

Здоров'язбережувальні технології у системі професійної підготовки майбутніх учителів початкових класів

Карапузова Н.Д.

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

Анотація:

Мета: розкрити особливості застосування здоров'язбережувальних технологій у системі професійної підготовки майбутніх учителів початкових класів і схарактеризувати їх практичне впровадження. **Матеріал:** у дослідженні приймали участь 137 студентів. Було використано тест на визначення ймовірності розвитку стресу за Г. Немчиним і Ж. Тейлором. **Результати:** встановлено, що переважна більшість опитаних (67%) мають низький рівень працездатності і середню стресостійкість. Тобто існує можливість розвитку негативних наслідків стресу. Серед студентів з середнім і низьким рівнем успішності 76% причиною цього назвали перевтому. Визначено здоров'язбережувальні технології як реалізацію сукупності педагогічно доцільних форм, методів і засобів організації й управління навчально-виховним процесом. Запропоновано критеріальні показники навчальної діяльності з позицій здоров'язбереження. Представлено досвід роботи з впровадження здоров'язбережувальних технологій у практику роботи психолого-педагогічного факультету. **Висновки:** особливості здоров'язбережувальних технологій полягає у гармонійному поєднанні навчальних, виховних і розвивальних педагогічних впливів. Вони конкретизуються у навчально-пізнавальній, науково-дослідній, організаційно-виховній роботі студентів та педагогічній практиці у школі. Вони спрямовані як на розвиток і удосконалення фізичних, духовних, психічних і соціальних чинників здоров'я молоді людини, так і на формування здоров'язбережувальних компетенцій студента.

Ключові слова:

здоров'я, технології, професійна, підготовка, початкова, школа.

Карапузова Н.Д. Здоровьесберегающие технологии в системе профессиональной подготовки будущих учителей начальных классов. Цель: раскрыть особенности применения здоровьесберегающих технологий в системе профессиональной подготовки будущих учителей начальных классов и охарактеризовать их практическое внедрение. **Материал:** в исследовании принимали участие 137 студентов. Был использован тест на определение вероятности развития стресса по Г. Немчину и Ж. Тейлору. **Результаты:** установлено, что подавляющее большинство опрошенных (67%) имеют низкий уровень работоспособности и среднюю стрессоустойчивость. То есть, существует возможность развития негативных последствий стресса. Среди студентов со средним и низким уровнем успешности 76% причиной этого назвали переутомление. Определены здоровьесберегающие технологии как реализация совокупности педагогически целесообразных форм, методов и средств организации и управления учебно-воспитательным процессом. Предложено критерийные показатели учебной деятельности с позиций здоровьесбережения. Представлен опыт работы по внедрению здоровьесберегающих технологий в практику работы психолого-педагогического факультета. **Выводы:** особенность здоровьесберегающих технологий заключается в гармоничном сочетании учебных, воспитательных и развивающих педагогических влияний. Они конкретизируются в учебно-познавательной, научно-исследовательской, организационно-воспитательной работе студентов и педагогической практике в школе. Они направлены как на развитие и совершенствование физических, духовных, психических и социальных факторов здоровья молодого человека, так и на формирование здоровьесберегающих компетенций студента.

Karapuzova N.D. Health saving technologies in the training of future primary school teachers. Purpose: To reveal the features of the application of technology in the health-professional training of future primary school teachers and to characterize their practical implementation. **Material:** The study involved 137 students. Test was used to determine the likelihood of stress on G. Nemchin and J. Taylor. **Results:** It was found that the vast majority of respondents (67%) have a low level of efficiency and high stress. That is, there is the possibility of negative effects of stress. Among the students of middle and low level of success of 76% the cause of this was called exhaustion. Defined as the implementation of technologies will aggregate pedagogically appropriate forms, methods and means of organization and management of the educational process. Proposed criteria indicators of training activities from the standpoint of health preservation. An experience of work on the implementation of health-technology in the practice of psychopedagogical faculty. **Conclusions:** The health-tech feature is the harmonious combination of training, educational and developing pedagogical influences. They are specified in the learning and cognitive, research, organizational and educational work of the students and the teaching practice in schools. They are aimed at both the development and improvement of the physical, spiritual, mental and social health factors of a young man, and on the formation of health-competence of students.

health, technology, professional, training, primary school.

Вступ.

Проблема збереження і зміцнення здоров'я дітей та молоді є актуальною та своєчасною. У найбільш вагомих державних документах, що визначають стратегічні напрями сучасної освіти (Національна доктрина розвитку освіти України в XXI столітті, Закони України «Про освіту», «Про вищу освіту», «Про фізичну культуру і спорт», Концепція національного виховання студентської молоді), акцентовано увагу на вихованні молоді в дусі відповідального ставлення до власного здоров'я як до найвищої індивідуальної та суспільної цінності, на всебічному розвитку особистості, на створенні умов для оптимальної життєдіяльності учасників освітнього процесу, на забезпеченні повноцінного фізичного розвитку студентів. Таке соціальне замовлення суспільства вимагає системного і комплексного підходу до формування здорового спо-

субу життя студентської молоді.

