; 4; 5; 6] ми дійшли висновку, що проблема підготовки валеологічно компетентного випускника педагогічного університету є показником успішного розв'язання педагогічних ситуацій крізь призму валеологічних норм, проблем професійного зростання, самореалізації, гармонійного співіснування з іншими людьми, психологічної рівноваги, сформованості валеологічної основи власного способу життя та життя майбутніх вихованців і в інших актуальних питаннях сьогодення.

Теоретичний аналіз різних підходів та трактувань поняття “валеологічна компетентність” дав змогу уточнити його сутність стосовно майбутніх учителів. Валеологічну компетентність студентів педагогічних університетів розглянуто як складову їх життєвої компетентності, яка проявляється в знаннях, цінностях і мотивах, валеологічній позиції, діяльності щодо оздоровлення себе і своїх вихованців. Валеологічна компетентність майбутніх педагогів формується на основі позитивного ставлення до здорового способу життя, характеризується активною і відомою пропагандивно-просвітницькою діяльністю, спрямованою на передачу знань, прищеплення умінь і навичок раціональної організації життєдіяльності, здатністю нести особисту соціальну та правову відповідальність за прийняті рішення щодо вибору стратегії поведінки у суспільстві стосовно збереження свого здоров'я та здоров'я інших [3].

Очевидним є те, що валеологічна компетентність проявляється на локальному (особистісному) рівні і притаманна кожному студентові, проте рівень її сформованості буде неоднаковим. Одним з чинників формування цього рівня, на нашу думку, є наповнення змісту лекційних курсів з Вікової фізіології, Валеології та Безпеки життєдіяльності різними організаційно-методичними формами. З цією

метою лекції проводилися у дискусійній формі, також були розроблені та впроваджені у лекційний курс „Вікової фізіології”, „Валеології” та „Безпеки життєдіяльності” опорні схеми-конспекти до кожної теми, які містять тезисний виклад лекційного матеріалу. Вони надавалися студентам для ознайомлення, користування завчасно перед викладанням відповідної лекційної теми, що надавало випереджувального характеру навчанню та ініціювало виникнення інтересу студентів до визначеної теми.

Наведемо приклад опорної схеми-конспекту з курсу „Валеологія”. При вивченні теми „Психічне здоров'я людини та фактори, що його формують” студенти отримують інформацію про причини і шляхи попередження нервово-психічних розладів у людини, опановують прийоми мобілізації психічної і нервової енергії, самостійне зняття фізичної, психічної втоми, що дозволяє студентам зберегти високий рівень працездатності, скористатися отриманими знаннями щодо проведення психогігієнічної корекції. Опорна схема-конспект має такий вигляд.

***Тема: „Психічне здоров'я людини та фактори, що його формують”.*** Логіка викладу:

Поняття про психічне здоров'я як складову досконалого здоров'я людини;

Ознаки емоційно й інтелектуально здорової людини;

Граничні психічні стани у дітей шкільного віку, їх причини та шляхи запобігання;

Фактори ризику порушення психічного здоров'я людини в епоху НТР, їх коротка характеристика;

Поняття про психоемоційну перенапругу;

Типологія акцентуацій;

Стрес як неспецифічна адаптаційна реакція організму. Поняття стресу й дистресу;

Механізм, фази та стадії стресу;

Характеристика неврозів як найпоширеніших порушень вищої нервової діяльності у дітей (неврастенія, психастенія, істерія, невроз нав'язливих станів);

Адаптація дитячого організму до навчання у школі;

Ознаки психозахисних реакцій у дезадаптивних дітей (реакція активного протесту, реакція пасивного протесту, невпевненість у собі, тривожність, депресія);

Поняття стомлення, втоми, перевтоми, їх прояви і профілактика;

Засоби оптимізації розумової діяльності;

Методи психічної саморегуляції;

Методи психологічної корекції

З метою поглибленого розуміння студентами навчального матеріалу, активації їх мислення ми орієнтувалися на створення наочно-образних компонентів, що сприяють кращому сприйняттю, розумінню й запам'ятовуванню змісту певних понять, явищ, фактів, процесів, що мають між собою зв'язки й залежності, переважно причинно-наслідкового характеру, а також конкретизації текстової інформації лекції. З цією метою ми застосовували структурно-логічні схеми, що є одним із компонентів опорної схеми-конспекту, які демонстрували за допомогою ТЗН [3].

