

Завдяки тому, що свідомість — це осмислене знання, свідоме відображення дійсності, вона виступає регулятором трудової діяльності, спрямованої на досягнення заздалегідь поставлених цілей. Мозок людини, будучи керівною системою, побудований таким чином, щоб не тільки одержувати, зберігати й переробляти інформацію, а й формулювати план дій, здійснювати активне, творче управління ними. Будь-які дії людини позначені спрямованістю на досягнення кінцевого результату, поставленої мети. Тому умовою будь-якого свідомого вчинку є ціле покладання, тобто передбачення того, для чого і заради чого людина здійснює свої дії. Саме в творчій, цілеспрямованій діяльності перебудови світу й полягає основний життєвий смисл та історична необхідність свідомості.

#### Література

1. Анатомия человека — М.: Мир энциклопедий Аванта+, Астрель, 2008 — 240с.:ил.
2. Волкова Н.П. Педагогіка: Посібник для студентів вищих навчальних закладів. — К.: Видавничий центр «Академія», 2002 — 576 с. (Альма-матер).
3. Дубровіна І.В., Данилова Є.Є., Прихожан А.М.; Психологія: Учеб. Для студ. середовищ. пед. навч. закладів; 2-е вид. , Стереотіп.-М.: Издат. Центр «Академія», 2002. — 464с.
4. Рубінштейн С. Л. Основи загальної психології. СПб .: Пітер, 2000. Гол. XX: Самосвідомість особистості та її життєвий шлях.
5. Філософія. Под редакцией проф. В. Н. Лавриненко., Ратникова В.П. 3-е изд., перераб. и доп. — М.: 2010. — 622 с.

## **ЕКОЛОГО-ВАЛЕОЛОГІЧНИЙ ПІДХІД ДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ — МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ**

*Шаповалова Т.Г.*

*Бердянський державний педагогічний університет*

**Актуальність теми.** Глобалізація протиріч між суспільством та природним довкіллям актуалізує проблему сталого розвитку людини, біосфери та людства, орієнтуючи освітні системи на формування у підростаючого покоління ціннісного відношення до природи, життя, здоров'я. У сучасному освітньому просторі відбуваються зміни, що пов'язані з модернізацією змісту освіти і розвитком нових освітніх компетенцій і компетентностей особистості.

Рада Культурної Кооперації середньої освіти для Європи визначила ті основні, ключові компетентності, які в результаті навчання мають засвоїти молоді європейці. Відповідно з цим освітня мета стала співвідноситися з формуванням ключових компетентностей, що відображено в Постанові Кабінету Міністрів України «Про затвердження Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти» від 23 листопада 2011 р. № 1392.

Компетентнісний підхід у освіті розглядається і в контексті Болонського процесу. Відбувається різка переорієнтація оцінки результатів навчання з понять «підготовленість», «освіченість», «загальна культура», «вихованість» на поняття «компетенція», «компетентність».

Існуюча на сьогодні педагогічна система і умови сучасного життя можуть дати достатній об'єм знань, але не здатні зберегти здоров'я дітей та оточуючого їх середовища. Підтвердженням тому є катастрофічне зниження здоров'я дітей та молоді України, нестійка мотивація до збереження здоров'я, відсутність механізмів упровадження принципів валеології та екології в масову практику загальноосвітніх, позашкільних та вищих навчальних закладів. Формується нова стратегія сучасної загальноосвітньої та вищої школи, в якій здоровий спосіб життя розглядається як необхідний компонент освіти. Звідси важливим педагогічним завданням стає виховання екологічно культурного і валеологічно грамотного громадянина країни, який здатний нести відповідальність за власне здоров'я та здоров'я довкілля.

Реалізацію ідей стійкого розвитку системи «людина — природа — суспільство» зорієнтовано на ствердження життя та здоров'я людини як вищих цінностей і мети її діяльності. Сучасна освіта, в тому числі й вища, недостатньо сприяють формуванню цих пріоритетів.

