



S

CIENCE FOR MODERN MAN

WISSENSCHAFT FÜR DEN
MODERNEN MENSCHEN

MONOGRAPH
BOOK 8 PART I

'2022



Braslavskaja O.V., Halusinskaja M.I., Kramskaja Z.M. et al.

**WISSENSCHAFT FÜR DEN MODERNEN MENSCHEN
DIE BILDUNG DER VALEOLOGISCHEN KULTUR DES ZUKÜNFTIGEN LEHRERS IM
ARBEITSSYSTEM DER HÖHEREN UND VORHOCHSCHULISCHEN
BILDUNGSEINRICHTUNGEN**

SCIENCE FOR MODERN MAN

*THE FORMATION OF THE FUTURE TEACHER'S VALEOLOGICAL CULTURE IN THE
SYSTEM OF WORK OF THE HIGHER AND PRE-HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS*

Monographic series «European Science»

Book 8. Part 1.

In internationalen wissenschaftlich-geometrischen Datenbanken enthalten

Included in International scientometric databases

MONOGRAPHIE

MONOGRAPH

UDK 378.14:613.377

F 79

Recommended to publishing:

Based on the decision of the Scientific and Methodological Council of the Municipal Institution "Uman Taras Shevchenko Professional College of Education and Humanities of Cherkasy Regional Council" Record № 5 of 06.01.2022.

Authors:

O. V. Braslavskaya, M. I. Halusinska, Z. M. Kramskaya, S. A. Karasievych., L.S. Malysheva, N. A. Piasetska, H.V. Feshshenko, O.V. Chepka, S. V. Shtanhei, V.V. Zbroi, M.O. Kravchenko, M. P. Karasievych, O.V. Krykunova, I.M. Krupenko, O. H. Malakhova, O.D. Melnychuk, L. I. Poshtaruk, A.P. Sazhiienko, S.M. Slupitska, I.M. Kharchenko, L.P. Chernenko, S.P. Shabash, A.Y. Sharapaniuk, M.O. Shpyliova

General scientific and methodological guidance:

Ph.D., Professor O.V. Braslavskaya

Responsible executor:

Ph.D., Associate Professor M.I. Halusinska

Reviewers:

Komar O.A., Ph.D., Professor, Uman Pavlo Tychyna State Pedagogical University,
Krylovets M.G., Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Nizhyn Mykola Hohol State Pedagogical University,
Osadchenko I.I., Ph.D., Professor, Uman Pavlo Tychyna State Pedagogical University

Wissenschaft für den modernen Menschen: die bildung der valeologischen kultur des zukünftigen lehrers im arbeitssystem der höheren und vorhochschulischen bildungseinrichtungen. Monografische Reihe «Europäische Wissenschaft». Buch 8. Teil 1. 2022.

Science for modern man: the formation of the future teacher's valeological culture in the system of work of the higher and pre-higher education institutions. Monographic series «European Science». Book 8. Part 1. 2022.

The influence of the scientific and methodological system of providing the formation of valeological culture on the quality of future teacher's professional training is revealed in the work. Theoretical bases of research of valeological culture of the future teacher and the process of its formation are opened. The essence, structure and functions of the valeological culture are determined. The provision of the future teacher's valeological culture formation is substantiated and the efficiency of the technology of its realization in the conditions of educational institutions is checked.

ISBN 978-3-949059-46-9

DOI: 10.30890/2709-2313.2022-08-01

Published by:

ScientificWorld-NetAkhatAV

Lußstr. 13

76227 Karlsruhe, Germany

e-mail: editor@promonograph.org

site: <https://desymp.promonograph.org>

Copyright © Authors, 2022

Copyright © Drawing up & Design. ScientificWorld-NetAkhatAV, 2022



ÜBER DIE AUTOREN / ABOUT THE AUTHORS

1. *Braslavska O.V.*, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Uman Pavlo Tychyna State Pedagogical University – *Chapter 4.1.,3.4.*
2. *Halusinska M.I.*, Candidate of Pedagogical Sciences, Municipal Institution" Uman Taras Shevchenko Professional College of Education and Humanities of Cherkasy Regional Council" – *Chapter 1.5., Preface*
3. *Kramska Z.M.*, Philosophy Doctor, Municipal Institution" Uman Taras Shevchenko Professional College of Education and Humanities of Cherkasy Regional Council" – *Chapter 2.4.*
4. *Karasievysh S.A.*, Ph.D., Uman Pavlo Tychyna State Pedagogical University – *Chapter 2.2,4.3*
5. *Malysheva L.S.*, Candidate of Pedagogical Sciences, Municipal Institution" Uman Taras Shevchenko Professional College of Education and Humanities of Cherkasy Regional Council" – *Chapter 1.4.,3.2.*
6. *Piasetska N.A.*, Candidate of Pedagogical Sciences, Municipal Institution" Uman Taras Shevchenko Professional College of Education and Humanities of Cherkasy Regional Council" – *Chapter 4.2*
7. *Chepka O.V.*, Candidate of Pedagogical Sciences, Municipal Institution" Uman Taras Shevchenko Professional College of Education and Humanities of Cherkasy Regional Council" – *Chapter 2.4.*
8. *Shtanhei S.V.*, Candidate of Pedagogical Sciences, Municipal Institution" Uman Taras Shevchenko Professional College of Education and Humanities of Cherkasy Regional Council" – *Chapter 3.5.*
9. *Feshshenko H.V.*, Candidate of Pedagogical Sciences, Municipal Institution" Uman Taras Shevchenko Professional College of Education and Humanities of Cherkasy Regional Council" – *Chapter 2.1.*
10. *Karasievysh M.P.*, teacher Municipal Institution" Uman Taras Shevchenko Professional College of Education and Humanities of Cherkasy Regional Council" – *Chapter 1.2.*
11. *Melnychuk O.D.*, teacher Municipal Institution" Uman Taras Shevchenko Professional College of Education and Humanities of Cherkasy Regional Council" – *Chapter 1.1.,1.4.*
12. *Poshtaruk L.I.*, teacher Municipal Institution" Uman Taras Shevchenko Professional College of Education and Humanities of Cherkasy Regional Council" – *Chapter 1.3.*
13. *Sazhiienko A.P.*, teacher Municipal Institution" Uman Taras Shevchenko Professional College of Education and Humanities of Cherkasy Regional Council" – *Chapter 1.3.*



14. *Shabash S.P.*, teacher Municipal Institution" Uman Taras Shevchenko Professional College of Education and Humanities of Cherkasy Regional Council”– *Chapter 3.1., Conclusions*
15. *Sharapaniuk A.Y.*, teacher, Municipal Institution" Uman Taras Shevchenko Professional College of Education and Humanities of Cherkasy Regional Council”– *Chapter 3.3.*
16. *Shpyliova M.O.*, teacher, Municipal Institution" Uman Taras Shevchenko Professional College of Education and Humanities of Cherkasy Regional Council”– *Chapter 4.2*



Inhalt / Content

PREFACE	7
---------------	---

CHAPTER 1. THE THEORETICAL JUSTIFICATION OF THE FUTURE TEACHER'S VALEOLOGICAL CULTURE FORMATION PROBLEM

1.1. Natural scientific generalization of the ideas of the valeological culture formation	9
1.2. Sources of ideas of the ecological and valeological culture formation	18
1.3. Formation of valeological education in Ukraine.....	25
1.4. Areas of research of valeological culture.....	37
1.5. Methodological approaches to substantiation of the essence of the valeological culture	40

CHAPTER 2. VALEOLOGICAL CULTURE AS A COMPONENT OF THE FUTURE TEACHER'S GENERAL AND PROFESSIONAL PEDAGOGICAL CULTURE

2.1. Analysis of general scientific and methodological approaches to substantiation of the valeological culture	45
2.2. Theoretical bases of forming the valeological knowledge	61
2.3. Features of the valeological education and upbringing processes.....	79
2.4. Functions and structural components of the the future teacher's valeological culture	84

CHAPTER 3. PROVIDING THE FUTURE TEACHERS VALEOLOGICAL CULTURE FORMATION

3.1. Substantiation of the future teacher's professional and pedagogical culture formation system.....	118
3.2. Theoretical bases of the future teacher's valeological culture formation system.....	123
3.3. Technology stages of the future teacher's valeological culture formation	132
3.4. Means of providing the formation of the valeological culture	143
3.5. Criteria, indicators and levels of the future teacher's valeological culture formation.....	161



CHAPTER 4. PROVIDING THE FUTURE TEACHER'S VALEOLOGICAL CULTURE FORMATION

4.1. Technological support of the valeological culture forming process.....	171
4.2. Future specialist's training for the process of forming the valeological culture of children and youth.....	198
4.3. The research of the efficiency of the valeological education for primary school pupils.....	212
CONCLUSIONS.....	235
REFERENCE LIST	238



VORWORT / *PREFACE*

Культурне і духовне відродження України, входження країни у світове співтовариство зумовлюють домінування гуманістичного підходу до особистості у педагогічній теорії і практиці, що передбачає утвердження людини та її здоров'я як найвищих загальнолюдських цінностей.

Діяльність людини перебуває у безперервному динамічному взаємозв'язку з навколишнім середовищем, екологічний стан якого безпосередньо впливає на людське здоров'я. В Україні через несприятливу екологічну ситуацію стан здоров'я населення оцінюється як незадовільний, медико-екологічні показники стають визначальною характеристикою життєздатності та безпеки нації. Вирішення екологічних проблем довкілля та охорони здоров'я людини вимагає трансформації політичних, економічних, соціокультурних та освітніх пріоритетів у характері стосунків людини з природою. Гуманітарно-освітню стратегію розв'язання цих проблем пов'язуємо з переосмисленням ролі і значущості системи освіти у становленні і розвитку валеологічної культури особистості, яка спрямована на забезпечення відносин суспільства до природи, гармонії людини і навколишнього середовища.

Важливість розвитку валеологічної культури майбутнього вчителя визначається *чинниками*:

- здійснення дослідження теоретичних та практичних аспектів формування валеологічної культури майбутнього вчителя передбачає таку організацію господарської діяльності, яка не порушує біосферні процеси, має збалансований характер природокористування, не наносить шкоди здоров'ю людини;

- враховуючи соціальну місію вчителя, приділяється увага професіоналізму та валеологічній культурі особистості майбутнього вчителя;

- валеологічна культура є складовою загальної і професійно-педагогічної культури майбутнього вчителя, мірою і засобом самоактуалізації та творчої самореалізації педагога;

- валеологічна культура виступає як інтегрована якість особистості, передумова ефективної валеологічної діяльності, показник професійної компетентності і мета професійного самовдосконалення;

- валеологічна культура є узагальненою характеристикою розвитку потреб і здібностей майбутнього вчителя, інтенсивності їх виявлення у різноманітних



видах діяльності;

- валеологічна культура виражає духовний світ особистості майбутнього вчителя;

- сформованість валеологічної культури майбутнього вчителя залежить від здійснення соціально-природної адаптації зростаючого покоління;

- валеологічна культура майбутнього вчителя сприяє орієнтації школярів на ціннісне ставлення до здоров'я людини і природного середовища, на здоров'язберігаючу та екологобезпечну поведінку;

- валеологічна культура майбутнього вчителя дозволяє розробити та удосконалити питання пов'язані з наявним незадовільним станом сформованості усвідомлення її значущості для майбутньої професійної діяльності. Майже половина опитаних характеризувалася володінням еколого-валеологічними знаннями фрагментарного характеру, несформованістю валеологічних умінь.

Отже, практика вищої педагогічної школи вимагає розв'язання проблеми формування валеологічної культури майбутнього вчителя як одного з провідних факторів забезпечення екоеволюції людини та природи.