Проблема набуває особливої значущості у підготовці майбутніх учителів початкових класів, які повинні забезпечити інтелектуальний, фізичний, моральний, естетичний, емоційно-вольовий розвиток особистості дитини, здійснювати пропедевтичну роботу в напрямку здоров'язбереження. Саме вчитель початкових класів закладає майбутній потенціал здоров'я, формує нове покоління громадян, здатного до життєтворчості і здоров'язбереження впродовж життя. Лише за умови особистого приклада педагога дотримуватися правил здорового і безпечного способу життя, його здатності мобілізувати сукупність знань, умінь і навичок, потрібних для здійснення здоров'язберігальної діяльності, існує можливість ефективно розвивати в учнів бажання й мотивацію дбайливого ставлення до власного здоров'я.

Таким чином, питання збереження, зміцнення здоров'я та формування здоров'язберігальних компе-

тенцій ми вважаємо одним із ключових у системі професійної підготовки майбутніх учителів початкових класів.

Проблема виховання культури здоров'я майбутніх педагогів у навчальному процесі вищої школи набуває особливої значущості з огляду на численність сучасних досліджень. Питання здоров'язбереження молоді все частіше стає предметом наукового пошуку відомих учених, зокрема І. Беха, Т. Глазько, Г. Ващенко, О. Дубогай, В. Калініна, Р. Карпюк, С. Лапасенко, Н. Нікіфорова, С. Омельченка, Н. Паніної, Л. Попова, Н. Романової, О. Яременка та ін. [3, 4]. Науковці займаються питаннями формування ціннісних орієнтацій молоді на здоровий спосіб життя, переконують у відповідальності системи освіти за рівень здоров'я студентів (В. Бабич, М. Гончаренко, Ю. Драгнєв, Г. Кривошеєва, С. Лебедченко, Л. Татарнікова та ін. [2, 6-10]). Вища школа повинна сприяти фізичному оздоровленню студентів, створювати можливості для збереження і підтримки існуючого рівня здоров'я, формувати теоретичні основи та практичні навички здоров'язбереження під час навчання, у чому переконують наукові дослідження вітчизняних та зарубіжних дослідників: М. Виленського, О. Гладошука, Г. Кривошеєвої, І. Мудрика, Т. Поздєєвої, С. Савченко та інш. [12-20].

Принципи оздоровчої спрямованості навчально-виховного процесу конкретизуються у здоров'язбережувальних технологіях професійної підготовки майбутніх учителів початкової школи.

Мета, завдання роботи, матеріал і методи.

Мета даної статті полягає в тому, щоб розкрити особливості застосування здоров'язбережувальних технологій у системі професійної підготовки майбутніх учителів початкових класів, а також їх практичне впровадження на психолого-педагогічному факультеті.

Результати дослідження.

Готуючи майбутніх учителів загальноосвітньої школи I ступеня, які будуть виховувати в учнів потребу у здоров'ї, що є важливою життєвою цінністю, свідоме прагнення до ведення здорового способу життя, ми одночасно здійснюємо здоров'язбережувальний вплив на особистість студента. Успішна підготовка висококваліфікованих педагогічних кадрів тісно пов'язана із збереженням і примноженням власного здоров'я, підвищенням працездатності майбутніх фахівців, формуванням професійної спрямованості й мотивації на здоров'язбережувальну діяльність. Тому ВНЗ повинен бути ініціатором та організатором у формуванні фізичного, психічного та соціального здоров'я студентської молоді, у виробленні внутрішньої здоров'язбережувальної культури майбутніх фахівців та їх індивідуального стилю здорового способу життя.

Результати проведеного нами дослідження серед майбутніх учителів початкових класів (137 осіб) засвідчили, що переважна більшість опитаних (67%) мають низький рівень працездатності і серед-

ню стресостійкість, тобто існує можливість розвитку негативних наслідків стресу (було використано тест на визначення ймовірності розвитку стресу, за Г. Немчиним і Ж. Тейлором). Серед студентів, що мають середній і низький рівні успішності, більшість (76%) причиною цього назвали перевтому, під час самоорганізації власної діяльності не регламентується фізичне та інтелектуальне навантаження; час від часу погане самопочуття; обмаль часу для самоосвіти; пасивні знання про самозбереження здоров'я, складність стосунків у системі «студенти – викладачі – батьки». Причинами низької культури здоров'язбереження студентів Н.А. Башавець називає брак упровадження здоров'язбережувальних технологій у вишах різного рівня акредитації; низьку світоглядну орієнтованість молоді на здоров'язбереження; недостатній рівень усвідомлення студентами значення здоров'язбережувальних знань, умінь та навичок у їхній майбутній професійній діяльності; необізнаність певної кількості викладачів вищих навчальних закладів із технологіями здоров'язбереження [1].