Вивчення філософської, психолого-педагогічної, методичної літератури підтверджує, що останнім часом різні аспекти формування еколого-валеологічної культури, здоров'язбережувальної компетентності, здорового способу життя дітей та молоді були предметом наукових пошуків.

Взаємозв'язок між здоров'ям і станом навколишнього середовища, який знайшов своє відображення в сучасних екологічних і валеологічних знаннях, став своєрідним каталізатором актуалізації проблеми еколого-валеологічної освіти. Інтегративним показником цих взаємовідношень виступає здоров'я не тільки людини, але й усіх біо-еко-соціальних систем (Ю. Бойчук, В. Волков, М. Гриньова, М. Гончаренко, В. Горашук, С. Горбунова, О. Єжова, В. Єфімова, В. Казначеев, І. Кривич, Л. Кузнецова, О. Кушніна, О. Микитюк, С. Страшко, О. Сичов, З. Тюмасева та ін.).

Сучасні дослідження здоров'язбережувальних проблем свідчать про різноаспектний підхід. Філософський та соціальний напрям відображено в працях А. Бойко, Н. Гундарева, В. Крюкова, Ю. Лисицина, О. Сахно.

Валеологічний напрям розглядається вченими Г. Апанасенко, Т. Бойченко, О. Бондаренко, М. Гончаренко, В. Горашуком, Т. Кириченко, П. Плахтієм, С. Страшком, Л. Суценко.

Вплив ціннісних орієнтацій на здоровий спосіб життя вивчали Г. Власюк, Г. Кривошеєва, С. Лапаєнко, В. Оржеховська. Питаннями розробки і впровадження здоров'язбережувальних, здоров'язміцнюючих та здоров'яформуючих заходів у навчальні заклади займаються О. Аксьонова, Т. Бережна, Е. Булич, О. Ващук, І. Волкова, М. Гончаренко, О. Дубровкіна, О. Міхеєнко, І. Мурахов, І. Петренко, С. Свириденко та інші.

Особливої актуальності набуває робота з розвитку в дітей здоров'язбережувальної компетентності, потреб у здоровому способі життя, включення здоров'я в число їхніх життєвих цінностей.

На початку 90-х років науковці та практики розвинутих країн звернулись до питань удосконалення системи освіти з позицій компетентнісного підходу.

Теоретичні основи компетентнісного підходу в освіті розглядаються в працях І. Агапова, Р. Бадер, К. Баханова, І. Бежа, О. Биковської, В. Болотова, Н. Бібік, Л. Ващенко, А. Вербицького, С. Доброслисової, І. Зимньої, Е. Зеєр, І. Єрмакова, Л. Канішевської, М. Катуні, В. Лаптева, О. Лебедева, О. Локшиної, Д. Мертенса, О. Овчарук, Б. Оскарсона, Л. Парашенко, О. Пометун, Н. Радіонової, О. Савченко, В. Серикова, Л. Тихенко, С. Трубачової, А. Тряпичіної, А. Хуртського, А. Шелтен, С. Шишова та ін.

У межах проекту ПРООН «Освітня політика та освіта «рівний-рівному» українськими педагогами запропоновано перелік ключових компетентностей, які є необхідною складовою освітнього процесу, що забезпечує гармонійний, усебічний розвиток особистості. Однією з таких є здоров'язбережувальна (валеологічна) компетентність, під якою слід «розуміти характеристики, властивості учня, спрямовані на збереження фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я — власного та оточуючих».

Процес формування здоров'язбережувальної компетентності здійснюється на принципах природовідповідності, культуровідповідності та духовно-фізичної гармонії людини й природи. Сукупність теоретичних і методичних положень та організаційно-методологічних заходів дозволяють забезпечити високу ефективність формування здоров'язбережувальної компетентності у вищих навчальних закладах, зокрема на факультеті психолого-педагогічної освіти та мистецтв.