KAPITEL 1 / CHAPTER 1

THE THEORETICAL JUSTIFICATION OF THE FUTURE TEACHER'S VALEOLOGICAL CULTURE FORMATION PROBLEM

*ТЕОРЕТИЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ПИТАНЬ ФОРМУВАННЯ ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ
МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ*

1.1. Природничо-наукове узагальнення ідей формування валеологічної культури

Наукове обґрунтування валеологічної культури неможливе без розуміння природи людини та пізнання механізмів, які зумовлюють підтримання динамічної рівноваги її організму з навколишнім середовищем, забезпечують високий рівень здоров'я.

Для теоретико-методологічного обґрунтування еколого-валеологічної культури важливе значення мають досягнення в галузі екології людини, екологічної фізіології людини, гігієни, медицини праці, медичної екології і медичної валеології. Із позицій системного підходу до організації людини цими науками розробляються методи діагностики і прогнозування здоров'я, інтегровані шляхи оздоровлення людини в умовах погіршення екологічного стану навколишнього середовища.

Природничо-науковими джерелами валеологічної культури вважають:

- уявлення про людину як біопсихосоціальний та космопланетарний феномен;
- поняття триєдності організації людини (духовна, психічна і фізична складові);
- співвідношення біологічного і соціального у людині;
- визнання індивідуальності і цілісності людини;
- розуміння здоров'я людини і детермінуючого значення природних і антропогенних факторів у його забезпеченні.

Вивченням феномена людини і пов'язаного з ним комплексу масштабних, соціоприродних вимірів, властивостей і характеристик у різні часи займалися вчені (М. Амосов, І. Мечников, В. Полікарпов, І. Пригожин, П. Сімонов та ін.).

В. Казначеев і Є. Спірін використали постулат, що:

- феномен людини треба вивчати як соціоприродну цілісність у єдності його соціальних і природних властивостей;
- такий підхід впливає з уявлень про цілісний і взаємопов'язаний



соціоприродний світ і про саму людину як найбільш важливу у ціннісному відношенні ланку цього світу;

- людина – біопсихосоціальна істота і її унікальність пов'язана з особливостями розвитку психіки [6].

Характеризуючи взаємозв'язки біосфери, живої речовини і людства, В. Вернадський наголошував на:

- вбудованості людини, її соціально-історичного буття у космопланетарну організованість життя в цілому;
- біосферу, як необхідне середовище існування людини;
- біогеохімічну енергію – живий організм кожного індивіда;
- перетворення біосфери у ноосферу (сферу розуму), де людина стає найважливішим фактором природного розвитку, перетворення людини в істоту екологічну, біопсихосоціальну, розумну космічну силу;
- мислення людини у планетарному аспекті тільки у біосфері, з якою вона нерозривно, закономірно пов'язана і відійти від якої не може;
- забезпечення існування людини є функцією біосфери;
- визначення людства як живої речовини, яка нерозривно пов'язана з матеріально-енергетичними процесами, які визначаються геологічною оболонкою Землі та її біосферою [11].

Природничо-наукове узагальнення В. Вернадського про біосферу і ноосферу радикалізує тезу про антропологічну домінанту, як одну з характеристик космопланетарного феномена людини. Він вказує не тільки на перевагу положення людини у космосі, але і про її відповідальність перед нащадками та перед живим світом планети. У сучасних екологічних умовах людство представляється як розумна форма життя що несе відповідальність за прогресивну еволюцію біосфери, перетворення її у ноосферу, забезпечення гарантії збереження і розвитку здоров'я, соціально-психічних можливостей майбутнього [11].

Уявлення про космопланетарний феномен людини нерозривно пов'язаний із науково-філософськими надбаннями антропокосмізмом, який починає формуватися із середини ХІХ століття і отримує розвиток у ХХІ столітті. Підґрунтям для становлення і розвитку космізму як оригінального філософського напрямку стали антропоцентризм, гуманізм, релігійність, а також розвиток науки і техніки, загострення протиріч між суспільством і природою у



даний час.

Філософія космізму:

– це унікальне досягнення багатовікового матеріального і духовного розвитку світової цивілізації;

– це ставлення до Космосу, Всесвіту, Універсуму, яке виявляється у знаннях, емоційно-особистісному почутті співпричетності, діяльності індивідів і суспільства у цілому;

– становить поліфонічне явище, яке складається із напрямків: гуманітарних

– М. Федоров, П. Флоренський; природознавчих – К. Ціолковський, В. Вернадський, О. Чижевський та езотеричних – М. та О. Реріхи.

З позицій системного підходу структурну організацію людини, її цілісність представляють у вигляді піраміди (піраміда Маслоу). В її основі знаходиться фізичне тіло, психічна складова (інтелектуально-емоційна сфера) середня частина піраміди і духовна складова – вершина піраміди. Піраміда має свої принципи і закони організації. Ця організація ієрархічна і саме вершина стає її керуючим елементом [6].

Просторовим аспектом функціонування фізичної складової є обмін із навколишнім середовищем. Форми такого обміну – харчування, дихання, біоенергообмін. Просторовий аспект функціонування психічної підсистеми – психообмін. Сюди належить вплив людського оточення на рівні мікрогрупи, колективу, суспільства. Зовнішній вияв духовної підсистеми – це духовні закони, закони моралі, загальнолюдські цінності. Взаємовідношення між елементами всередині піраміди підпорядковуються законам гармонії, що забезпечує її динамічну стійкість і можливості розвитку.

Взаємозв'язок і взаємодія біологічного і соціального у людині:

- розуміється як багатоякісна і багаторівнева цілісність системи, що розвивається;
- охоплює різні сторони життя людини і суспільства, зв'язок природи і суспільства, людини і біосфери, біологічне і соціальне в індивіді;
- сприяє розумінню проблеми дуалізму;
- виявляє нерозривну єдність біологічного і соціального, яка виявляється у формуванні і функціонуванні мозку;
- підпорядковує біологічне у процесі філогенезу, онтогенезу, на рівні фізіологічних функцій, які опосередковані соціальними факторами;
- формування і функціонування психіки людини у діяльності виступає



як органічна єдність біологічного і соціального;

- розуміння людини можливе тільки при визнанні її індивідуальності та цілісності.

Одним із найголовніших вимірів феномена людини є сукупність властивостей, що визначають її *здоров'я*:

- стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не тільки як відсутність хвороби чи фізичних дефектів;
- ресурс повсякденного життя, а не мета життя;
- умова розгортання духовно-творчого потенціалу;
- нормальна функція організму на всіх рівнях його організації;
- динамічна рівновага організму і його функцій із навколишнім середовищем;
- здатність до повноцінного виконання основних соціальних функцій, участь у соціальній діяльності і суспільнокорисній праці;
- здатність організму пристосовуватися до мінливих умов існування у навколишньому середовищі; відсутність захворювань, хворобливих станів та змін;
- повне фізичне, духовне, інтелектуальне і соціальне благополуччя;
- похідне навколишнього середовища людини;
- природно-кліматичного, виробничого, соціального, побутового, психологічного;
- спосіб життя, який визначається рівнем розвитку цивілізації [13].

Видатний фізіолог І. Сеченов взаємозв'язок, єдність організму і середовища розглядав як найважливіший принцип життєдіяльності.

Г. Білявський екологічні фактори навколишнього середовища, які впливають на організм людини, умовно поділив на *групи*:

- біологічні (стать, вік тощо);
- природні (клімат, природні умови, температура повітря, вологість, ландшафт, флора, фауна тощо);
- соціально-економічні (рівень соціального розвитку, умови праці, побуту, особливості харчування, стан служби охорони здоров'я, спосіб життя тощо);
- психофізіологічні (фактори, що пов'язані з дією другої сигнальної системи) [10].

Природне середовище, незважаючи на досягнення цивілізації, зберігає своє



визначальне значення у формуванні здоров'я населення, оскільки у процесі свого культурного і науково-технічного розвитку людина так і не змогла повністю ізолюватися від навколишнього середовища.

С. Горбунова розглядає здоров'я з позицій філософсько-антропологічних підходів. У світлі вчення космістів і ноосферних ідей В. Вернадського, О. Чижевського, П. Тейяра де Шардена, В. Казначеева, які розглядають живу речовину як невід'ємну органічну частину планетарного і космічного світу та яка має неентропійну спрямованість еволюції, здоров'я є її найголовнішою якісною, онтологічною властивістю. Дослідниця дає визначення здоров'ю як цілісній інтегральній характеристиці істотного буття людини, яка передбачає її гармонійну взаємодію з природою і Космосом [8].

Філософське осмислення поняття «здоров'я» включає у себе поняття «здоров'я природи»:

- це гармонійна природа, в якій відбувається процес самовідновлення;
- це важливий елемент, який доповнює онтологічний аспект категорії здоров'я;
- це характеристика середовища проживання людини.

Здоров'я людини формувалося і продовжує формуватися під впливом природних екологічних факторів на організм. До навколишнього середовища людина пристосувалася у процесі тривалої еволюції і без нього жити не може, оскільки воно спільне з її внутрішнім середовищем. Життєдіяльність організму перебуває у безперервному динамічному взаємозв'язку з екологічними факторами навколишнього середовища. В умовах коливань зовнішніх і внутрішніх подразників, відносна динамічна рівновага внутрішнього середовища людини підтримується завдяки роботі адаптивних механізмів саморегуляції, наслідком чого є висока працездатність, максимальна тривалість життя, репродуктивна здатність та постійність інших важливих психофізіологічних параметрів.

Здоров'я – це активний процес подолання негативних факторів та пошкоджень, які спричиняються ними і впливу яких завжди піддається будь-яка жива система.

Людина посідає особливе місце у природі:

- частина конкретної екосистеми, з якою пов'язана біологічними каналами;
- формує соціальне та техногенне середовища, які викликають



суперечність між людиною і природою [13].

На сучасному етапі розвитку, в умовах науково-технічного прогресу, набуваючи у взаємозв'язках з іншими елементами природи масштаб геологічної сили, людство стало виступати генератором інтенсивних, часто незворотних змін біосфери. Для задоволення власних потреб людина часто змінює та руйнує природні екосистеми, при цьому в більшості випадків не маючи такої кінцевої мети. Людина продовжує відділяти себе від природи та замикатися в оболонку штучних середовищ, створених нею самою. Усі штучні середовища, у тому числі і соціальні, повинні створюватися з урахуванням екологічних принципів середовищеутворення.

Людство своєю діяльністю сформувало комплекс антропогенних екологічних факторів, що мають *характеристики*:

- нерегулярність дії;
- висока інтенсивність змін;
- непередбаченість наслідків для здоров'я;
- невідповідність здатності організму людини до адаптації;
- необмежений вплив на організм.

У процесі діяльності людини виникла група соціальних факторів, вплив яких на людину має не менше значення, ніж дія природних.

Антропогенні фактори – основні чинники виникнення глобальних екологічних проблем сьогодення:

- демографічного вибуху;
- урбанізації;
- скорочення енергоресурсів;
- зниження продовольчої безпеки;
- дефіциту прісної води;
- коливань клімату;
- руйнації озонового екрана;
- знеліснення територій;
- скорочення біорізноманітності;
- забруднення навколишнього середовища.

Найважливішим *екологічним фактором*, який визначає можливий рівень здоров'я людини і пов'язаний з її господарською діяльністю, стає:

- забруднення середовища як небажана зміна його фізичних, хімічних і біологічних параметрів;



- забруднення атмосфери, водних і земельних ресурсів.

Міграція антропогенних забруднювачів по нерозривних природних міграційних ланцюгах сприяла їх швидкому поширенню в усі компоненти навколишнього середовища, проникненню у внутрішнє (ендоекологічне) середовище людини.