Дослідження колективу авторів (В. Лозова, А. Троцько, О. Іонова, С. Золотухіна) засвідчують, що робота з формування здорового способу життя студентів має об'єднувати дві взаємопов'язані складові: прийняття ними цінностей здорового способу життя; здобуття ними знань і набуття умінь і навичок для самостійного виконання його вимог. Науковці підкреслюють значущу роль у цьому процесі практичних занять фізичними вправами [11].

У контексті нашого дослідження здоров'язбережувальні технології трактуємо як реалізацію сукупності педагогічно доцільних форм, методів і засобів організації й управління навчально-виховним процесом у фаховій підготовці майбутніх учителів початкової школи з метою забезпечення ефективності здоров'язбереження студентської молоді. Причому реалізація технологій спрямована на розвиток і удосконалення фізичних, духовних, психічних і соціальних чинників здоров'я молоді, на формування культури здоров'я нинішнього студента — майбутнього вчителя початкових класів, що повинен стати втіленням еталонів здоров'язбереження, гідним прикладом для наслідування молодшими школярами. Основними компонентами здоров'язбережувальних технологій є аксіологічний, гносеологічний, емоційно-вольовий і фізкультурно-оздоровчий.

Упровадження здоров'язбережувальних технологій є одним із пріоритетних напрямків навчально-виховного процесу на психолого-педагогічному факультеті. Арсенал форм, методів і засобів, за допомогою яких викладачі вирішують проблему здоров'язбереження студентської молоді, характеризується багатовекторністю напрямів педагогічного впливу і включає все розмаїття можливостей професійної діяльності: навчально-пізнавальна (аудиторна робота, консультації, заліки, іспити), науково-дослідна (семінари, конференції, наукові гуртки), організаційно-виховна робота (спортивні секції, культмасові

заходи тощо) та педагогічні практики у школі (навчальна, виробнича).

Значну увагу викладачі факультету приділяють гігієні розумової праці студентів. Адже навчальна діяльність характеризується підвищеним інтелектуальним навантаженням, мінімальним фізичним напруженням та незначними енерговитратами, що призводить до нервово-емоційного перевантаження і гіподинамії. Варто також звернути увагу на той факт, що студенти завжди знаходяться у стресовому стані, оскільки розумова діяльність пов'язана з емоційною напругою, особливо під час сесії. У цьому руслі важливим є дотримання психогігієнічних норм, урахування ергономічних рекомендацій до організації навчальної діяльності.

Узагалі праця педагога відноситься до розряду стресогенних і найбільш напружених у психологічному відношенні, адже у своїй повсякденній педагогічній діяльності вчитель зустрічається з великою кількістю мікростресорів. Постійне розумове напруження, комунікативні перевантаження, швидкоплинні інноваційні процеси у системі початкової освіти, багатофункціональність учителів загальноосвітньої школи I ступеня (викладає дисципліни із семи освітніх галузей), конфліктні ситуації з учнями чи їх батьками тощо вимагають від майбутніх педагогів умінь усвідомлювати та оцінювати власні ресурси, великих резервів самовладання й саморегуляції, що сприяє запобіганню фізичного, емоційного і розумового виснаження фахівця й, відповідно, збереженню та зміцненню їх професійного здоров'я. Тому в роботі зі студентами надаємо перевагу методиці самоорганізації (самоменеджменту) і розглядаємо її як систему методів і прийомів, які є необхідними у повсякденній практиці й допомагають у самоорганізації, самовдосконаленні кожної особистості, раціональному розподілі часу й зусиль для успішного керівництва навчально-виховним процесом у подальшій професійній діяльності.

Крім того, сучасна психолого-педагогічна наука пропонує ряд методів підвищення стресостійкості, які викладачі активно розробляють і адаптують у навчально-виховному процесі: релаксації (аутотренінг, медитація, сміхотерапія, кольоротерапія, творчі спроби самовираження), рекреації (фізкультура, дихальні та ідеомоторні вправи); катарсису (спілкування з близькими, захоплення мистецтвом); соціально-психологічний ресурс (позитивне соціальне середовище) тощо.

Атмосфера співробітництва, взаєморозуміння, позитивного емоційного мікроклімату є основою взаємодії професорсько-викладацького складу і студентського колективу. Аудиторні заняття на факультеті проводяться із залученням ергономічного [5] і ресурсного підходів, що забезпечує підтримання оптимального функціонального стану, урахування рівня самопочуття студентів у навчальному режимі педагогічного закладу, найбільш ефективно використання людських ресурсів для досягнення цілей.

Важливим засобом індивідуального підходу до особистості кожного студента є застосування викладачами факультету прийомів педагогічного впливу (переконання, заохочення, моральної підтримки, організації успіху, пробудження гуманних почуттів), які створюють позитивний емоційний фундамент спілкування зі студентами, сприяють підтримці доброго настрою, коригуванню ділових і міжособистісних стосунків у групі.