**Мета дослідження:** розглянути особливості еколого-валеологічного підходу до формування здоров'язбережувальної компетентності у студентів факультету психолого-педагогічної освіти та мистецтв.

**Виклад основного матеріалу.** Як зазначає Ю. Бойчук, з точки зору соціально-педагогічної сфери, кризовий стан суспільства, моральна та фізична його деградація обумовлює необхідність розвитку культури здоров'я на основі еколого-валеологічного напрямку виховання та освіти. Здоров'язбережувальну компетентність можна вважати як динамічний стереотип мислення, поведінки та діяльності, який сприяє збереженню і зміцненню здоров'я людини та визначає дбайливе ставлення до здоров'я оточуючих [1].

Сьогодні поняття здоров'язбережувальної компетентності активно впроваджується в педагогічну практику всіх навчальних закладів.

Як показує досвід ряду держав, зупинити тенденцію до зниження рівня здоров'я населення не можна без зміни способу життя людей. Це залежить від багатьох факторів і, перш за все, від рівня здоров'язбережувальної компетентності та певних знань людини. За даними сучасних досліджень, проведених найбільш авторитетними науковими центрами різних країн, здоров'я людини приблизно на 8–

10% залежить від медицини, на 15–20% — від стану довкілля (екологічного фактору), на 18–20% — від біологічних факторів (спадковості), вирішальним же чинником є спосіб життя людини (близько 50–58%). Сучасна оздоровча практика надає перевагу фізичним вправам, які дійсно мають надзвичайно потужний і широкий спектр оздоровчої дії. Саме тому проблема оздоровлення у свідомості більшості населення здебільшого пов'язується з ефективністю системи фізичного виховання [3].

Ековалеологія є новою інтегративною галуззю знань, комплексною навчальною дисципліною, що вивчає закономірності, способи та механізми формування, відновлення й зміцнення здоров'я людини з використанням природних оздоровчих методів і технологій. Здоров'я є складним динамічним процесом, тісно пов'язаним зі способом життя людини, тому як навчальна дисципліна валеологія охоплює сукупність знань про індивідуальне здоров'я людини та здоровий спосіб життя [2].

Еколого-валеологічна освіта набуває нового значення, коли пов'язується перш за все з активно маніфестуючим сьогодні компетентнісним підходом до освіти.

Здоров'язбережувальна компетентність майбутнього педагога, зокрема вчителя початкової школи, формується через здоров'язбережувальні компетенції та здоров'язбережувальні освітні технології. Створення здоров'язбережувального середовища — це створення оздоровчо-освітнього простору, де суб'єкти освітнього процесу мають можливість зберігати, зміцнювати та відновлювати власне здоров'я.

У формуванні еколого-валеологічної культури у вищому навчальному закладі ми виокремлюємо три основних аспекти: *пізнавальний* (людині необхідна певна сума знань про природу, власне тіло та здоров'я); *емоційний* (важливо мобілізувати емоції, прищепити турботливе ставлення до власного здоров'я та природи); *прикладний* (необхідно створити умови, щоб кожен міг зробити свій внесок у справу збереження природи і власного здоров'я).

Від розвитку системи еколого-валеологічної освіти, створення нового стилю ноосферного мислення значною мірою залежить формування здорового способу життя, зміцнення та збереження здоров'я. Результатом еколого-валеологічної освіти та виховання повинна стати еколого-валеологічна культура, що припускає компетентнісний підхід студента до своїх генетичних, фізіологічних можливостей, методів і засобів контролю, збереження і розвитку власного здоров'я як невід'ємної частки природи, уміння поширювати свої знання та передавати їх оточуючим. Чітко прослідковується взаємозв'язок між еколого-валеологічним вихованням, еколого-валеологічною культурою та ноосферним світоглядом [4].

Студенти факультету психолого-педагогічної освіти та мистецтв вивчають «Методику навчання основ здоров'я», де розглядають здоров'язбережувальні освітні технології, зокрема біоенергетичну.