Екологічно оптимальна зона життєдіяльності людини складалася у ході еволюції. Адаптивні можливості людини не можуть змінюватися так само швидко, як оточуюче її середовище. Форсований темп перетворення природи та формування техногенного (матеріально-культурного) середовища, яке відбувається на фоні відносно сповільнених біологічних змін в організмі людини – одна з причин виникнення у неї низки психосоматичних розладів і захворювань [6].

Спираючись на теоретичні положення, необхідно відзначити:

- екологічна зона оптимальної життєдіяльності обмежена;
- для нормальної життєдіяльності людини у зоні екологічного комфорту необхідний вибір постійних констант стану середовища;
- для організму людини, як і будь-якого іншого живого організму, характерна певна консервативність його структур і функцій.

Адаптаційні механізми дозволяють організму людини пристосовуватися до умов середовища, що змінюються, не тільки в нормальних, але і в екстремальних ситуаціях.

Залежно від екологічного стану навколишнього середовища виділяють рівновагу з організмом людини:

- при оптимальній взаємодії людини з навколишнім середовищем здоров'я зберігається в нормі, а середовище оцінюється і сприймається як здорове та комфортне;
- при відхиленні від взаємовідносин із навколишнім середовищем, яке проявляється у формі захворювань, середовище сприймається як дискомфортне;
- якщо ці співвідношення складаються так, що відбувається суттєве незворотне порушення стану здоров'я, то середовище оцінюється як екстремальне.

Абсолютно екстремальним є таке середовище, у якому життя людини стає неможливим без спеціальних систем життєзабезпечення.

Г. Білявський наводить *класифікацію* стану природного середовища та



його впливу на здоров'я населення:

- природний – середовище не має негативного впливу на здоров'я;
- кризовий – показники здоров'я нижчі за норму, але ще не помітно статистично достовірного скорочення тривалості життя;
- критичний – показники здоров'я, як правило, нижчі за норму;
- катастрофічний – показники здоров'я та тривалості життя достовірно нижчі за норму;
- колапс – відбувається розпад екосистем, території стають практично непридатними для життя [8].

Здоров'я людини не еквівалент сучасного йому стану середовища, воно відображає певний тривалий вплив середовища, який мав місце в минулому. Значною мірою здоров'я людини визначається спадковими особливостями людини, які у свою чергу, більше пов'язані зі станом навколишнього середовища в минулому, ніж зі станом сучасним. Різні характеристики здоров'я, у тому числі наявність тих чи інших хвороб, визначаються, дією великого комплексу факторів зовнішнього середовища і факторів внутрішніх, які стосуються самої людини. Одні з них мають випадковий характер, інші – закономірний. Багато факторів, впливаючи на організм, викликають характерний синергічний ефект.

Хвороби людини, викликані антропогенними екологічними факторами, у сучасній медицині виділені в окрему групу та окремі нозологічні одиниці. Незважаючи на різноманітні етіологічні фактори і різноманітність проявів, ці хвороби мають однотипні клінічні, епідеміологічні і патогенетичні риси, географічну залежність, масовість, наявність латентного періоду розвитку, стійкість до лікувальних впливів, поліпшення стану здоров'я людини при усуненні негативної дії того чи іншого екологічного фактора.

ВООЗ запропонувала реєстр, у якому представлені хвороби у порядку зниження їх залежності від екологічних умов:

- онкологічна патологія;
- уроджені аномалії розвитку;
- специфічні і неспецифічні захворювання верхніх дихальних шляхів;
- хвороби шкіри;
- захворювання шлунка і печінки;
- захворювання жовчовивідних протоків;
- захворювання ендокринної, нервової і серцево-судинної систем [8].



Показники динаміки захворюваності, народжуваності, середньої тривалості життя населення та окремих його груп розглядаються як інтегральні медико-екологічні показники екологічного стану навколишнього середовища.

Ідентифіковано нові фактори ризику для здоров'я, котрі були несуттєвими в минулому, наприклад, збільшення темпу і ритму життя при скороченні терміну рекреації, підвищення емоційного навантаження при скороченні частки позитивних емоцій, формалізація міжособистісного спілкування внаслідок комунікативного перенасичення тощо. Зазначені явища стають причинами постійного перенапруження систем організму, передусім найбільш реактивної системи – нервової. Наслідком стає виникнення патологічних психосоматичних станів організму, які стимулюють розвиток захворювань, викликають їх перетворення на хронічні.

Значні ризики для здоров'я містить освітнє середовище, через яке проходить практично кожна людина. Багаточисельні психолого-педагогічні, фізіолого-гігієнічні дослідження свідчать про поглиблення кризи як середньої, так і вищої сучасної освіти, яка виявляється у зниженні ефективності та зростанні здоров'явитратності суб'єктів освітнього процесу. До основних факторів кризи системи освіти належать її неприродовідповідність та порушення коадаптивних зв'язків суб'єкта освіти і освітнього середовища.

Сучасна освіта орієнтована на освітнє середовище як на комплексний фактор розвитку суб'єкта навчання, у той же час як природовідповідне навчання, виховання і розвиток можуть відбуватися тільки в освітньому середовищі, яке розвивається на основі культуротворчості, яка реалізується у режимі взаємного пристосування суб'єкта навчання і освітнього середовища [3].

Урахування взаємозв'язків людини з навколишнім середовищем є природничо-науковим фундаментом обґрунтування валеологічної культури як основи соціально-природної адаптації людини, відновлення і підтримки високої якості навколишнього середовища, збереження і розвитку здорового генофонду нації, духовного удосконалення та переходу до сталого розвитку.

Формування всебічного та змістовного уявлення про валеологічну культуру вимагає також урахування еволюції історичних традицій та стереотипів, генетичного та логічного зв'язку між різними етапами формування культури, освіти та науки.

Історія науки свідчить, що людина та її здоров'я – найбільш складні



об'єкти для вивчення. Розуміння природи людини було актуальним завжди. Сьогодні воно знову привертає увагу у зв'язку із загостренням глобальної екологічної кризи і пошуками шляхів збереження здоров'я та виживання людської цивілізації. Важлива роль тут належить філософії, перед якою висувуються постановочно-інтегративні, критико-методологічні та ціннісно-регулятивні завдання у пізнанні людини і світу, в якому вона живе.

1.2. Витоки ідей формування валеологічної культури

Філософське пізнання людини та формування валеологічної культури почалося ще у стародавні часи на основі різних міфологічних, релігійних і натуралістичних уявлень.

В умовах первісного суспільства людина не відокремлювала себе від природи, наділяла природу таким же життям, яким жила сама. Людина шукала для себе пояснень виникнення природних процесів і явищ природи, намагалася зрозуміти свою природу, першопочатки свого здоров'я і виникнення хвороб. Оскільки емпіричні знання людини в цей час були дуже обмеженими, то вона пояснювала їх існуванням надприродних сил, надавши їм і всім явищам природи й тваринам своїх властивостей.

У первіснообщинному суспільстві виникали перші релігійні вірування: тотемізм, анімізм, магія, шаманізм, які формували в людей переконання у можливості впливу на природу та людей за своїм бажанням, шляхом застосування відповідних засобів та дій. З часом виникли замовляння, примови, заклинання, пізніше молитви. Це були перші кроки до усвідомлення людиною себе, своєї сутності, ролі і взаємозв'язків у навколишньому світі. Так подвійним шляхом – емпіричним, стихійно-матеріалістичним і містично-релігійним спонтанно зароджувалися еколого-валеологічні знання та уявлення.

Гіппократ дав філософське обґрунтування здоров'ю людини та виділив медицину з натурфілософії і дав змогу їй розвиватися як самостійній науці. Гіппократ був прибічником валеологічного напрямку в медицині і вважав, що хворобу легше попередити, ніж усунути страждання хворої людини.

Основою валеологічної системи *Платона* були такі положення. Людиною керує вічний розум засобами трьох душ: розумної, яка вміщується в мозку, тваринної, що мешкає в крові, і рослинної, що знаходиться у печінці. Вони



керують опосередковано за допомогою трьох сил – розумової, рушійної і живлячої, і керують чотирма елементами (вогнь, вода, повітря і земля), що існують в організмі у вигляді щільних частин і рідин (крові, слизу, жовчі). Якщо вони підкоряються душі, то організм здоровий, у протилежному випадку виникає хвороба.

Платон для збереження здоров'я надавав великого значення фізичним вправам і в його педагогічних програмах гармонійного виховання особистості фізична культура посідає особливе місце.

Для філософських праць *Арістотеля* були характерними докази первинності матерії і душі, що існують вічно. Душа, за Арістотелем, породжена рухом матерії, хоча є нематеріальним поняттям. Він стверджував, що душа та тіло складають живу істоту і душа невіддільна від тіла. Арістотель вважав, що людина одночасно має рослинну, тваринну і розумну душу. Кожна душа потребує свого виховання: рослинна – фізичного, тваринна – морального, а розумна – розумового. Ця концепція стала основою теорії педагогіки XVII-XVIII століть про доцільність виховання природних здібностей і нахилів людини. Арістотель висунув багато методичних порад щодо виховання, зокрема духовного і фізичного.

Арістотель уважав, що здоров'я людини визначається способом життя і завдання лікарів – сприяння та навчання здоров'ю здорових і хворих людей. Він уперше помітив, що вплив алкоголю може негативно позначатися на здоров'ї нащадків.

У Стародавньому Римі еколого-валеологічні погляди отримали можливість для широкого розвитку. Захворювання розглядалися не як кара богів та вселення злих духів, а як наслідок матеріальних причин, серед яких – вплив факторів навколишнього середовища. Основою підтримання здоров'я вважалися простота і поміркованість у їжі, необхідність уживання сирих овочів. «Закон дванадцяти таблиць» містить постанови про дотримання санітарно-гігієнічних заходів на державному рівні.

Асклепід навчав того, що тіло людини складається з атомів, між якими є пори, канали. Крізь ці пори відбувається обмін організму з навколишнім середовищем. Атоми утворюються з повітря в легенях та з їжі у шлунку. Засмічення каналів і пор порушує рух і взаємовідношення атомів, що стає причиною виникнення хвороб. Тому Асклепід для підтримання здоров'я рекомендував водні і повітряні процедури, правильне харчування, фізичні



вправи.

Авл Корнелій *Цельс* у своїх працях для збереження здоров'я рекомендує загартовування холодною водою, дотримування особистої гігієни і раціонального харчування.

Клавдій Гален, як і *Арістотель*:

- уважав, що все у природі розумне і все має своє призначення;
- виходив з учення про примат соків тіла і змішування космічних елементів, із яких складається тіло, тобто був прихильником гуморальної теорії і вчення про пневму – частку всесвітньої душі, яка керує життєвими процесами;
- визнавав залежність здоров'я від навколишнього середовища і для його підтримання звертав увагу на дієту, гімнастику, ванни, масаж;
- сформулював поняття третього стану – перехідного між здоров'ям і хворобою, вивчення механізмів якого становить основне завдання сучасної валеології.

Отже, у стародавніх цивілізаціях Індії, Китаю та періоду античності натурфілософія через свій науковий зміст була єдиною філософською і природничо-науковою основою уявлень про природу людини та творчого розвитку перших валеологічних понять. В античний період була вперше поставлена проблема детермінантів здоров'я і найголовніша роль серед них була відведена екологічним факторам навколишнього середовища.

В епоху античності існувало розуміння непрагматичної взаємодії людини зі світом природи: для античної людини природа – це не тільки матеріальна, але й духовна цінність. Природа була для людини ідеалом гармонії і вона намагалася наслідувати ці якості у своєму повсякденному житті. Здоров'я у зв'язку з цим у ті часи розглядалося як гармонія, ідеал краси і високої моральності.