Викладачі постійно дбають про організацію здоров'язбережувального навчально-виховного процесу, тобто такого, що створює безпечні й комфортні умови перебування суб'єктів освітнього процесу, забезпечує індивідуальну траєкторію навчання й виховання молоді, запобігання стресів, перевантаження і втоми. Основними критеріальними показниками сучасної аудиторної роботи з позицій здоров'язбереження можна вважати такі:

- Санітарно-гігієнічні (раціональне штучне чи природне освітлення, відповідна температура й вологість повітря);
- Організаційно-навчальні (режим праці й відпочинку; монотонність навчального процесу; темп і гучність мови лектора, його ораторська майстерність; профілактика втоми; урахування педагогіко-ергономічних вимог при застосуванні засобів навчання; застосування принципу візуалізації – інтерактивна дошка, маркери тощо);
- Психофізіологічні (фізичне, інтелектуальне й нервово-емоційне навантаження; напруженість зору; урахування психофізіологічних і психологічних особливостей студентів);
- Навчально-методичні (застосування професійно-орієнтованих технологій навчання; розвиток професійних компетенцій студентів; формування стійкої мотивації на здоров'я і ведення здорового способу життя).

Змістовно-інформаційна і практична робота з формування здорового способу життя студентів упроваджується в процесі викладання дисциплін циклів природничо-наукової, а також професійної і педагогічної підготовки («Основи медичних знань і охорони здоров'я», «Основи валеології», «Методика навчання основам здоров'я», «Ергономізація навчального процесу у початковій школі», «Вікова фізіологія і валеологія» тощо) та педагогічних практик, що сприяють забезпеченню професійно-педагогічної спрямованості на здійснення здоров'язбереження як власного, так і школярів. Зокрема, при вивченні курсу «Основи медичних знань і охорона здоров'я» майбутні фахівці здобувають практичні навички надання першої допомоги потерпілому, розучують вправи з профілактики плоскостопості, з дихальної гімнастики, проводять найпростіші вправи з аутотренінгу, опановують методи самооцінки і контролю стану і рівня власного фізичного здоров'я; при вивченні дисципліни «Основи педагогічної ергономіки» студенти мають можливість практично оволодіти методиками суб'єктивного оцінювання функціональних станів та рівня власного

комфорту, самопочуття, фізичної втоми, розумового стомлення тощо. У результаті узагальненої інтерпретації даних, студенти аналізують ситуативні чинники та обставини, які вплинули на рівень власного функціонального стану, прогнозують його вплив на ефективність виконання роботи.

Ідеї культури фізичного, психічного, соціального і духовного здоров'я знаходять відображення у змісті тих предметів, які не мають чітко вираженої здоров'язбережувальної спрямованості, на рівні формування у свідомості студентів сталої мотиваційної установки на здоровий спосіб життя як провідної умови збереження і зміцнення здоров'я. Так, у процесі вивчення дисципліни «Вступ до спеціальності» студенти створюють пам'ятку «Професійне здоров'я педагога», схематично зображують модель «Валеологічна культура вчителя» тощо. Під час вивчення курсу «Основи психодіагностики» застосовуються психологічні тести, які дають змогу визначити індивідуально-психологічні особливості студентів з метою найбільш повного розкриття їх внутрішнього потенціалу. При опануванні курсу «Основи педагогічної майстерності» майбутні вчителі початкових класів знайомляться і практично виконують вправи на розвиток фонаційного дихання та голосу, розробляють ритміко-інтонаційну структуру своєї розповіді тощо. Заняття проводяться як у традиційній формі, так і в нетрадиційній (лекції-візуалізації, лекції-бесіди, лекції удвох, системні семінари, тематичні семінари, навчальні зустрічі за «круглим столом», прес-конференції, тренінги тощо) із застосуванням засобів навчання (мультимедійних, друкованих, натуральних об'єктів, моделей, приладів тощо), що дозволяє урізноманітнити навчальний процес, відійти від шаблонів, сприяє активізації розумової діяльності, дає можливість враховувати специфіку навчального матеріалу, а також фізіологічні та психічні особливості студентів.

Виняткову роль серед комплексу дисциплін підготовки бакалавра за напрямом Початкова освіта має курс «Фізична культура з методикою навчання», що передбачає теоретичну, загальнофізичну й методичну підготовку майбутніх учителів початкових класів. Студенти не лише тренують і загартовують власний організм, але й набувають умінь широко використовувати засоби фізичного виховання, методи навчання і методичні прийоми для виховання активної життєвої позиції майбутніх вихованців.

У системі психолого-педагогічної підготовки вчителя початкових класів важливе місце належить педагогічній практиці, яка є невід'ємним компонентом професійного становлення фахівця. Екстраполяція студентом світоглядних установок у конкретні умови професійної діяльності дає можливість практично застосувати сукупність інтегрованих медико-біологічних, психолого-педагогічних і фізкультурних знань та відповідних умінь, оперативно аналізувати професійні ситуації здоров'язбережувального характеру, вносити відповідні корективи.

Процес формування культури здоров'я студент-

ської молоді ведеться у тісному поєднанні з виховною роботою.