Також під час лекційного викладу студентам пропонувалося скласти міні-диктанти з відповідної теми, які презентувалися студентами і оцінювалися викладачем на лабораторно-практичному занятті. Міні-диктанти представляють собою невеличкі тексти наукового змісту, що містять основні поняття теми з пропущеними словами. Декілька диктантів апробуються на початку заняття самими студентами, що їх підготували, з метою актуалізації знань. У місцях, де необхідно вставити потрібне слово, робиться пауза. Студенти виконують ці завдання письмово. Після написання міні-диктантів перевіряється їх правильність, що сприяє здійсненню самоконтролю і взаємоконтролю. Решта диктантів здається викладачу на перевірку. Наприклад, під час проведення лабораторного заняття з теми „Дослідження функціонального стану серцево-судинної системи” студентами представлені міні-диктанти, фрагмент одного з яких подано нижче (напівжирним курсивом виділені слова, що потрібно вставити).

*Розрізняють такі судини: артерії, артеріоли, капіляри, вени та венули.*

*По артеріях кров рухається від **серця** до периферії (до тканин), а по венах – з периферії (від тканин) до **серця**. Кровоносні судини*

несуть до органів поживні речовини та кисень, а забирають від них продукти обміну та **вуглекислий газ**.

Серце людини чотирьохкамерне і розвивається з **другого тижня** внутрішньоутробного розвитку. Серце складається з **двох передсердь** та **двох шлуночків**. Права та ліва половини серця **не сполучаються** між собою. У плода між правим та лівим передсерддями є **овальний отвір**, внаслідок чого кров змішується. У новонародженого будова серця **відповідає** будові серця дорослого.

У правій половині серця рухається **венозна** кров, а у лівій – **артеріальна**.

Частота серцевих скорочень у новонароджених становить **120-140** за 1 хв, у дорослої людини – **60-80** за хв. [3].

Викладач, перевіряючи цей вид роботи, виставляє кілька оцінок студенту (за розробку міні-диктанту, за перевірку міні-диктантів своїх однокурсників і за правильність його написання). При виконанні цього виду діяльності студенти працювали за визначеними викладачем темами, але, оскільки вони не обмежувалися у виборі змісту, тобто були цілком самостійні, і самостійно їх презентували і перевіряли, цей вид роботи за рівнем самостійності ми розглядали як комбінований, спрямований на формування достатньо високого рівня валеологічної компетентності.

Під час проведення лабораторно-практичних занять широко використовувалися й розв'язування кросвордів, ситуаційних задач, що відбувалося спочатку за запропонованим викладачем змістом, а потім пропонувалось студентам розробити власні кросворди, запропонувати свої ситуаційні задачі для розв'язання. Оскільки цей вид самостійної роботи відбувався за аналогією з уже виконаними видами робіт, з використанням запропонованої викладачам моделі, ми її розглядали як частково керовану, обов'язкову для виконання кожним студентом.

Сформувати і розвинути валеологічну компетентність студентів педагогічних університетів не можливо тільки в межах аудиторних занять. Інтеграція України до єдиного Європейського простору вищої освіти, реалізація ідей Болонської декларації (1999 р.), зростаючий обсяг змісту навчання і обсяг інформації, що швидко змінюється, незначна кількість аудиторних годин на вивчення визначеного змісту



становлять об'єктивні передумови для широкого використання самостійної роботи як засобу формування валеологічно компетентного майбутнього вчителя.

Самостійна робота студента завжди була у центрі уваги багатьох дослідників-освітян (Н. Калашник і В. Вертегел, І. Лернер, В. Попович і Г. Січкаренко, М. Солдатенко, А. Цюприк та ін.). У зв'язку із трансформацією вищої освіти у поширене, масове явище, розширенням ринку освітніх послуг, вимогами суспільства до готовності фахівця щодо самостійного поновлення знань, що зумовлює скорочення кількості аудиторного навантаження на студента, питання якості самостійної роботи студента набуває особливої актуальності.