В епоху Середньовіччя на історичній арені з'являються арабські народи, які в наукових працях зберегли і розвинули еколого-валеологічні здобутки античних греків і римлян. Видатний мислитель Сходу *Ібн-Сіна* (Авіценна) пріоритет відновлення і збереження здоров'я вбачав у знаннях природи людини. Він виділяв *три стани організму*:

- здоров'я – усі функції протікають здраво;
- хворобу;
- нездоров'я і нехвороба, як буває з тілом старих і дітей, що одужують.

Найбільшою заслугою *Ібн Сіни* було те, що причинами хвороб він вважав



дію факторів навколишнього середовища:

- шкідливі фактори місцевості, клімату, пору року;
- шкідливі фактори умов побуту, неправильне харчування;
- шкідливі фактори праці – її виснажливий характер;
- схильність до хвороб, залежно від конституції тіла;
- душевні потрясіння [3].

Для відновлення і збереження здоров'я Ібн Сіна акцентував увагу на дієтетиці, гімнастиці, гігієнічних заходах та інших природних оздоровчих методах. Ібн Сіна дав поради щодо забезпечення екологічної оптимальності житла, одягу, харчування окремо для дітей, дорослих і людей похилого віку. Особливого значення у збереженні здоров'я він надавав фізичним вправам, правильному режимові харчування і сну.

У культурі Середньовіччя центром уваги стає людина. Цей період став початком зародження антропоцентризму – центральною проблемою осмислення стає не Бог, а людина. Бог визнається началом усіх речей, але людина є центром усього світу.

Для свідомості людей того періоду ідеологічним стрижнем було християнство, ієрархізована картина світу, яка повністю поставлена під знак Бога. Християнство перевело характер взаємовідносин людини з природою у площину прагматизму. Воно звільнило людину від обов'язку обожнювати природу.

Мислителі Середньовіччя:

- на основі аналізу основних поглядів на здоров'я людини періоду античності дали повне і глибоке його тлумачення;
- розвинули вчення про традиції стану здоров'я;
- визначили необхідність збереження здоров'я;
- було визначено здоров'я як ідеальне функціонування органів.

Чеський педагог-гуманіст *Я. Коменський* єдність зовнішньої і внутрішньої природи людини назвав природовідповідністю, до яких він відносив і освіту. Він перший поклав принцип природовідповідності в основу педагогічного вчення, який означає відповідність форм, методів і засобів навчання і виховання природі вихованців. Його можна вважати основним принципом забезпечення здоров'язбереження в освіті [8].

Говорячи про природовідповідність у «Великій дидактиці», він мав на увазі три її наступних аспекти:



– запозичення педагогом прийомів навчання у самої природи, причому не тільки живої;

– саме у зв'язку з цим він і ввів поняття научіння, розуміючи під ним сукупність найбільш загальних принципів передачі і запозичення досвіду на основі непрямой аналогії, маючи при цьому на увазі не повідомлення освіти, а самостійне оволодіння знаннями;

– орієнтацію на індивідуальні і вікові особливості суб'єктів навчання, при якій загальна освіта і «Велика дидактика» засновуються, з одного боку, на загальних принципах научіння, характерних для всього живого, а з іншого – виділяються спеціальні принципи, які можуть бути використані при научінні спеціальних груп дітей – від тупих (як називав їх Я. Коменський) до здібних і обдарованих, співвідносячи ці принципи з віковими особливостями дітей кожної категорії;

– наступність;

– неперервність освіти.

Я. Коменський виділив п'ять причин неприродовідповідності освіти:

– недоцільна орієнтація навчального процесу освіти в цілому на поверхневі ознаки, властивості явищ реального світу, що утруднює розуміння їх сутності;

– перебільшення ролі емпіричного пізнання і більшої тривалості спостережень за явищами – предметами вивчення, що утруднює процес пізнання;

– величезний обсяг знань, який продовжує зростати, перевантажує і утруднює навчальний процес;

– неефективне використання у навчанні вікових особливостей розвитку учнів, їх схильності до специфічних видів пізнання у різні періоди індивідуального розвитку;

– непропорційність тривалості навчального процесу і обсягу навчального матеріалу, який пропонується для засвоєння, що не сприяє ефективності навчання.

Закони виховання і навчання Я. Коменський відкривав, спостерігаючи не за учнями і вчителями, а за процесом научіння у світі тварин. Спостерігаючи, аналізував і узагальнював. У цьому виявляється сутність природовідповідної освіти, відкритої Я. Коменським: будувати процес навчання і виховання, не експериментуючи над особистістю, а аналізуючи і узагальнюючи спостереження за процесом научіння, знаходячи при цьому загальні



закономірності. Сучасна наука про поведінку – етологія, переконливо підтвердила наукову адекватність методології «Великої дидактики»:

- принципи, правила і закони навчання і виховання повинні не придумуватися і винаходитися, а відкриватися – оскільки відкривається те, що існує, а винаходиться те, чого не існує в природі;

- усе, що штучно вноситься у природу може виявитися протиприродним, неприродовідповідним;

- винахідництво в освіті неприпустиме, бо воно втручається у формування духовного, психічного, фізичного і соціального благополуччя особистості, що перебуває на стадії формування.

Я.Коменський пізнав і творчо осмислив проблему людини та її здоров'я: анатомію і фізіологію, психологію, вплив природних і соціальних чинників, значення раціональної організації навчального процесу, основи харчування, санітарні вимоги до одягу і житла, обладнання навчального закладу, значення гармонійного фізичного розвитку, профілактику захворювань тощо. До питань життя і здоров'я вчений підходив із теолого-філософських позицій, глибоких знань праць богословів, філософів-медиків. Надзвичайно цінними є його поради здорового способу життя майбутній матері, що допомагають народжувати у досконалості розвинутою і здоровою дитину, яку вона носить під серцем.

Уперше Я.Коменський:

- дав визначення поняття «здоровий спосіб життя»;

- визначав провідне завдання вчителя як божественне педагогічне лікування;

- розглядав здоров'я школярів як основу ефективної побудови освітнього процесу у школі;

- є основоположником педагогічної та шкільної гігієни.

Значення принципу природовідповідності у навчанні і вихованні для здоров'я дітей визнавав англійський філософ і педагог *Дж. Локк*. Особливе значення він надавав фізичному розвитку дитини, загартовуванню її організму, гігієні одягу. У харчуванні дитини наголошував на вживанні простих продуктів, обмеженні в раціоні прянощів, цукру та солі.

Прогресивні валеологічні ідеї в епоху Нового часу були висунуті *Френсісом Беконом*:

- вимагав від лікарів іти назустріч природі, бути діяльним і слугувати



здоров'ю людини;

- відстоював профілактику як найбільш прогресивний шлях у медицині і стверджував, що перший обов'язок медицини – збереження здоров'я, другий – лікування хвороб, третій – подовження тривалості життя;

- намагався довести, що основною парадигмою медицини має стати збереження і зміцнення здоров'я;

- вважав, що не існує таких захворювань, які б не можна було попередити відповідним видом фізичних вправ;

- особливу увагу приділяв співвідношенню душі і тіла, їх союзу і взаємозв'язку;

- обґрунтував індукцію як основний метод узагальнення дослідного знання;

- став одним із перших фундаторів методології експериментального природознавства;

- у науці убачав запоруку майбутньої могутності людини.

Під душею він розумів психіко-емоційні можливості людини, межі їх впливу на тіло як на фізичну основу організму. Людству, навчав Бекон, потрібна нова наука. Її об'єкт – природа; її мета – перетворення природи в царство людини, тобто людина має стати володарем сил природи; її засоби – новий метод. За Беконом, бути володарем природи можна, тільки підкоряючись її законам. Удосконалення людини та розширення її влади над природою за допомогою науки впродовж тривалого часу порушило цей принцип, про що свідчать сучасні екологічні проблеми.

Ж. Ламетрі вважав, що першооснова формування людини – природжена конституція тіла та вплив навколишнього середовища.

Важливу роль природним факторам здорового розвитку особистості приділяв видатний філософ-просвітитель *Ж.Ж. Руссо*.

Людина, на думку *П. Гольбаха*, органічно включена у природний світ, її існування підкоряється законам природи, діючому ланцюгу природних причин і наслідків.

У своїй праці «Про людину» *К. Гельвецій*:

- співвідносив знання про природу з людиною;

- розповсюджував системність матеріального світу, що рухається, на людину;

- стояв на позиціях індивідуального підходу, що є одним з найважливіших



педагогічних принципів сучасної системи освіти.

Значну увагу природовідповідності виховання і навчання як основі приділяв видатний педагог *Г. Песталоцці*:

- порушив питання природовідповідності у вихованні здоров'я, оскільки здоров'я створює дитину як неподільне ціле, як дійсно органічну єдність з різнобічними моральними, розумовими та фізичними здібностями;

- літературна і педагогічна спадщина Песталоцці містить теоретичні положення загальної дидактики і опис методик гігієнічного, фізичного та морального виховання молодого покоління;

- для зміцнення здоров'я рекомендував загартовування і з цією метою радив дітям у літній період бігати босоніж, відчувати безпосередній вплив свіжого повітря і сонця;

- розробив методику індустріальної гімнастики (прообраз сучасної фізичної культури);

- уперше використав оригінальний підхід, сутність якого полягала в уважному оцінюванні стану здоров'я дітей і визначенні його динаміки.

Послідовником ідей Песталоцці був німецький педагог-демократ *А. Дістервег* – засновник принципу культуровідповідності в педагогіці [13].

1.3. Становлення валеологічної освіти в Україні

У процесі історичного розвитку в Україні сформувалася певна система збереження і зміцнення здоров'я, яка передавалася від покоління до покоління, змінюючись і вдосконалюючись. Національний ідеал здоров'я формувався через систему обрядів, традицій, повір'їв, легенд, приказок, ігор, свят. Оздоровчий потенціал прадавніх українців полягав у їх тісному зв'язку з природою. Сонце, земля, вода, повітря, дерева були об'єктами релігійного поклоніння. Природу наші пращури знали досконало, намагалися жити в гармонії з нею. Існував річний ритуальний календар, за допомогою якого духовне життя давніх слов'ян синхронізувалося із природно-космічним. Провідне місце у народній системі збереження здоров'я належало культурі руху – фізичним вправам, які були постійними супутниками наших предків. Вершиною українського тіловиховання стала система фізичного виховання запорозьких козаків.



Важливою умовою збереження і зміцнення здоров'я наших пращурів було раціональне і збалансоване харчування. Основними принципами традиційного харчування українців були сезонність і дотримання постів. Простота і різноманітність їжі з високою біологічною цінністю та екологічною безпекою гарантували нашим пращурам високу працездатність та високий рівень здоров'я.

Для загартування організму широко використовувалися оздоровчі сили природи – вода, сонце, ходіння босоніж по світанковій росі, оздоровчі ефекти лазні. Мудрість народу ще з прадавніх часів додала компоненти особистої гігієни у традиції, звичаї та обряди. Народна медицина з метою лікування та профілактики хвороб використовувала цілющі властивості лікарських рослин, різних глин, мінералів тощо. Урахування етнічних уявлень українського народу та історичного досвіду гуманно-етичних зв'язків людини з людиною, людини із суспільством, людини з природою, в основі яких лежить здоров'я, можна віднести до важливих основ саморозкриття і самовдосконалення сучасної людини, формування її валеологічної культури.

Г.Сковорода:

– створив вчення про органічну єдність Великого космосу і мікрокосму (людини). На його думку, увесь світ складається з двох натур: перша – видима, друга – невидима. Видима називається твар, а невидима – бог, де бог ототожнюється з природною необхідністю;

– уважав, що людина – лише маленький світ, у якому діють ті самі закони, що й у макросвіті, але саме через людину великий світ стає більш зрозумілим, оскільки бог, і світ його, і людина його є те єдине;

– Людина складається з двох натур: видимої і невидимої, тілесної і духовної, та перевага належить не тілу, а душі, бо саме через дух, а не через плоть, людина може пізнати себе і світ.