Найважливішою умовою здорового способу життя є оптимальний руховий режим, що розвиває особистість як фізично, так і духовно. Тому значне місце у системі формування здорового способу життя на психолого-педагогічному факультеті відводиться участі студентської молоді у спортивно-масовій роботі. Студенти факультету мають вагомі здобутки у спорті, а коло їх спортивних уподобань надзвичайно широке. Загалом близько 70% студентів факультету постійно займаються у спортивних секціях, беруть участь у спортивних змаганнях – у спартакіада університету, у легкоатлетичному кросі, змаганнях з міні-футболу, волейболу, баскетболу, настільного тенісу, ритмічної гімнастики, спортивно-масових заходах міста на стадіоні «Ворскла», Співочому полі Марусі Чурай, в естафеті Дня здоров'я, у комплексних спартакіада з волейболу, шахів, футболу, баскетболу, настільного тенісу.

Значні можливості для фізичного розвитку й освіти студентської молоді університету надає проведення традиційних заходів з нагоди святкування Всесвітнього Дня туризму, Всесвітнього Дня здоров'я тощо. Так, за останні роки було проведено ряд спортивно-оздоровчих заходів, серед яких спартакіади, туристичні зльоти під час занять з фізичного виховання, туристсько-краєзнавчі подорожі тощо.

Окремо слід акцентувати увагу на участі органів студентського самоврядування у системі організації й координації роботи з фізичного виховання та утвердження здорового способу життя на факультеті. Спільно зі студентським самоврядуванням на факультеті проводяться акції «Молодь обирає здоров'я», у рамках яких відбуваються конкурси соціальної реклами проти тютюнопаління, вживання алкоголю та наркотиків, зустрічі з представниками громадських організацій, лікарями, фахівцями правоохоронних органів. Спортивним сектором студентського деканату організуються квест-тури, що дає майбутнім фахівцям не лише можливість отримати безцінний досвід, але й активно відпочити й оздоровитися. Постійно залучаються магістранти до виховної роботи зі студентами, спрямованої на пропаганду здорового способу життя. Так, зокрема з нагоди відзначення Всесвітнього дня боротьби зі СНІДом за участю магістрантів факультету було організовано фотовиставку, проведено інформаційний тренінг «Твоє життя — твій вибір».

На формування у студентському середовищі уявлень щодо сутності здорового способу життя значною мірою впливають засоби масової інформації. Так, завдяки відеосистемі, яка функціонує на факультеті, здійснюється постійна трансляція інформаційних повідомлень чи тематичних відеороликів. Студенти мають змогу переглядати добірки афоризмів, прислів'їв, вислови відомих людей із здоров'язбережувальної проблематики чи рекомендації, поради щодо ведення здорового способу життя людини.

Викладацький колектив факультету разом зі сту-

дентами систематично організовує наукові заходи (конференції, семінари) із поширення та застосування практичних знань, передового педагогічного досвіду з проблеми здорового способу життя, культури здоров'я. За останній рік спільними зусиллями кафедр природничих і математичних дисциплін, початкової і дошкільної освіти було проведено Міжнародну наукову Інтернет-конференцію «Педагогічні і психофізіологічні проблеми адаптації дітей», організовано круглий стіл «Здоров'єсберегающие технологии в образовательном пространстве». Захід було проведено в онлайн-режимі разом з Белгородським державним національним дослідним університетом (Росія). Викладачі і студенти у доповідях і дискусіях активно обговорювали питання здоров'язбереження в освітньому просторі. У ході круглого столу було представлено презентацію проекту «Школа здоров'я», обговорено перспективи подальшого співробітництва в галузі здоров'язбереження суб'єктів навчально-виховного процесу. Кафедрою природничих і математичних дисциплін організовано і проведено регіональний науково-практичний семінар «Упровадження здоров'язбережувальних технологій у навчально-виховний процес освітніх закладів». Між учасниками семінару пройшов обмін думками з питань визначення можливих шляхів здоров'язбереження та здоров'яформування учнів у навчальному процесі. Викладачі і студенти працювали в таких напрямках роботи семінару: проблема здоров'я у сучасному суспільстві; актуальні валеологічні проблеми в галузі освіти; теорія і практика впровадження сучасних здоров'язбережувальних технологій в освітнє середовище; ергономічний підхід в організуванні здоров'язбережувального навчально-виховного процесу в закладах освіти; оздоровчий потенціал естетотерапевтичних засобів у роботі з дітьми і підлітками.

Студенти виконують курсові та дипломні роботи з проблеми збереження здоров'я школярів, викладання курсу «Основи здоров'я» у майбутній професійній діяльності (наприклад, це такі теми: «Використання методів оздоровлення у навчально-виховному процесі початкової школи», «Педагогічні умови формування здоров'язбережувальної компетентності у молодших школярів», «Особливості превентивного характеру навчання основам здоров'я у початковій школі». Крім того, майбутні фахівці відвідують наукові гуртки з обраної проблеми.