Прикладом біоенергетичної здоров'язбережувальної технології є природно-релаксаційна стежина «ЛікЕП» (лікувальна енергетика природи) Станції юних натуралістів м. Бердянська Запорізької області

(Центр розвитку дітей та молоді, 2017), яка створена з метою використання енергетичних властивостей природних об'єктів у оздоровленні та адаптації дітей та молоді до сучасного соціуму.

Студенти, які в майбутньому стануть вчителями початкової школи та психологами, проходять майстер-класи «Біоенергетичні та лікувальні властивості живої природи», що входять до курсу «Методика навчання основ здоров'я». Вони дають можливість познайомитися та засвоїти біоенергетичні здоров'язбережувальні освітні технології, нетрадиційні методи релаксації та реабілітації.

Нами виявлені наступні педагогічні умови формування здоров'язбережувальної компетентності студентів: 1) забезпечення взаємозв'язку теоретичної і практичної підготовленості студентів за допомогою системного формування теоретичних знань про стан здоров'я та свідоме ведення здорового способу життя (навчальні курси «Валеологія», «Методика навчання основ здоров'я» «Основи природознавства», «Вікова фізіологія та валеологія», «Основи психотерапії», «Геронтопсихологія», «Біо(еко)етична діяльність майбутнього вчителя початкової школи», «Сучасні оздоровчі технології»), що дає можливість застосовувати в умовах конкретної ситуації сукупність здоров'язбережувальних компетенцій; 2) створення здоров'язбережувального середовища, що спрямоване на виховання свідомого та дбайливого ставлення до власного здоров'я, позитивне відношення студентів до самостійних занять фізичними вправами, створення комфортного середовища для всіх учасників педагогічного процесу, розробка нових та оновлення існуючих навчально-виховних технологій. Велика увага має приділятися методикам викладання навчальних дисциплін, які базуються на здоров'язбережувальних технологіях; 3) розробки системи засобів, що спрямовані на формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді з впровадженням методики проведення майстер-класів з біоенергетики. Біоенергетичний потенціал природи безмежний — це безперервний процес оздоровлення. Виховання й навчання еколого-валеологічній культурі, спрямовані на формування практичних знань, поведження й діяльності, забезпечують відповідальне ставлення до власного здоров'я та оточуючого середовища й природного простору.

Для оздоровлення, релаксації та соціалізації підростаючого покоління ми пропонуємо ефективно використовувати енергетику живої природи. В цьому полягає головний сенс біоенергетичних здоров'язбережувальних технологій. Для сучасних студентів, які бажають підвищити свій фаховий рівень та опікуються здоров'ям, дуже важливо мати найповнішу інформацію про такі технології, опанувати їх методиками і в майбутньому практикувати їх під час викладання в закладах освіти.

Формування якісного здоров'я підростаючого покоління в екологічно здоровому навколишньому середовищі здійснюється на принципах природо- і культуровідповідності та духовно-фізичній гармонії людини та природи.

Аналіз педагогічних досліджень і практичного досвіду свідчать

про зростаючий інтерес до питань, пов'язаних із здоров'язбережувальною компетентністю. Проте проблема її формування у студентів залишається не зовсім вирішеною. Основними причинами цього є: відсутність загальновизнаного розуміння здоров'язбережувальної компетентності студента як комплексного феномену, який має великий потенціал для покращення рівня здоров'я молоді; недостатня розробленість теоретико-педагогічних основ формування здоров'язбережувальної компетентності, що характеризують її суть і можливості вдосконалення; нерозробленість змістового і методико-технологічного супроводу формування здоров'язбережувальної компетентності студента вищого навчального закладу.