Світ у його концепції не має меж – він нескінченний у просторі і вічний у часі.

Г. Сковорода уважав:

– що духовність людської особистості – це основний об'єкт уваги;

– що людське життя залежить від пізнання духовного світу людини та вироблення морально-етичних засад – добра, правди, честі, справедливості та інших чеснот, які є основоположними для життя і діяльності істинної людини;

– душу головним у людині і тому ставить питання про душевне і тілесне



здоров'я;

– тілесним здоров'ям він називає рівновагу і узгодженість вогню, повітря і землі, а приборкування бунтівних думок забезпечить здоров'я душі і вічність життя;

– основою здоров'я є узгодженість волі і розуму і кожна людина повинна прагнути до цього і в цьому.

– духовно-моральне удосконалення визначає здоров'я як окремої людини, так і суспільства в цілому;

– духовність, як природна сутність людини, здатна врятувати суспільство й особистість від агресивності й жорстокості;

– повинні прагнути до формування милосердя, доброти, розуміння іншої людини, високої моральності, справедливості;

– без душі немає особистості, а без особистості немає життя. Спадщина Г. Сковороди має велике значення для розвитку сучасної валеологічної освіти і виховання.

Значний вплив на формування валеологічних знань мали роботи *М. Ломоносова*. У своєму листі до графа І. Шувалова він описує високу смертність, захворюваність населення і закликає до поліпшення організації системи охорони здоров'я, боротьби зі шкідливими звичками та антигігієнічною поведінкою населення, поліпшення якості підготовки лікарів та вирішення інших гострих проблем. Цей лист можна оцінити як програму реорганізації медичної справи, спрямованої на збереження і поліпшення здоров'я народу.

Більшість наукових робіт та лекцій *С. Зибеліна* були присвячені аспектам здорового способу життя, оздоровчому впливу факторів навколишнього середовища на функціональний стан організму людини, виховання культури здоров'я з раннього віку. С. Зибелін зробив висновок про те, що на низьку тривалість життя та високу смертність людей впливають еколого-гігієнічні та соціально-економічні фактори. Ним були закладені наукові основи профілактики хвороб.

І. Дядьковський:

– розглядав життя людського організму як постійну і безперервну взаємодію його внутрішніх сил із зовнішніми силами навколишньої природи;

– рекомендував лікарям вивчати стан здоров'я людини з урахуванням фізичних, хімічних та біологічних факторів навколишнього середовища;



- вважав, що для розуміння механізму впливу факторів навколишнього середовища на організм людини необхідні знання фізики, хімії, зоології, фізичної географії та інших наук;
- теоретично обґрунтував поняття хвороба, під якою розумів особливу форму життя;
- встановив межі між здоров'ям і хворобою;
- у виникненні і перебігу захворювань надавав великого значення центральній нервовій системі;
- розробив класифікацію хвороб, основа якої стан нервової системи, як найважливішої ланки, що визначає всі органічні процеси.

Антропологічний підхід до виховної системи – провідний в ідеях *К. Ушинського*:

- заклав основи спеціального вивчення людини як вихованця і вихователя з метою узгодження педагогічної теорії з практикою;
- усі знання про людину повинні слугувати фундаментом для педагогіки – про душу, тіло та людське існування у соціумі;
- першим виділив виховання як головний фактор людського розвитку;
- був прибічником збереження і розвитку здоров'я як умови гармонійного розвитку особистості;
- уважав, що між мистецтвом медицини і мистецтвом виховання багато аналогій і пропонував скористатися цими аналогіями, щоб яскравіше показати зв'язок теорії з практикою у справі виховання;
- стояв на позиції, що набуття учителем знань про здоров'я більш важливе, ніж медиками, оскільки якщо медикам ми довіряємо наше здоров'я, то вихователям довіряємо моральність і розум дітей наших, довіряємо їм душу, а разом з тим і майбутність батьківщини;
- започаткував основи оздоровчого харчування школярів, теорії і практики фізичного виховання;
- обґрунтував педагогічні засади виховання санітарно-гігієнічних звичок і навичок.

Видатний педагог, анатом і лікар *П. Лесгафт*:

- збагатив педагогічну науку обґрунтуванням системи фізичної освіти на анатомо-фізіологічних і психологічних засадах;
- висунув дидактичний принцип свідомості;
- пов'язав фізичний розвиток із духовним, розумовим, моральним та



естетичним розвитком;

- показав вплив не тільки фізіологічних процесів на психічні, але й психічних процесів на фізіологічні;

- обґрунтував позитивний вплив на здоров'я молодого організму різних природних факторів – прогулянок на свіжому повітрі, плавання, ходіння босоніж;

- один із фундаторів лікувальної фізкультури.

Відомий філософ і педагог *Г. Спенсер* був глибоко переконаний у тому, що перевантаження навчального процесу – один із найважливіших факторів погіршення фізичного і психічного здоров'я дитини. Оздоровлення системи навчання і виховання вбачав у її відповідності принципам природовідповідності.

Фізіолог Г. Сельє уперше показав, що у відповідь на вплив різних екстремальних екологічних факторів та внаслідок перенапруження у людини виникають неспецифічні реакції, які мають фазовий характер і виявляються роздратованістю, гіперактивністю і ушкодженням різних систем організму: нейроендокринної, імунної, серцево-судинної. Люди з різними типами темпераментів виключно індивідуально піддаються стресу.

Засновник антропософії *Р. Штайнер* сутність людини розглядав як триєдність тіла, душі і духу. Гармонійний тілесно-душевно-духовний розвиток людини забезпечує високий рівень її здоров'я. Учення Р. Штайнера про сутність людини стали фундаментом антропософської медицини, яка розглядає хвороби як наслідок порушення духовно-душевно-тілесної гармонії та розробляє шляхи її відновлення за допомогою спеціальних терапевтичних процедур.

І. Павлов, розвиваючи сеченівське положення про взаємозв'язок організму з навколишнім середовищем, обґрунтував уявлення про людину як цілісну систему, що перебуває у тісному взаємозв'язку із середовищем та існує лише доти, поки зберігається стан цієї рівноваги. Тому всі рефлекси розглядалися ним як реакції постійного пристосування до навколишнього середовища. *І. Павлов* уперше дав визначення норми як фізіологічної міри здоров'я.

Відомий лікар *Ф. Іноземцев*:

- розвивав фізіологічний напрям у клінічній медицині;

- розглядав організм людини як єдине ціле;

- вважав, що порушення здоров'я – наслідок впливу на організм умов



праці, побуту, навколишнього середовища, метеорологічних факторів, яким він надавав великого значення;

- у розвитку хвороби, на його думку, провідну роль відіграє нервова система;

- пропонував конкретні профілактичні заходи, стосовно окремого фактора для підтримання здоров'я та профілактики його порушень;

- уявляв залежність між здоров'ям людини і соціальним середовищем;

- розробив концепцію, у якій наведено характеристики здорового організму та тих систем, які підтримують цей стан.

М. Пирогов:

- був прихильником учення про реальність світового мислення – всесвітнього розуму, вищого начала, яке стоїть над світом і надає йому життя і розумність;

- визнав обмеженість чистої свідомості, відділеної від моральної сфери;

- поряд із пізнанням відводить значне місце вірі, знанням. Ідеал віри має бути вищим будь-якого знання і, крім нього, прагне до пізнання істини;

- запропонував екологізацію сучасної свідомості людей;

- дав визначення формуванню валеологічної культури.

Важливий внесок у розвиток валеологічних понять зробив *І. Мечников*. Проблеми недосконалості організму людини і пошук оптимальних шляхів вирішення такого протиріччя привели автора до формулювання теорії ортобіозу. Її сутність полягає у саморегуляції життя, яке передбачає здоровий спосіб життя, заснований на вивченні людської природи і виявленні засобів усунення дисгармоній. Саморегуляція має бути спрямованою на досягнення тривалої, активної і щасливої старості, яка приводить у завершальному періоді до розвитку почуття насичення життям і бажання смерті, коли людина втомлюється від життя і починає дивитися на смерть, як на повний і необхідний відпочинок. Довголіття як вічна і недосяжна мета людства, Мечниковим розглядається як природне, притаманне людині. Смерть – не мученицьке явище, яке суперечить інстинкту, а природний кінець життя. Згідно з цією оригінальною теорією старість – це хвороба, яка багато в чому залежить від дії несприятливих факторів навколишнього середовища і її можна лікувати. Для цього він рекомендував суворий режим харчування, обмеження м'ясної їжі, виключення збуджуючих та спиртних напоїв і споживання молочнокислих продуктів як антагоністів гнилісної бактеріальної флори кишечника.



Отже, упродовж XVIII-XIX століть природа людини розглядалася з матеріалістичних позицій, біологізаторські тенденції замінювалися уявленнями про біопсихосоціальну унікальність людини. Проблема здоров'я людини посідала важливе місце в наукових дослідженнях і подальше її вивчення відбувалося під впливом законів діалектики. У запропонованих у цей період концепціях здоров'я ставиться акцент на поглибленні вивчення закономірностей функціонування організму людини. Здоров'я було визнане особливим станом і його збереження покладене на медицину [8].

Але нові дані про вплив на організм людини факторів навколишнього середовища, отримані вченими, мало використовувалися для збереження і зміцнення здоров'я в існуючій на той час системі охорони здоров'я, освіти та виховання людини. В екологічній свідомості того періоду взаємодія людини з природою набула прагматичного характеру і стала передумовою формування домінуючої нині антропоцентричної екологічної свідомості.

У фундаментальних педагогічних працях *В. Сухомлинського* із позицій принципу природовідповідності подаються:

- основи раціонального виховання, дотримання режиму праці та відпочинку для попередження перевтоми;
- виділив завдання виховання у школі як пріоритетні: збереження і розвиток здоров'я, фізичний і психічний розвиток, профілактику дитячих неврозів, статеве і моральне виховання. Із вихованням здоров'я, педагог пов'язував інтелектуальний розвиток дитини, її екологічне та громадянське виховання;
- приділяв значення використанню цілющих природних сил для оздоровлення дитини – загартовуванню повітрям і водою, збалансованому за поживністю і калорійністю харчуванню, пиття чистої джерельної води, уживанню багатих на вітаміни овочів і фруктів, меду, лісових плодів, умінню застосовувати при нездужаннях лікарські рослини, обмеження вживання м'яса, рафінованого цукру;
- підкреслював, що виховний зміст людської гармонії полягає в тому, що самопізнання й самовиховання відбувається на широкому тлі загальних закономірностей природи.

Узагальнюючи науково-педагогічну спадщину видатних педагогів, можна зазначати, що вони зробили важливий внесок у розуміння значення освіти і виховання для збереження здоров'я підрастаючого покоління, заклали основи



наукового обґрунтування валеологічної культури як особистісного і педагогічного феномена [13].

У ХХ столітті гігієна отримує статус окремого розділу медичної науки. Її можна вважати одним із наукових фундаментів екології людини та валеології, характер і призначення якого – попередження хвороб шляхом конкретних практичних та організаційних заходів оздоровлення природного, побутового і виробничого середовищ, розробка рекомендацій щодо здоров'язбереження на громадському та індивідуальному рівнях. Із розвитком цивілізації вплив екологічних факторів на здоров'я людини змінювався й змінювалася роль гігієни в їх профілактиці. До першої половини ХХ століття завдяки гігієнічним заходам у більшості країн світу були ліквідовані масові епідемічні захворювання.

Педагогічна наука в цей час спрямовує зусилля на теоретико-методологічне обґрунтування гігієнічного виховання та санітарної просвіти, оволодіння медичними знаннями.

У навчальних програмах вищих педагогічних навчальних закладів того часу велику увагу надавали питанням підготовки майбутнього вчителя до гігієнічного навчання і виховання учнів, формуванню усвідомлених навичок гігієнічної поведінки, культури розумової і фізичної праці. Провідними курсами гігієнічної підготовки студентів-педагогів були «Основи медичних знань», «Фізіологія людини», «Шкільна гігієна». Різні аспекти гігієнічної просвіти при формуванні здорового способу життя учнівської молоді [2].

Проблема санітарно-гігієнічної освіти у навчальних закладах вирішувалася за рахунок викладання медико-біологічних дисциплін. Обмеження годин, відсутність спрямованого санітарно-гігієнічного виховання і умов для самореалізації учасників освітнього процесу не забезпечували формування свідомого ставлення особистості до свого здоров'я, усвідомлення його залежності від екологічного стану навколишнього середовища.

Практика показала, що комплексні санітарно-гігієнічні заходи та санітарно-гігієнічне виховання не змогли розв'язати проблему збереження здоров'я практично здорової людини.

Наприкінці 70-х років ХХ століття в умовах назрівання глобальної екологічної кризи у науково-філософській літературі з'являється термін «екологія», який найбільш адекватно відображає сутність учення про взаємодію людини і суспільства з природою. Педагогічна наука почала розробляти наукові



засади екологічної освіти і виховання, мета яких— створення нових типів поведінки людини у навколишньому середовищі.

У сучасних умовах екологічна освіта залишається одним із пріоритетних напрямів розвитку суспільства. Із 80-тих років минулого століття до навчальних планів усіх факультетів вищих педагогічних навчальних закладів України вводиться окремий курс «Основи екології».

Аналіз літератури свідчить, що у педагогічній науці інтенсивно вирішуються проблеми екологічної освіти і виховання студентської молоді у закладі вищої педагогічної освіти.

Збільшення темпів науково-технічного прогресу чинник не тільки зростаючої трансформації навколишнього середовища, але і зростання ролі екологічних факторів для здоров'я людини. Забруднення навколишнього середовища почало різко змінювати показники патології людини, трансформувати її епідемічні типи у неепідемічні, які характеризуються неінфекційними хворобами з хронічним протіканням. Проблема здоров'я невіддільна від проблем самої людини, вона виникає разом із людиною і видозмінюється з розвитком людської культури. Такий підхід пронизав усі сфери діяльності людини, у тому числі і сам процес санітарно-гігієнічної, природоохоронної та екологічної освіти і виховання.

Становлення валеології, як і будь-якої нової науки, серед уже існуючих і офіційно визнаних наук, супроводжувалося багатьма труднощами і проблемами. Передусім слід визнати, що їх причини можуть мати об'єктивну або суб'єктивну генезу. Суб'єктивні причини формуються культурним рівнем суспільства, панівною ідеологією, кадровим забезпеченням, який безпосередньо реалізує валеологічну освіту на різних її ланках. Об'єктивні причини визначаються закономірностями як процесу впровадження нового, так і об'єктивними законами розвитку суспільства. Аналогічні труднощі виникали і при становленні таких наук, як кібернетика, інформатика, політологія тощо.

Становлення валеологічної освіти в Україні ускладнюється також організаційними та інтелектуальними труднощами. Організаційні труднощі пов'язані зі встановленням взаємозв'язків між структурами, у тому числі й тими, які ще не достатньо сформувалися. Інтелектуальні труднощі виникають унаслідок проблематичного розвитку валеології як інтегрованої науки.

Бурхливий розвиток валеології став основою формування валеологічної культури особистості майбутнього вчителя. Аналіз наукових праць свідчить



про відсутність однозначного підходу до проблеми формування валеологічної культури. Проте різні визначення, класифікації здоров'я, здорового способу життя, культури здоров'я та валеологічної культури в цілому не суперечать одне одному, а навіть взаємодоповнюють, взаємопідсилюють і дозволяють розглядати їх із різних позицій.

Формування нового типу екоцентричної екологічної свідомості означає орієнтованість на екологічну доцільність, відсутність протиставлення людини природі; сприймання природних об'єктів як повноправних суб'єктів, партнерів із взаємодії з людиною; баланс прагматичної і непрагматичної взаємодії з природою; визнання навколишнього середовища першоосновою людського життя і здоров'я.

Сучасна освіта та виховання на всіх етапах становлення особистості повертається до людини. Соціальні перебудови в Україні актуалізували проблему відродження духовності народу. Культура особистості, виступаючи найважливішим показником духовності суспільства, розглядається сьогодні як основний регулятив його життя. Реформування і модернізація системи освіти, її концептуальних, структурних, організаційних основ у контексті соціально-екологічних перетворень, які відбуваються в нашій країні, не мисляться без виховання і розвитку творчої особистості, її валеологічної культури.

Діалектичний зв'язок екологічних і валеологічних проблем викликає логічний процес активної взаємодії двох форм самосвідомості, двох світоглядів - екологічної та валеологічної культури і формування валеологічної культури особистості. Цей процес має базуватися саме на вищезазначених природничо-наукових уявленнях про нерозривність зв'язків людини з навколишнім середовищем, повинен стати результатом не лише системи знань, але й результатом особистісної рефлексивної зрілості. Здоров'я людини і навколишнє середовище невіддільні у своїх виявленнях, оскільки благополуччя людини обумовлене фізичною, духовною і соціальною адаптацією до тих умов, у яких вона живе [2].

Екологічні проблеми становлять частину наших проблем здоров'я, а екологічна освіта – важлива частина навчання здоров'ю. Дві сфери мають виступати як взаємопов'язані елементи навчання і виховання. Тому в педагогічній науці екологія і валеологія обумовлюють загальну проблематику, породжену екологічною кризою, і на її основі педагогіка виробляє конкретний зміст валеологічної освіти.



Аналіз наукових досліджень щодо проблеми формування валеологічної культури майбутнього вчителя свідчить про те, що питання формування екологічної і валеологічної культури розглядаються окремо і мало уваги приділяється взаємозв'язку між ними.

Наведені цифри характеризують наявну ситуацію в теорії і практиці освіти в галузі навколишнього середовища, але не відбивають тих актуальних проблем і завдань, які повинні активізувати увагу до системних досліджень у міждисциплінарній галузі екології і освіти, а також поєднаними з нею науковими дисциплінами, зокрема, валеологією.

І. Зверев як один із перших учених-педагогів запропонував систему провідних ідей екологічної освіти, яка включає в себе взаємозв'язок людини і навколишнього середовища.

І. Пономарьова відзначила також потенційні можливості курсу анатомії, фізіології і гігієни людини для формування екологічних знань про навколишнє середовище, екологічні фактори, що викликають зміни здоров'я людини.

Г. Голобородько наголошує, що повне розуміння поняття здоров'я людини повинно включати уявлення про його комплексну біологічну і соціальну природу, гармонію людини з природою, яка забезпечує широкі можливості максимальної адаптації до мінливих умов внутрішнього і зовнішнього середовища.

С. Горбунова зазначає, що валеологічне мислення витікає з положень антропокосмізму, одне з яких полягає в тому, що вектор здоров'я, запрограмований філогенезом живої речовини, вищим проявом якої є духовно-мисляча людина, органічно пов'язана із Всесвітом єдністю духовно-ментальних (біоінформаційних, семантичних) структур. Ця обставина зумовлює зворотний зв'язок людини із Всесвітом і становлення якісно нового етапу розвитку людства – ноосферного. Домінанта такого розвитку – духовно, душевно, ментально-психічно, фізично, соціально і екологічно здорова людина.

Вивченню біопсихосоціальної сутності людини, збереженню здоров'я в умовах екологічної кризи і формуванню у зв'язку з цим нового світогляду присвячені медико-біологічні, валеофілософські і педагогічні пошуки *Н. Добротіної*.

Формуванням валеологічного світогляду майбутнього вчителя на основі уявлень про біоенергоінформаційну структуру світу і людини пронизані дослідження *М. Гончаренко*:



- ці уявлення дозволяють у новому аспекті розуміти механізми здоров'я;
- визначають принципово нові методи моніторингу, прогнозу і оптимізації дисфункцій організму, коли він ще здоровий, але резерви його систем стали знижуватися без відповідної компенсації, спрямовано керувати процесами лікування, релаксації, реабілітації, регенерації і рекондиції людини;
- цілісний підхід до пізнання людини як біоенергоінформаційної системи.

Такий підхід, на думку М. Гончаренко, основа нової світоглядної парадигми духовної еволюції людини як безальтернативної стратегії виживання цивілізації і збереження здоров'я в умовах катастрофічно наростаючої глобальної екологічної і духовної кризи, умова переходу суспільства на ноосферний рівень розвитку.

У формуванні нового ставлення до свого здоров'я *В. Горащук* наголошує на духовно-фізичній гармонії людини і природи та можливості зміни ціннісних орієнтацій до себе і природи на засадах учення про ноосферу В. Вернадського.

Валеологічна підготовка як частина профільної біологічної освіти в педагогічних коледжах була предметом дисертаційного дослідження *В. Осипової*. Автор зазначає, що зараз одним із пріоритетних завдань сучасної освіти є формування знань з екології людини, які розкривають взаємини людини і навколишнього середовища і валеологічних знань, які сприяють формуванню відповідального ставлення кожної людини до свого здоров'я.

О. М'ягченко і О. Гречишкіна вважають валеологічну освіту і виховання самостійним напрямом сучасної педагогіки, спробували першими обґрунтувати психолого-педагогічні прийоми їх практичного здійснення.

З. Тюмасевій належить низка досліджень, присвячених забезпеченню у вихованні і навчанні природовідповідності, валеологізації освіти, вивченню питань валеологічного виховання як провідного напрямку модернізації сучасної освіти.

Шляхи реалізації принципу природовідповідності у підготовці майбутнього вчителя розглядаються у дослідженні *С. Салімової*:

- з'ясовано, що реалізація принципу природовідповідності у підготовці майбутнього вчителя стає основною умовою успішної професійно-педагогічної підготовки майбутнього вчителя, сприяє саморозвитку, самовихованню студентів;
- зазначала, що підготовка майбутнього вчителя до забезпечення природовідповідності освітнього середовища – важливий елемент формування



його валеологічної культури.

Формування екологічної готовності студентів закладів вищої освіти до створення здоров'язберігаючого освітнього середовища – предмет дослідження *Т. Старикової*.

І. Суравегіна виділяє здоров'я людини як одну з найважливіших екологічних проблем сучасності і наголошує на ролі педагогіки в її вирішенні.

Важливе значення для формування валеологічної культури мають змістовні лінії Концепції неперервного валеологічного виховання і освіти в Україні, кожна з яких відводить екологічним факторам чільне місце у формуванні фізичного, психічного, духовного і соціального здоров'я [8]. Значний інтерес для практики формування валеологічної культури майбутнього вчителя становлять розробки проблем радіоекологічної освіти і виховання – основи стратегії екологобезпечної післячорнобильської поведінки; формування культури харчування в умовах забруднення навколишнього середовища. Певні кроки зроблені у методологічному обґрунтуванні із санітарно-гігієнічних позицій онкоекоекологічної культури.

Концепція навчання екологічному громадському здоров'ю тісно пов'язана з моральним вихованням, заздалегідь визначених цінностях та ідеалах щодо здоров'я людини та середовища її існування і спрямована на практичне вирішення проблем корекції здоров'я не тільки найближчим часом, але і в майбутньому.

Отже, генезис валеологічних уявлень пов'язаний із розвитком самої людини та умов її існування і найбільшого розвитку вони зазнають на сучасному етапі загострення глобальної екологічної кризи.

1.4. Напрями дослідження валеологічної культури майбутнього вчителя

Фундаментальну основу формування валеологічної культури майбутнього вчителя становлять дослідження, що були здійснені у напрямках:

– *біолого-екологічному* – вироблення цілісного підходу до формування здоров'я людини з урахуванням її зв'язків із навколишнім середовищем (М. Амосов, І. Брехман, М. Гончаренко, А. Нагорна, В. Петленко, В. Самохвалов, А. Сердюк та інші), вивчення біоенергоінформаційної структурної організації людини (А. Акімов, Г. Шипов та інші);



– *медичному* – санітарно-гігієнічна просвіта (Г. Голобородько, І. Даценко, Л. Трушкіна та інші), розробка основ безпеки життєдіяльності людини (П. Атаманчук, С. Величко, І. Пістун та інші), обґрунтування здоров'язберігаючої післячорнобильської поведінки (В. Гончаренко, Д. Гродзінський, Г. Мегалінська, та інші), формування культури екологобезпечного харчування (В. Корзун, В. Смоляр, Е. Солошенко, Л. Щелкунов та інші);

психолого-педагогічному – обґрунтування форм і методів екологічної освіти, орієнтованих на розгляд здоров'я людини і навколишнього середовища у нерозривному взаємозв'язку (Н. Абрамова, Л. Білик, Ю. Жданова, С. Шмалей та інші), дослідження різноманітних аспектів створення здоров'язберігаючого освітнього середовища (В. Беспалько, О. Іонова, О. Лукашенко, О. Омельченко, О. Савченко та інші).

Сутність валеологічної культури майбутнього вчителя як компонента його професійно-педагогічної культури, ґрунтується на єдності і взаємозв'язку її екологічного та валеологічного складників. Формування валеологічної культури студентів характеризується як цілеспрямований і керований процес, який розпочинається у закладі вищої освіти і продовжується у подальшій професійній діяльності вчителя.

Валеологічна культура розуміється як система, що має власну структуру і функції. Ці положення впливають із того, що поняття валеологічна культура визначається згідно із соціальним замовленням суспільства – переходом його до сталого розвитку, збереження здоров'я людини і підтримання екологічної рівноваги навколишнього середовища. Основою забезпечення високого рівня валеологічної культури майбутнього вчителя є методолого-теоретичне обґрунтування її сутності та забезпечення процесу її формування в умовах закладу вищої освіти.

Методологічний компонент відображає взаємозв'язок і взаємодію різних підходів загальнонаукової і конкретно-наукової методології до вивчення проблеми формування валеологічної культури майбутнього вчителя:

- *системний підхід*, який передбачає розгляд валеологічної культури як цілісної динамічної системи, системний характер її формування, дослідження особистості як відкритої, цілеспрямованої системи;
- *культурологічний підхід* розкриває зв'язок валеологічної культури із загальнокультурним фоном, сприяє вивченню її властивостей у руслі



- взаємовпливу педагогіки і культури;
- *гуманістичний підхід*, у межах якого людина виступає як неповторна унікальна цілісність, яка має невичерпні можливості особистісно-професійного зростання, розвитку валеологічної культури шляхом творчості;
 - *інтегрований підхід* розглядає валеологічну культуру як інтегровану категорію, що складається зі взаємопов'язаних екологічної і валеологічної складників, сумісне функціонування яких сприяє появі нових властивостей особистості;
 - *компетентнісний підхід* забезпечує усвідомлення валеологічної культури як сукупності валеологічних компетентностей, що зумовлюють готовність майбутнього педагога до професійної діяльності зі збереження здоров'я та навколишнього середовища;
 - *аксіологічний підхід* визначає орієнтацію студентів на обґрунтований вибір загальнолюдських, світоглядних, громадянських, професійно-педагогічних, валеологічних цінностей та їхню зорієнтованість на особистісний рівень;
 - *особистісно-діяльнісний підхід* визначає пріоритетність індивідуально значущої сфери студента, забезпечує суб'єктивну позицію його розвитку через усвідомлення себе як особистості, надає можливість для виявлення і розкриття потенціалу і можливостей майбутнього вчителя у процесі організації валеологічної діяльності [8].

Технологічний компонент передбачає розробку та впровадження технології формування валеологічної культури майбутнього вчителя:

- позитивний вплив розробленого науково-методичного забезпечення на якість професійно-педагогічної підготовки й активізацію процесів особистісно-професійного становлення майбутнього вчителя;
- педагогічні умови, що впливають на ефективність процесу формування валеологічної культури майбутнього вчителя (опора на життєвий і освітній досвід студента та набуття нового досвіду у процесі практичної діяльності, створення сприятливого освітнього середовища, стимулювання студента до самоосвіти).
- модель науково-методичної системи забезпечення формування валеологічної культури, що охоплює теоретико-методичні та змістово-процесуальні засади, відображає єдність теоретичної та прикладної



загальнонаукової, культурологічної, психолого-педагогічної та валеологічної підготовки студентів, зв'язок між структурними компонентами валеологічної культури та технологічними аспектами її формування;

- ефективність технології, етапи якої (підготовчий, стимулювально-пізнавальний, змістово-практичний та аналітико-результативний);
- формування валеологічної культури на засадах суб'єктності, варіативності, інтерактивності й рефлексивності;
- реалізація комплексу засобів (проекування змісту професійно-педагогічної підготовки з урахуванням валеологічного складника, використання комплексу організаційних форм аудиторної (лекції, семінарські і лабораторно-практичні заняття) та позааудиторної (навчально-польові і педагогічні практики, науково-дослідна робота, суспільнокорисна, громадська робота);
- використання методів (монологічні, діалогічно-дискусійні, проблемно-пошукові, евристичні, проектно-дослідні, інформаційно-комунікативні) діяльності студентів, що дозволяє актуалізувати валеологічні цінності, засвоїти валеологічні знання, уміння і навички, розвинути професійно-особистісні якості, набути індивідуально-творчого характеру здійснення валеологічної діяльності;
- позитивний вплив розробленого науково-методичного забезпечення на якість професійно-педагогічної підготовки й активізацію процесів особистісно-професійного становлення майбутнього вчителя;
- педагогічні умови, що впливають на ефективність процесу формування валеологічної культури майбутнього вчителя (опора на життєвий і освітній досвід студента та набуття нового досвіду у процесі практичної діяльності, створення сприятливого освітнього середовища, стимулювання студента до самоосвіти).

1.5. Методологічні підходи до обґрунтування сутності валеологічної культури майбутнього вчителя

Наукове дослідження спирається на певну сукупність теорій, положень, концепцій, які складають його основу. Об'єктивною основою для дослідження



педагогічних процесів і розробки педагогічних ідей є філософія, яка визначає загальні підходи, спрямованість дослідницького пошуку, визначає методи пізнання педагогічних явищ і тому складає методологічну основу педагогіки.

Поняття «методологія» є багатозначним її визначають як:

- сукупність прийомів дослідження;
- учення про методи наукового пізнання і перетворення світу;
- учення про способи отримання і організації знань про світ;
- система теоретичних знань, які виконують роль керівних принципів, знарядь наукового дослідження і конкретних засобів реалізації вимог наукового аналізу;
- учення про вихідні положення, структуру, функції і методи науково-педагогічного дослідження;
- система знань про основи і структуру педагогічної теорії.
- система знань про структуру педагогічної теорії, про принципи підходу і способи добування знань, які відображають педагогічну дійсність, а також системи діяльності щодо отримання таких знань і обґрунтування програм, логіки, методів і оцінки якості науково-дослідної роботи.

Для розкриття сутності цього поняття важливо звернути увагу на те, що методологія педагогіки виконує *функції*:

- виділяє систему діяльності дослідника щодо їх отримання;
- визначає способи отримання наукових знань, які відображають педагогічну дійсність, що постійно змінюється;
- спрямовує і визначає основний шлях досягнення конкретної науково-дослідної мети;
- забезпечує всебічність отримання інформації про процес чи явище, що вивчається;
- допомагає введенню нової інформації у теорію і практику педагогіки;
- забезпечує уточнення, збагачення, систематизацію термінів і понять у педагогічній науці;
- створює систему інформації, яка спирається на об'єктивні факти і логіко-аналітичний інструмент наукового пізнання.

Вищеназвані ознаки поняття «методологія», які визначають її функції у науці, дозволяють зробити висновок про те, що *методологія педагогіки* – це концептуальне викладення мети, змісту, методів дослідження, які забезпечують отримання максимально об'єктивної, точної, систематизованої інформації про



педагогічні процеси і явища.

Розширення досліджень щодо різних проблем обґрунтування сутності професійно-педагогічної культури майбутнього вчителя та окремих її компонентів, зокрема валеологічної культури, визначають потребу уточнення загальних методологічних підходів при плануванні та проведенні педагогічних досліджень у цьому напрямку.

Із наведеного можна зробити висновок про те, що методологія педагогіки – це концептуальне викладення мети, змісту, методів дослідження, які забезпечують отримання максимально об'єктивної, точної, систематизованої інформації про педагогічні процеси і явища.

Методологічні дослідження сутності валеологічної культури передбачають виявлення його закономірностей і тенденцій, умов підвищення ефективності та якості педагогічних досліджень у цьому напрямі, аналіз їх понятійного складу і методів.

Методологічні дослідження, які пов'язані з дескриптивною (описовою) функцією методології, обумовлюють здійснення у дослідженні теоретичного опису процесу формування валеологічної культури.

Реалізація прескриптивної (нормативної) функції методології у дослідженні пов'язана з використанням наявних методологічних знань для обґрунтування програми дослідження й оцінки його якості у ході проведення та по закінченню.

Названі функції обумовлюють виділення теоретичного і нормативного аспектів методології педагогіки. Теоретичний аспект педагогічної методології, пов'язаний з установленням основних педагогічних закономірностей, включає світоглядну функцію (з'ясування і оцінка суспільної значущості, соціальної ролі теорії або теоретичного положення тощо). Під нормативним аспектом методології розуміють як вивчення загальних принципів підходу до різних об'єктів дійсності, до різних класів наукових задач, так і вивчення системи загальних і окремих методів і прийомів наукового дослідження.

Методологічною основою теоретичного обґрунтування сутності валеологічної культури майбутнього вчителя обрано найбільш поширену класифікацію чотирьох рівнів методологічного знання, запропонованих Е. Юдіним: філософський, загальнонауковий, конкретно-науковий і технологічний.

Компонентами рівнів методологічних знань, на думку М. Фіцули, є



загальні закони філософії, зокрема теорії пізнання; закони і закономірності логіки, психології і педагогіки; методи дослідження і вчення класиків педагогіки.

Зміст першого, найвищого філософського рівня передбачає пошук фундаментальних ідей і теоретичних положень, що мають методологічне значення стосовно проблеми обґрунтування сутності валеологічної культури майбутнього вчителя. Філософський рівень методології дослідження включає загальні принципи пізнання і категоріальний склад науки в цілому.

Головними *філософськими основами валеологічної культури* майбутнього вчителя є:

- діалектичний взаємозв'язок, взаємозумовленість і цілісність природи та людини;
- розуміння людини як абсолютної цінності і самоцілі суспільного прогресу;
- уявлення про людину як біопсихосоціальний феномен;
- філософські стратегії оптимізації взаємодії людини і природи (коеволюції, екологічного імперативу, ноосферогенезу тощо).

Загальнонауковий рівень дослідження формування валеологічної культури включає системний, культурологічний, інтегрований, компетентнісний, гуманістичний, аксіологічний і особистісно-діяльнісний підходи. Вибір означених підходів як загальнонаукової і конкретно-наукової методології дозволяють урахувати взаємини людини і середовища, людини і соціуму, міжособистісні зв'язки та здатність людини до розвитку і саморозвитку.

Термін «підхід» у Великому тлумачному словнику сучасної української мови трактується як сукупність способів, прийомів розгляду чого-небудь, впливу на кого-небудь, що-небудь, ставлення до кого-небудь, чого-небудь.