Колектив психолого-педагогічного факультету високо цінує і розвиває традиції кураторства та наставництва. Саме під час неформального, довірливого спілкування студентів з викладачем-куратором або студентом-наставником здійснюється реальний вплив на формування особистості молодої людини, корекція системи її життєвих цінностей, самоаналіз вчинків (у тому числі й шкідливих), формується почуття відповідальності за власне здоров'я та свідоме ставлення до його збереження, зміцнення і розвитку. Кураторські години проводяться у вигляді лекцій з відеопрезентаціями, бесід, круглих столів, дискусійних

клубів й охоплюють коло найактуальніших проблем здоров'язбереження: «Адикція як форма залежної поведінки», «Превентологічні технології у формуванні здорового способу життя молоді», «Попередження порушень репродуктивного здоров'я», «Психологічне здоров'я особистості в умовах інформаційного суспільства», «Професійне здоров'я вчителя початкової школи», «Саморегуляція у подоланні несприятливих функціональних станів особистості» тощо.

У сучасних умовах поряд із впливом на здоров'я студентів факторів ризику в середовищі вузу, варто також відмітити несприятливий вплив соціальних змін, житлово-побутових умов і норм. Куратори академічних груп регулярно відвідують гуртожиток і проводять інформаційно-роз'яснювальні бесіди зі студентами, які там мешкають.

Організаційно-виховна та культурно-освітня робота у виші повинна сприяти формуванню саногенного мислення майбутніх учителів початкових класів, що сприяє подоланню негативних емоцій та їх психічному оздоровленню. Реалізуючи з цією метою концепцію активного естетичного виховання і духовного збагачення студентів, професорсько-викладацький склад спрямовує свою діяльність на створення особливого світу мистецтв на факультеті. Важливими напрямками впровадження педагогічної технології «виховання через мистецтво» є дбайливе ставлення до збереження і розвитку традицій на факультеті – це і посвята у студенти, і урочисте вручення дипломів, і щорічні зустрічі з випускниками, і Тиждень психолого-педагогічного, і мистецькі вітальні, і шанування пам'яті видатних педагогів і митців, чия доля була пов'язана зі становленням факультету, а життя і діяльність можуть служити прикладом для студентської молоді, і участь студентів в оформленні музеїв і навчальних аудиторій, і нарешті, сама атмосфера факультету – атмосфера творчості, взаємоповаги, доброзичливості, культури взаємостосунків.

У формуванні особистості в цілому, у тому числі і здорового способу життя, потрібно брати до уваги домінуючі мотиви майбутніх учителів початкових класів щодо етичних і естетичних параметрів. На факультеті сьогодні діють аудиторії-музеї історії факультету, Василя Верховинця та народного хору «Калина», пам'яті Заслуженого працівника культури Павла Лиманського, аудиторія-вернісаж з експозиціями викладачів кафедри образотворчого мистецтва, аудиторія-музей декоративно-ужиткового мистецтва. Сама атмосфера цих аудиторій, їх естетика впливає на студентство, підсилюючи формуючий потенціал знань, які несуть викладачі.

Висновки.

Потреби часу визначають актуальність проблеми формування здорового способу життя через освіту, активне залучення й застосування здоров'язбережувальних технологій у системі професійної підготовки майбутніх учителів початкових класів. Діяльність вищого навчального закладу щодо збереження здоров'я студентської молоді тоді є ефек-

тивною і повноцінною, коли визначальна роль у впровадженні здоров'язбережувальних технологій належить гармонійному поєднанню навчальних, виховних і розвивальних педагогічних впливів, що конкретизуються у навчально-пізнавальній, науково-дослідній, організаційно-виховній роботі та педагогічній практиці в школі. Це дає можливість забезпечити, з одного боку, відповідний рівень професійного здоров'я та оптимальну взаємодію індивіда з професійним середовищем, оскільки конкурентноспроможною є лише фізично здорова, активна, соціально адаптована людина. З іншого боку – сформувати відповідний рівень

здоров'язбережувальних компетенцій, гуманістичну педагогічну позицію майбутніх учителів початкових класів, чим забезпечити радикальне підвищення професіоналізму майбутньої еліти нації.

Проведене дослідження не вичерпує всіх сторін аналізованої проблеми. Воно підтверджує необхідність посиленої уваги стосовно подальших ґрунтовних теоретичних напрацювань і вдосконалення практики впровадження здоров'язбережувальних технологій у систему професійної підготовки майбутніх учителів початкових класів.

Література

1. Башавець Н.А. Курс "Культура здоров'язбереження" – як передумова формування відповідної світоглядної орієнтації студентів вищих навчальних закладів / Н.А. Башавець // Науковий вісник ПНПУ ім. К.Д. Ушинського. – Одеса, 2010. – № 1-2. – С. 12 – 19.
2. Гладощук О.В. Валеологічна освіта та ціннісний потенціал у професійній підготовці студентів технічного університету / О.Г. Гладощук, В.М. Тонконог, І.О. Бейгул // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. – 2011. – № 2. – С. 49-52.
3. Дубогай О.Д. Компетентнісний потенціал педагогіки здоров'язбереження молоді при формуванні її особистості засобами фізичної культури / О.Д. Дубогай, П.Б. Джурицький // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15 „Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт)”. – К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. – № 10. – С. 275–278.
4. Іонова О.М. Здоров'язбереження особистості як психолого-педагогічна проблема / О.М. Іонова, Ю.С. Лукьянова // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. — Харків: ХДАДМ, 2009. — №1. — С. 69-72.
5. Карапузова Н.Д. Основи педагогічної ергономіки: навч. посіб. / Н.Д. Карапузова, Є.А. Зімниця, В.М. Помогайбо. – К.: Академвидав, 2012. – 192 с.
6. Коваленко Л. Педагогічні умови формування культури здорового способу життя студентської молоді / Л. Коваленко // Рідна школа. - К.: Деміур, 2006. - №7. - С. 29-31.
7. Митяєва А.М. Здоров'єсберегаючі педагогічні технології: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / А.М. Митяева. — М.: Издательский центр «Академия», 2008. — 192 с.
8. Психолого-педагогічний факультет Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка: історична, організаційно-педагогічна і науково-методична ретроспектива: монографія / Авт. кол.: В.І. Березан, Т.О. Благова, Н.В. Гібалова та ін.; за ред. Н.Д. Карапузової. – Полтава: Дивосвіт, 2014. – 452 с.
9. Урум Н.С. Підготовка майбутніх вчителів до забезпечення здорового способу життя молодших школярів: автореф. дис. канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти». / Н.С. Урум. – К, 2008. – 20 с.
10. Хомич Л. О. Професійно-педагогічна підготовка вчителя початкових класів / Л. О. Хомич. – К.: «Магістр-S», 1998. – 200 с.
11. Хрестоматія з педагогіки вищої школи: навч. посіб. / Укладачі: В.І. Лозова, А.В. Троцько, О.М. Іонова, С.Т. Золотухіна; за заг. ред. В.І. Лозової. – Х.: Віровець А.П. «Апостроф», 2011. – 408 с.
12. Handbook of Research for Educational Communications and Technology. Third edition / Edited by J.M. Spector, M.D. Merrill, J.V. Merriënboer, and M.P. Driscoll. – USA: Routledge. Taylor & Francis Group, 2007. – 928 p.
13. Iermakova T.S. Education of children in Polish family in a context of forming health culture. //Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports, 2014, vol.11, pp. 17-22. doi:10.15561/18189172.2014.1104
14. Iermakova T.S. Peculiarities of forming health culture of pupils in Poland: historical aspect. //Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports, 2014, vol.6, pp.

References:

1. Bashavev' N.A. *Naukovij visnik PNPu im. K.D. Ushins'kogo* [Scientific Bulletin of PNPu named after K.D. Ushinsky], 2010, vol.1-2, pp. 12–19.
2. Gladoshchuk O.V., Tonkonog V.M., Bejgul I.O. *Fizichne vikhovannia, sport i kul'tura zdorov'ia u suchasnomu suspil'stvi* [Physical education, sport and health culture in modern society], 2011, vol.2, pp. 49–52.
3. Dubogaj O.D., Dzhurins'kij P.B. *Naukovo-pedagogichni problemi fizichnoyi kul'turi* [Scientific and pedagogical problems of physical culture], 2010, vol.10, pp. 275–278.
4. Ionova O.M., Luk'ianova Iu.S. *Pedagogika, psihologia ta mediko-biologichni problemi fizichnogo vikhovanna i sportu* [Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports], 2009, vol.1, pp. 69–72.
5. Karapuzova N.D., Zimnicia Ie.A., Pomogajbo V.M. *Osnovi pedagogichnoyi ergonomiki* [Fundamentals of educational ergonomics], Kiev, Akademvidav, 2012, 192 p.
6. Kovalenko L. *Ridna shkola* [Native school], Kiev, Demieur, 2006, vol.7, pp. 29–31.
7. Mitiava A.M. *Zdorov'esberegaiushchie pedagogicheskie tekhnologii* [Health saving educational technology], Moscow, Academy, 2008, 192 p.
8. Karapuzova N.D. *Psikhologo-pedagogichnij fakul'tet Poltavs'kogo nacional'nogo pedagogichnogo universitetu* [Psychological and pedagogical faculty of Poltava national pedagogical university], Poltava, Wonderworld, 2014, 452 p.
9. Urum N.S. *Pidgotovka majbutnikh vchiteliv do zabezpechennia zdorovogo sposobu zhittia molodshikh shkolariv* [Preparing future teachers to ensure a healthy lifestyle elementary school students], Cand. Diss., Kiev, 2008, 20 p.
10. Khomich L. O. *Profesijno-pedagogichna pidgotovka vchitelia pochatkovikh klasiv* [Vocational and educational training of primary school teacher], Kiev, Magistr-S, 1998, 200 p.
11. Lozova V.I. *Khrestomatia z pedagogiki vishcholy shkoly* [Readings in Education high school], Kharkov, Apostrophe, 2011, 408 p.
12. *Handbook of Research for Educational Communications and Technology*. Third edition / Edited by J.M. Spector, M.D. Merrill, J.V. Merriënboer, and M.P. Driscoll. USA, Routledge. Taylor & Francis Group, 2007, 928 p.
13. Iermakova T.S. Education of children in Polish family in a context of forming health culture. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 2014, vol.11, pp. 17-22. doi:10.15561/18189172.2014.1104
14. Iermakova T.S. Peculiarities of forming health culture of pupils in Poland: historical aspect. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 2014, vol.6, pp. 16-20. doi:10.6084/m9.figshare.1004090
15. Iermakova T.S., Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. doi:10.15561/20755279.2014.0503
16. Ionova O.M. The formation of person's health: experience of Waldorf school. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 2013, vol.10, pp. 35-40. doi:10.6084/m9.figshare.775337
17. Leyfa A.V. The social basis of the development of physical activity of students in terms of their quality of life. *Physical Education of Students*, 2013, vol.3, pp. 35-41. doi:10.6084/m9.figshare.662600
18. Mailey E.L., Mullen S.P., Mojtaheidi M.C. Unobserved mental health profiles are associated with weight and physical activity change in