Проведення на заняттях рольових ігор також передбачало створення певної моделі для самостійної розробки подібних ігор студентами, але цей вид самостійної діяльності має більш високий рівень складності і більш широкий спектр завдань. У подібних іграх студенти мали виконувати певні ролі, ніби „приміряючи” їх на себе, що було спрямовано на формування готовності до здійснення валеологічної діяльності. Самостійна розробка рольових ігор валеологічного змісту спрямовувала студентів на проведення просвітницької роботи серед інших (серед студентів і учнів загальноосвітньої школи) в ігровій формі [3].

Підготовка повідомлень з різних тем курсів, як один з видів самостійної роботи, також відбувалася з урахуванням різних рівнів самостійності, але за вибором студента. Викладач пропонував підготувати повідомлення на задану тему за конкретною літературою (керована самостійна робота); повідомлення на задану тему, але без рекомендації літератури (частково керована самостійна робота); повідомлення без визначення викладачем теми і рекомендації літератури (повністю самостійна робота), що ми розглядали не тільки як процес формування достатнього рівня валеологічної компетентності, але й як певну діагностику інтересів студентів до проблем валеології і як один із основних шляхів формування, розвитку валеологічної грамотності; представлення повідомлення на обрану самостійно тему у вигляді схеми-конспекту, презентації, що ми розглядали, як один із показників високого рівня сформованості валеологічної

компетентності.

Використання завдань різного рівня самостійності ми розглядали як важливу умову формування валеологічної компетентності на основі реалізації вимог принципу особистісно орієнтованого підходу до навчання.

**Висновки.** Проблема збереження здоров'я є предметом досліджень і розробок представників різних професій та галузей знань, розв'язання якої відбувається у межах професійної компетенції. При цьому накопичені теоретичні знання та практичний досвід залишаються, „осідають” у межах певної професії чи науки. Студент-майбутній педагог (предметник чи класний керівник) повинен стати тим спеціалістом, який би інтегрував ці знання і вмів використовувати їх у практичній діяльності.

Власний досвід викладацької діяльності засвідчує, що активне впровадження різних форм та методів навчання, видів самостійної роботи у практику вищої школи є результативним та перспективним напрямком щодо формування валеологічно компетентного майбутнього спеціаліста, і, в першу чергу, майбутнього педагога.

**До перспективних напрямів** подальших наукових досліджень відносимо створення та впровадження інтегрованих курсів з формування валеологічної компетентності майбутніх педагогів у зміст вищої школи.

#### ЛІТЕРАТУРА

- Бароненко В. А., Рапопорт Л. А. Культура здоров'я студента: учеб. пос. / В. А. Бароненко, Л. А. Рапопорт; под ред. В. А. Бароненко: – Екатеринбург: ГОУ ВПО „УГТУ-УПИ”, 2003. – 224 с.
- Бобрицька В. І. Теоретичні і методичні основи формування здорового способу життя у майбутніх учителів у процесі вивчення природничих наук: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / В. І. Бобрицька. – К., 2006. – 489 с.
- Бондаренко О. М. Формування валеологічної компетентності студентів педагогічних університетів у процесі професійної підготовки: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / О. М. Бондаренко. – К., – 2008. – 251 с.
- Вершловский С. Г. Взрослый как субъект образования /



С. Г. Вершловский // Педагогика. – 2003. – № 8. – С. 3–9.

Данилова Г. Соціально-терапевтична функція освіти як чинник забезпечення здоров'я суспільства / Г. Данилова // Рідна школа. – 2004. – № 1. – С. 12–15.

Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості / Г. С. Костюк. – К., 1989. – С. 318–319.

#### **ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРА**

*БОНДАРЕНКО ОЛЕНА МИКОЛАЇВНА – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри анатомії, фізіології та фізичної реабілітації Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького*