

виконувати в швидкому темпі. [1, с. 13-14].

В заключенні, збереження здоров'я людини, підтримання високої працездатності - одна з найважливіших завдань суспільства та системи охорони здоров'я. Одним з ефективних заходів по зміцненню здоров'я працюючого населення є введення виробничої гімнастики на підприємствах, що вже має місце в деяких європейських країнах. Особливо актуальна ця проблема для України, так як в останні десятиліття тут спостерігається суттєве погіршення стану здоров'я працівників на виробництві.

Література

1. Григорович Е.С. і др. Виробничо-гімнастика для працівників основних груп умовного праці: Метод. рек. / Е.С.Григорович, А.М.Трофименко, І.Н.Малуха. - Мн.: МГМІ, 2000. - 39 с.
2. Кундієв Ю.І., Нагорна А.М. Професійне здоров'я в Україні. Епідеміологічний аналіз. - Київ: «Авіцена». - 2007. - 396 с.
3. Методичні рекомендації. Виробничо-гімнастика./ Тюмень - 2009. - [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <http://www.tyumsma.ru/assets/files/upload/3425/gimnastika.pdf>
4. Раєвський Р. Т., Канишевський С. М. Здоров'я, здоровий і оздоровчий образ життя студентів / під заг.ред. Р.Т.Раєвського. - О.: Наука і техніка, 2008. - 556 с.

НАВЧАЛЬНА РОБОТА ВИПУСКАЮЧОЇ КАФЕДРИ ВИЩОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ ПРИ ФОРМУВАННІ БАЗОВИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ З ОСНОВ ЗДОРОВ'Я

Новописьменный С.А.

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

Процес вивчення професійно орієнтованих дисциплін полягає у проведенні лекцій, практичних (лабораторних), семінарських занять і має будуватися з використанням інтерактивних методів навчання, сучасного НМЗ і МТЗ, а також з використанням ІКТ (дистанційні курси). Ефективними є бінарні заняття, круглі столи, тренінги, майстер-класи, екскурсії тощо.

Як зазначає С. Базиль, *бінарне заняття* - нестандартна форма навчання для реалізації міжпредметних зв'язків, заняття ведуть два викладачі, це творчість двох педагогів, що переростає у творчий процес у студентів [1]. Наприклад, практичне заняття з дисципліни «Масаж загальний і самомасаж» доцільно проводити у тандемі з викладачем комп'ютерних технологій, який допоможе МУОЗ самостійно знаходити інформацію в Інтернеті (відеоматеріали) для більш глибокого вивчення сучасних технік масажу та формування інформаційно-комунікаційних БК МУОЗ. Також доцільним є проведення таких занять з лікарем, який продемонструє техніку лікувального масажу і сприятиме формуванню здоров'язберезувальних БК МУОЗ.

Круглий стіл - це інтерактивний вид навчального заняття, основним змістом якого є спільне з викладачами обговорення актуальних і важливих інноваційних аспектів професійної діяльності студентів-МУОЗ [2]. Така форма навчання сприятиме ефективному формуванню БК МУОЗ, оскільки на круглий стіл запрошуються певні компетентні особи - спеціалісти різних

галузей знань (педагогі, психологи, медичні працівники, працівники охоронних органів тощо) [3]. Наприклад, при вивченні дисципліни «Основи здорового способу життя та культура здоров'я» для проведення круглого столу доцільним є вибір теми «Як впливає спосіб життя на здоров'я?» і запрошення для обговорення лікарів, правоохоронців, соціальних працівників тощо. Детально правила проведення круглих столів досліджено Л. Петренко, яка зазначає, що круглі столи – це демократичний варіант проведення інтенсивних дискусій для винесення колегіальних ухвал з низки проблем [4].

К. Торн, Д. Маккей визначають *тренінг* як навчання навичкам у якій-небудь галузі діяльності [5]. За В. Давидюк, тренінг – це форма групової роботи, яка забезпечує активну участь і творчу взаємодію учасників між собою і з викладачем. Тренінг – це ретельно спланований процес надання чи поповнення знань, відпрацювання умінь і навичок, зміни чи оновлення певних ставлень, поглядів і переконань. Як зазначає дослідниця, тренінг є формою педагогіки співробітництва і розвивального навчання, а отже, тренінг – це: 1) нові підходи (співпраця, відкритість, активність, відповідальність); 2) нові знання (інтенсивне засвоєння, уточнення); 3) позитивні цінності, ставлення, ідеали; 4) нові уміння і навички (ефективної комунікації, самоконтролю, лідерства, роботи в команді, уміння надавати й отримувати допомогу, аналіз ситуацій і прийняття рішень [6]. Така форма роботи досить популярна у навчальному процесі школи, коли уроки з основ здоров'я проводяться з елементами тренінгу. Отже, МУОЗ мають уміти самостійно організовувати і проводити тренінги у майбутній професійній діяльності. Тож проведення практичних, лабораторних чи семінарських занять доцільно здійснювати у формі тренінгів із поступовим зміщенням акцентів на самостійну організацію таких занять самими студентами. Лекції теж можливо проводити з елементами тренінгу, що уможливить формування БК МУОЗ.

Так, при вивченні дисципліни «Основи здорового способу життя та культура здоров'я» на лекції з теми «Поняття про здоров'я, здоровий спосіб життя» доцільним є використання тренінгової вправи «Створюємо ситуацію успіху». Для цього викладач може запропонувати на початку лекції студентам запитання «Які риси характеру притаманні здоровій людині?» або «Що значить – бути здоровим?» тощо. Відповіді студенти можуть записувати на фліпчарті (дошці, кожен у власному зошиті та ін.) у вигляді «ромашки», яка уособлює образ здорової людини, серцевина якої є конструктором «Я-здоровий», а пелюстки – складові здоров'я людини, які студенти самі повинні заповнити та прикріпити до серцевини квітки [7].

Ефективними для формування БК МУОЗ є майстер-класи. Як зазначають А. Дулова, Д. Маккей, Л. Соламатіна, К. Торн, *майстер-клас* – це одна з форм ефективного професійного, активного навчання, яка відрізняється від семінару тим, що під час майстер-класу ведучий-спеціаліст (Майстер) розповідає і, що ще більш важливо, показує, як застосовувати на практиці нову технологію або метод [8]. Зазначимо, що при викладанні професійно орієнтованих дисциплін без такої форми роботи не обійтися, вона у більшості випадків стає необхідною формою організації та проведення навчальних занять при підготовці МУОЗ. Так, при викладанні дисциплін «Долікарська медична допомога у невідкладних станах», «Масаж загальний і самомасаж» до проведення майстер-класів доцільно залучати лікарів із закладів охорони здоров'я та медичних працівників, які на практиці зможуть продемонструвати відповідні техніки та методики. Модель

проведення майстер-класу з теми «Самомасаж голови» може бути наступною:

1. Привітання, вступне слово Майстра, презентація досвіду Майстра (електронна презентація або відео).
2. Методичні рекомендації Майстра щодо теми майстер-класу (показ на мультимедійному проекторі). Методичні рекомендації роздаються студентам (розроблені заздалегідь брошури, буклети тощо).
3. Показ прийомів, що використовуються у процесі майстер-класу, показ власних прийомів з коментарями Майстра.

Коментарі Майстра щодо виконання самомасажу голови:

- постукуємо пальцями рук знизу до верхівки голови з різних боків;
 - потім скуповджуємо волосся вперед і назад;
 - долонями зрушуємо шкіру голови вгору з різних боків;
 - великим і вказівним пальцями легенько ударяючи, вібуємо пальцями після удару лівою і правою рукою назустріч;
 - розслабленими пальцями обох рук проводимо від середини лоба в сторони і зверху вниз від лоба по щоках;
 - другими фалангами великих пальців робимо рухи вгору-вниз по крилах носа.
4. На заключному етапі Майстер організовує обмін думками усіх присутніх студентів, дає оцінку тому, що відбувається.

Зазначимо, що на всіх етапах майстер-класу студенти-МУОЗ долучаються до діалогу з Майстром, до виконання самомасажу голови. Майстер слідкує, як студенти виконують процес, коригує, допомагає за потреби індивідуально кожному студентові.

Література

1. Базиль С. М. Бінарне заняття з дисциплін «Маркетинг» і «Інформатика та комп'ютерна техніка» [Електронний ресурс] / С. М. Базиль // Режим доступу: <http://www.teacherjournal.com.ua/proftexosvta/9024-bnarnezanyattya-z-disciplin-lmarketingn-informatika-ta-kompyuterna-texnkar.html>.
2. Поліщук Н. М. Поетапна реалізація моделі підготовки вчителя в системі післядипломної освіти до розвитку здоров'язбережувальної компетентності учнів / Н. М. Поліщук // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. – 2013. – № 5 (31). – С. 302–312.
3. Ягупов В. В. Педагогіка : навч. посіб. / Василь Васильович Ягупов. – К. : Либідь, 2003. – 560 с.
4. Петренко Л. М. Методика проведення круглого столу [Електронний ресурс] / Л. М. Петренко // Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/V..pdf>
5. Торн К. Полное руководство по тренингу / К. Торн, Д. Маккей; [пер. с англ.]. – М. : ИНФРА-М, 2002. – 244 с. – (Серия "Менеджмент для лидера").
6. Давидюк В. С. Застосування тренінгових технологій на уроках основи здоров'я : навч.-метод. посіб. / В. С. Давидюк. – Березне, 2013 – 43 с.
7. Сімейні цінності: навчально-методичний посібник до навчальної програми «Сімейні цінності» (35годин) [для педагогічних працівників] / [Прит В. І., Тесленко С. І., Охрименко З. В., Корецька Л. В.] – Івано-Франківськ : НАІР, 2013. – 196 с.
8. Дулова А. С. Методичні рекомендації з проведення майстер-класу як групової форми методичної роботи [Електронний ресурс] / А. С. Дулова, Л. М.

ІНТЕГРОВАНІ ЗАНЯТТЯ ЯК СПОСІБ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Омельяненко В.Г.

*Тернопільський національний педагогічний університет
імені Володимира Гнатюка*

У документах Болонського процесу на перше місце в розробці нормативних вимог у сфері вищої освіти європейські держави висувають компетентність випускника вищого навчального закладу, його інтегровані характеристики якості підготовки. Процес природничо-наукової підготовки майбутніх учителів фізичної культури має відповідати цим вимогам. Проте сьогодні суттєвим недоліком їх природничо-наукової підготовки є представлення суми знань по модулю блоків, а не як система. Одним із шляхів вирішення даної проблеми є створення на випускних курсах інтегрованих дисциплін з метою формування у студентів здоров'язбережної компетентності.

Фахівці пов'язують поняття «компетентність» з професійною діяльністю людини. Компетентність розглядається як сукупність знань, умінь, навиків, способів і засобів досягнення цілей, а також уміння актуалізувати опановані знання й уміння в потрібний момент і використати їх в процесі реалізації професійних функцій [1].

Оскільки компетентність – це спеціально структуровані знання, уміння, навички, тому суть поняття «здоров'язбережна компетентність вчителя фізичної культури» логічно включатиме знання і навички формувати та зміцнювати здоров'я людей, а також уміння фахівця доцільно їх включати в освітню систему, спрямовану на збереження здоров'я учнівської молоді. Структуру і зміст здоров'язбережної компетентності вчителя фізичної культури повинна визначати його освітньо-кваліфікаційна характеристика, яка сьогодні такої компетентності не містить. Проте уміння формувати здоров'язбережне навчальне середовище і діяти у такий спосіб, щоб фізичне виховання школярів не було здоров'явитратним є сьогодні невіршеною проблемою.

Провідну роль у формуванні здоров'язбережної компетентності вчителів фізичної культури відіграють дисципліни циклу природничо-наукової підготовки. Проте, формування здоров'язбережного навчального середовища вимагає від майбутнього вчителя фізичної культури знань різних навчальних дисциплін: соціології (соціально-оздоровча функція освіти, соціально адаптуючи технології та ін.); психології здоров'я (психологічне навантаження, психологічні критерії оцінки здоров'я, мотивація на здоровий спосіб життя та ін.); теорії і методики фізичного виховання (оздоровча концепція вдосконалення процесу фізичного виховання учнівської молоді; принципи формування культури здоров'я школярів; оздоровчі технології та ін.); екології (екологічні здоров'язбережні технології); педагогіки (освітні здоров'язбережні технології) та інших дисциплін. Тому інтегрувати знання щодо здоров'язбережної діяльності вчителя фізичної культури до-