Елементом біоенергетичної здоров'язбережувальної технології є природно-релаксаційна стежина «ЛікЕП» (лікувальна енергетика природи), яка передбачає проведення деревотерапії (дендротерапії). Дерево — потужний природний акумулятор космічної енергії, який спочатку накопичує природну енергію, а потім стає провідником лікувального впливу на людський організм. Деревя поділяють на відбираючі, підживлювальні та нейтральні типи. Відбираючий тип — зменшує (відбирає) енергію людини, у тому числі й негативну (ялина, тополя, осика, верба, вільха, ялівець, бузок, калина, черемха, всі рослини, що в'ються). Підживлювальний — збільшує (підживлює) енергію людини (дуб, береза, сосна, акація, каштан, липа, горобина, клен, ясень, модрина, яблуня, вишня). Після контакту з деревом відбираючого типу рекомендується «підзарядитися» від підживлювального. На релаксаційно-енергетичних зупинках стежини дерева обов'язково працюють у парі: ялівець — береза; ялина — сосна; калина — робінія звичайна; верба — клен тощо [5].

Нами розроблено методику використання анімалотерапії — спілкування з живими об'єктами — тваринами. Сеанси анімалорелаксації відвідувачі отримують контактуючи з тваринами та птахами живого куточку, а також зі свійськими тваринами міні-ферми, спілкування з кінями на кінній фермі. Цей метод оздоровлення є не менш ефективним, ніж спілкування з дельфінами.

Зернотерапія — лікування насінням, одна з самих простих і ефективних методик, що допомагає людині відновити баланс здоров'я. Суть у тому, що на долонях та стопах людини є біологічно активні точки, які відповідають певному органу, якщо прикладати до них зерно або насінину, можна домогтися певного терапевтичного ефекту.

Літотерапія — взаємодія природного каміння й людини. Природний камінь володіє сильною енергетикою, випромінювання якої призводить до зміни частоти вібрації живих тканин організму людини, що поліпшує стан її фізичного та духовного здоров'я. Найчастіше використовується кварц — найдоступніший мінерал Землі, енергія якого здатна позитивно впливати на людину, підтримувати гармонію і баланс життєвих сил, усувати напругу, знімати стрес, послаблювати енергетику негативного впливу.

На зупинках природно-релаксаційних стежин студенти мають можливість отримати інформацію про біоенергетичні властивості рос-

лин і тварин, навчитися методиці релаксації та оздоровлення, апробувати її шляхом особистісно зорієнтованого контакту з релаксаційними об'єктами [5].

Природа дарує нам свій безмежний біоенергетичний потенціал, який можна використовувати для безперервного процесу оздоровлення. Для цього педагогічним працівникам необхідно зосередити зусилля на формуванні здоров'язбережувальної компетентності в дітей та молоді. Комплекс еколого-валеологічних практичних знань, реалізований у поведінці та діяльності, спроможний забезпечити відповідальне ставлення студентів до власного здоров'я, довкілля та природного простору.

**Висновки.** У нашому дослідженні узагальнено досвід навчально-методичного супроводу системи методики проведення нетрадиційної форми роботи з дітьми та молоддю з використанням релаксаційних можливостей природи. Ця методика дає можливість забезпечити реалізацію педагогічних умов, які були нами теоретично обґрунтовані, і практично використані. Формування здорового способу життя, еколого-валеологічної культури, підвищення їх виховних можливостей потребує максимальної уваги до мотиваційної сфери дітей та молоді у прагненні бути здоровим. Ми вважаємо, що використання стежини «ЛікЕП» як нетрадиційної форми виховання ефективно сприяє оздоровленню підростаючого покоління.

Вищезазначене дозволяє дійти висновку, що процес формування здоров'язбережувальної компетентності особистості студента вимагає еколого-валеологічного інтегрованого підходу, який передбачає залучення різних методів, що сприяють зміцненню здоров'я, підвищують якість життя в цілому. Втім розглянуті аспекти даної проблеми не вичерпують усіх питань і не претендують на всебічне її розкриття. Проблему виховання свідомого і дбайливого ставлення до власного здоров'я необхідно вирішувати засобами освіти. У цьому зв'язку процес формування здоров'язбережувальної компетентності потребує пошуку і застосування нових педагогічних технологій, засобів, форм навчання, які сприяють створенню потужної мотивації, спонукають до активної реалізації оздоровчої програми.

#### Література

1. Бойчук Ю. Д. Компетентнісний підхід / Ю. Д. Бойчук // Наукові підходи до наукових педагогічних досліджень : монографія / за заг. ред. докт. пед. наук, проф., чл.-кор. НАПН України В. І. Лозової. — Харків : Апостроф, 2011. — С. 188-216.
2. Міхеєнко О. І. Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини : навчальний посібник / О. І. Міхеєнко. — 2-ге вид., перероб. і допов. — Суми : Університетська книга, 2010. — 448 с.
3. Сінгаєвський С. М. Поняття «здоров'я» як кінцева мета фізичного виховання в школі / С. М. Сінгаєвський, А. О. Леоненко, М. В. Зубаль // Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні : зб. наук. праць. — Рівне : Принт Хауз, 2001. — Вип. 2. — С. 181-184.
4. Шаповалова Т. Г. Гармонізація культурно-освітнього простору майбутніх педагогів через здоров'язбережувальні технології / Т. Г. Шаповалова // Га-

рмонізація культурно-освітнього простору вищої школи : соціально-педагогічні аспекти : матеріали Міжн. наук.-практ. конференції (11 — 13 червня 2014 р.) /за ред. д-ра філос. наук, проф. Молодиченко В.В. — Мелітополь : Видавництво МДПУ ім. Б. Хмельницького, 2014. — С. 356 — 359.

5. Шаповалова Т. Г. Гармонізуюча енергетика природи : навч.-метод. посіб. / Т. Г. Шаповалова, В. Д. Мелаш, К. І. Ковальчук. — Мелітополь : Вид-во МДПУ ім. Б. Хмельницького, 2016. — 317 с. (Серія «Екологічна освіта для сталого розвитку»).

## **РЕАЛІЗАЦІЯ КОНЦЕПЦІЇ НАЦІОНАЛЬНО-ПАТРІОТИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ БІОЛОГІЇ**

*Шилова Н.В.*

*Комунальний заклад Сумської обласної ради Глухівська загальноосвітня школа-інтернат I-III ступенів імені М. І. Жужоми*

У Концепції національно-патріотичного виховання дітей та молоді зазначається, що серед виховних напрямів сьогодення найбільш актуальними є патріотичне й громадянське виховання як стрижневі, основоположні, що відповідають як нагальним вимогам і викликам сучасності, так і закладають підвалини для формування свідомості нинішніх і прийдешніх поколінь[1].

Національно-патріотичне виховання на уроках біології тісно пов'язане з пізнавальною діяльністю учнів, зміст і методи якої безпосередньо впливають на реалізацію виховних завдань.

Патріотичне виховання передбачає формування в учнів знань та уявлень про досягнення нашої країни в галузі науки, адже багато видатних учених прославили Україну. Тож завжди необхідно підкреслювати їхню приналежність до України, звертати увагу на внесок української науки в розвиток світової біологічної науки.

Під час вивчення розділу «Елементний склад біологічних систем» курсу біології 10 класу профільного рівня відкривається можливість реалізувати патріотичне виховання. У темі «Історія розвитку хімічних досліджень живого» розглядається питання біохімічних досліджень в Україні. Учні дізнаються, що найбільшим науковим центром біохімічних досліджень в Україні є Інститут біохімії Національної академії наук України ім. О. В. Палладіна — одна з найдавніших науково-дослідних установ України, першим директором якого був академік О. В. Палладін.

Флагманом досліджень у сфері молекулярної біології є Інститут молекулярної біології й генетики Національної академії наук України, першим директором якого став академік С. М. Гершензон.

Найбільш відомою кафедрою, де проводяться дослідження хімічних основ життя, є кафедра біохімії Київського національного університету ім. Тараса Шевченка, що була заснована в 1934 році. Тут працювали й викладали видатні вчені-біохіміки України В. О. Беліцер та Д. Л. Фердман, Р. В. Чаговець.