- 16-20. doi:10.6084/m9.figshare.1004090
15. Iermakova T.S., Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. //Physical Education of Students, 2014, vol.5, pp. 14-19. doi:10.15561/20755279.2014.0503
16. Ionova O.M. The formation of person's health: experience of Waldorf school. //Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports, 2013, vol.10, pp. 35-40. doi:10.6084/m9.figshare.775337
17. Leyfa A.V. The social basis of the development of physical activity of students in terms of their quality of life. //Physical Education of Students, 2013, vol.3, pp. 35-41. doi:10.6084/m9.figshare.662600
18. Mailey E.L., Mullen S.P., Mojtahedi M.C. Unobserved mental health profiles are associated with weight and physical activity change in female college freshmen: A latent profile analysis. // Mental Health and Physical Activity 2012;, vol.(1), pp. 76-84. doi:10.1016/j.mhpa.2012.01.001.
19. Morris J.G., Gorely T., Sedgwick M.J., Nevill A., Nevill M.E. Effect of the Great Activity Programme on healthy lifestyle behaviours in 7-11 year olds. //Journal of Sports Sciences 2013, vol.31(12), pp. 1280-1293. doi:10.1080/02640414.2013.781665.
20. Roters T. T. Physical improvement of students during interactive physical and aesthetic education. //Physical Education of Students, 2013, vol.4, pp. 72-76. doi:10.6084/m9.figshare.663624
- female college freshmen: A latent profile analysis. *Mental Health and Physical Activity* 2012;, vol.(1), pp. 76-84. doi:10.1016/j.mhpa.2012.01.001.
19. Morris J.G., Gorely T., Sedgwick M.J., Nevill A., Nevill M.E. Effect of the Great Activity Programme on healthy lifestyle behaviours in 7-11 year olds. *Journal of Sports Sciences* 2013, vol.31(12), pp. 1280-1293. doi:10.1080/02640414.2013.781665.
20. Roters T. T. Physical improvement of students during interactive physical and aesthetic education. *Physical Education of Students*, 2013, vol.4, pp. 72-76. doi:10.6084/m9.figshare.663624

Информация об авторе:

Карапузова Наталья Дмитриевна: ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-1430-0648>; karapuzova53@mail.ru; Полтавский национальный педагогический университет имени В.Г. Короленко; ул. Остроградского, 2, г. Полтава, 36000, Украина.

Цитируйте эту статью как: Карапузова Н.Д. Здоров'язбережувальні технології у системі професійної підготовки майбутніх учителів початкових класів // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2015. – № 1. – С. 39-45. doi: 10.15561/18189172.2015.0108

Электронная версия этой статьи является полной и может быть найдена на сайте: <http://www.sportpedu.org.ua/html/arhive.html>

Это статья Открытого Доступа распространяется под терминами Creative Commons Attribution License, которая разрешает неограниченное использование, распространение и копирование любыми средствами, обеспечивающими должное цитирование этой оригинальной статьи (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.ru>).

Дата поступления в редакцию: 10.10.2014 г.
Опубликовано: 30.01.2015 г.

Information about the author:

Karapuzova N.D.: ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-1430-0648>; karapuzova53@mail.ru; Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University; Ostrogradskogo str., 2, Poltava, 36000, Ukraine.

Cite this article as: Karapuzova N.D. Health saving technologies in the training of future primary school teachers. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 2015, vol.1, pp. 39-45. doi: 10.15561/18189172.2015.0108

The electronic version of this article is the complete one and can be found online at: <http://www.sportpedu.org.ua/html/arhive-e.html>

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.en>).

Received: 10.10.2014
Published: 30.01.2015