Підхід при обґрунтуванні методологічних основ сутності валеологічної культури дозволяють вибудувати логіку проведення дослідження:

- методологічне забезпечення;
- сформована валеологічна культура майбутнього вчителя;
- стратегія валеологічної діяльності майбутнього вчителя.

Конкретно-науковий рівень методології дослідження сутності валеологічної культури включає сукупність методів і принципів проведення дослідження. Обрані методи дослідження загальноприйняті в педагогічній науці і включають як теоретичні (аналіз і синтез, моделювання, узагальнення



тощо), так і експериментально-емпіричні (спостереження, опитування, тестування, педагогічний експеримент тощо). Обидві групи методів взаємодоповнюють один одного і забезпечують можливість комплексного пізнання предмета дослідження.

При визначенні валеологічної культури майбутнього вчителя можна застосовувати методологічні принципи, які є загальноприйнятими у педагогічних дослідженнях:

- єдності теорії і практики;
- конкретно-історичний підхід до проблеми дослідження;
- усебічності дослідження психолого-педагогічних процесів і явищ;
- об'єктивності психолого-педагогічних явищ;
- єдності історичного і логічного.

Важливу методологічну роль у дослідженні сутності валеологічної культури майбутнього вчителя мають категорії діалектики:

- сутність й явище;
- причина і наслідок;
- необхідність і випадковість;
- можливість і дійсність;
- зміст і форма;
- конкретне і загальне.

Методологія сутності валеологічної культури майбутнього вчителя спирається на сучасну педагогічну концепцію, яка має гуманістичний характер і визначає головну мету освіти виховання – реалізацію і самореалізацію закладеного у людині особистісного потенціалу, а також на концепцію суб'єктно-особистісної зумовленості цілей освіти, ціннісних орієнтацій особистості, єдності розвитку свідомості, діяльності й самосвідомості особистості [8].

Технологічний рівень складають методика і техніка дослідження сутності валеологічної культури майбутнього вчителя, тобто сукупність процедур, які забезпечують отримання достовірного емпіричного матеріалу. На цьому рівні методологічне знання носить чітко виражений нормативний характер.



KAPITEL 2 / CHAPTER 2

VALEOLOGICAL CULTURE AS A COMPONENT OF THE FUTURE
TEACHER'S GENERAL AND PROFESSIONAL PEDAGOGICAL CULTUREВАЛЕОЛОГІЧНА КУЛЬТУРА ЯК СКЛАДОВА ЗАГАЛЬНОЇ І ПРОФЕСІЙНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ
КУЛЬТУРИ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ**2.1. Аналіз загальнонаукових методологічних підходів до обґрунтування сутності валеологічної культури**

Наведемо аналіз загальнонаукових методологічних підходів до обґрунтування сутності валеологічної культури майбутнього вчителя.

Системний підхід. як спосіб наукового пізнання лежить в основі всіх системних досліджень та дозволяє скласти цілісне, інтегроване уявлення про досліджуваний об'єкт. Центральне місце при системному підході посідає певний об'єкт (матеріальний чи ідеальний), який сприймається як деяке системне утворення. Головними його ознаками є те, що він складається з певної кількості частин, між якими існує низка визначених зв'язків і відносин, тобто певна внутрішня організованість.

Валеологічна культура – як різновид професійно-педагогічної і загальнолюдської культури складна, багаторівнева динамічна система, яка здатна до саморозвитку. Системний підхід дозволяє зрозуміти її, з одного боку, як цілісний об'єкт, а з іншого – як об'єкт, що характеризується взаємодією і динамікою перетворення структурних елементів.

Доцільність використання системного підходу у процесі створення науково-методичної системи забезпечення формування валеологічної культури полягає у потребі координації:

- визначення, узгодження, координації і підлеглості всіх складових цієї системи, до яких відносять мету, функції, структуру, методи, результати прогнозованих процесів, критерії ефективності, прогноз розвитку;
- оптимізація валеологічної діяльності з метою забезпечення її ефективності;
- розкриття цілісності людини і навколишнього середовища, виявлення та обґрунтування в них різноманітних зв'язків і зведення їх у єдину картину;



- розгляд механізмів здоров'я людини в їхній узгодженості, виокремлення найбільш суттєвих їхніх ознак і властивостей, зв'язків і відношень, встановлення закономірностей їхнього розвитку;
- формування цілісних валеологічних знань у студентів.

Педагогічна система і науково-методична система забезпечення формування валеологічної культури потребують:

- предметного аналізу, що дозволяє вирішувати питання складових рівнів системи та виявляти взаємозв'язки між ними;
- функціональний аспект дає можливість обґрунтувати доцільність використання одного з найважливіших принципів системного дослідження – в аналізі відштовхуватися не від частин до цілого, а від цілого до частин;
- належність педагогічних систем до соціокультурних вимагає вивчення історичного аспекту.

Дослідження формування валеологічної культури проходить за *етапами*:

- аналіз проблеми та формулювання мети дослідження;
- визначення системи, її різновиду, системостворювального фактора;
- визначення системоутворювальних елементів;
- визначення зв'язків між елементами системи;
- побудова системи та виявлення її поведінки у навколишньому середовищі.

Аналізуючи організацію валеологічної культури як системи професійної підготовки вчителя виділяють її системостворювальні *елементи*:

- валеологічні цінності;
- валеологічні знання і вміння;
- валеологічну діяльність.

Методологія системного підходу, яка вивчає предмети, явища і процеси з позиції їх цілісності, системності, наявності зв'язків, дозволяє вичленити окремі структурно-функціональні компоненти валеологічної культури майбутнього вчителя, виявити їх взаємозв'язок і взаємозалежність та забезпечити процес її формування як цілісної, інтегрованої, відкритої системи.

Культурологічний підхід. полягає у вивченні світу людини у контексті її культурного існування, в аспекті того, чим світ є для людини, яким сенсом він для неї наповнений.

Культурологічний підхід займає провідне місце у дослідженні проблем гуманітарного знання у галузі педагогіки ґрунтується на основних положеннях:



- культура розглядається як природне середовище виховання;
- культура виступає як ціль, засіб і результат виховання;
- культуротвірна функція виховання полягає у створенні культурних цінностей, головною з яких є особистість людини.

Філософською основою цього підходу виступають положення А. Дістервега про культуровідповідність виховання, І. Гербарта про культурну індивідуальність особистості і нації, теорії культури І. Канта і Г. Гегеля, культурологічна концепція М. Бахтіна, яка розглядає культуру як діалог культур. Культурологічний підхід зумовлений об'єктивним зв'язком людини з культурою як системою цінностей. Людина містить у собі частину культури. Вона не тільки розвивається на основі освоєної нею культури, а й додає їй дещо принципово нове, тобто вона стає творцем нових елементів культури. У зв'язку з цим освоєння культури як системи цінностей є, по-перше, розвитком самої людини і, по-друге, становлення її як творчої особистості [10].

Пошуки шляху формування валеологічної культури майбутнього вчителя, адекватних сучасному типу культури, які відповідають новому етапу розвитку цивілізації, складають актуальну проблему сучасної педагогіки. Вирішення зазначених проблем створює необхідність розгляду валеологічної культури як частини загальної і професійно-педагогічної культури майбутнього вчителя, а процесу її формування як культуровідповідної системи, культуротвірного процесу.

Найважливіше завдання формування валеологічної культури – подолання розрізненості двох компонентів культури – природничо-наукової і гуманітарної шляхом інтеграції і взаємозбагачення на основі культурологічного підходу.

Культурологічний підхід:

- вимагає необхідність проектування оптимальної системи педагогічної освіти, що максимально повно відповідає існуючому типу культури та запитам сучасної цивілізації;
- дозволяє розглядати педагогічні явища і педагогічну діяльність як сукупність культурних компонентів з урахуванням культурної ситуації. Педагогічні факти і явища при такому підході розкриваються з урахуванням реальних культурних процесів у минулому, сьогоденні та майбутньому;
- феномен культури є стрижнем розуміння людини, її свідомості і життєдіяльності, культуро творчості, гуманістична позиція, що визнає людину суб'єктом культури, її головною діючою особою.



Згідно з культурологічним підходом педагогічна діяльність має сприяти створенню оптимальних умов засвоєння загальнолюдської і національної культури, усвідомленню і самореалізації особистістю своїх культурних потреб, інтересів і здібностей. Освітнє середовище має стати культурно-освітнім, де здійснюється культурний розвиток особистості, набування нею досвіду культурної поведінки, надання їй педагогічної допомоги і підтримки у культурній самоідентифікації і самореалізації творчого потенціалу.

Культурологічне становлення особистості відбувається у процесі педагогічного впливу, яке здійснюється вчителями. Чим вищою буде загальна і професійно-педагогічна культура вчителя, тим вищим буде рівень розвитку загальної культури особистості, яку він виховує. У цьому явищі полягає найважливіший аспект взаємовпливу процесів формування загальної і професійно-педагогічної культури майбутнього вчителя.

Формування валеологічної культури як компонента професійно-педагогічної культури виступає фактором, що впливає на процес формування загальної культури майбутнього вчителя, є однією з інтегрованих характеристик педагогічного процесу в єдності його аксіологічної і гуманістичної спрямованості.

Інтегрований підхід. пов'язаний із системним підходом. Інтеграція (від лат. *integration* – поповнення, відновлення) – процес розвитку, об'єднання у ціле розрізнених частин і елементів. У процесі інтеграції в системі збільшується об'єм та інтенсивність взаємозв'язків між елементами. Інтеграція – це не тільки підсилення зв'язків, але і зміна вихідних елементів [17].

Інтеграція докорінно змінює зміст і структуру сучасного наукового знання, інтелектуально-концептуальні можливості окремих наук. Вона - найважливіший засіб досягнення єдності знання у змістовному, структурному, логіко-гносеологічному, науково-організаційному, лінгвістико-семантичному, методологічному і педагогічному аспектах.

Одним із соціальних наслідків науково-технічного розвитку стає проблема збереження і розвитку здоров'я людини. У зв'язку з цим перед сучасною наукою постає соціальне замовлення суспільства, яке полягає у виявленні специфічних закономірностей взаємодії людини з навколишнім середовищем, обґрунтуванні такої стратегії поведінки людини, яка б сприяла збереженню і розвитку здоров'я людини, підтриманню високої якості навколишнього середовища та забезпеченню гармонії між ними.



На межі XX і XXI століть були досягнуті значні успіхи у науках про людину: генетиці, антропології, фізіології, психології, педагогії тощо. Отримані дані мають забезпечити новий етап у сучасній науці, які обумовлюють якісно нові уявлення про екологічно безпечну взаємодію людини і природи для вирішення проблем збереження здоров'я і стабілізації екологічної рівноваги середовища існування людини.

Основна мета інтеграції наук про людину з іншими науками – розробка науково обґрунтованих підходів оцінки ефективності народногосподарських рішень, розвитку науково-технічного прогресу, впровадження нових виробництв та технологій за критерієм здоров'я людини та неруйнівного впливу на навколишнє середовище.

Інтегрований підхід до проблем збереження здоров'я та поліпшення екологічної ситуації передбачає мобілізацію освіти на її вирішення.

Педагогічну інтеграцію розглядають як найвищу форму єдності цілей, принципів, змісту освіти і як створення укрупнених педагогічних одиниць на основі взаємозв'язку навчальних дисциплін. Процес інтеграції навчальних дисциплін – не процес сумування, а їх об'єднання на основі взаємозв'язку, взаємодоповнення, взаємопроникнення методів, понять, теорій, що входять до вказаних дисциплін. Упровадження у навчальний процес інтегрованих дисциплін забезпечує важливу якість освіти – продуктивність. Сучасні інтеграційні тенденції дидактики виявляються у тому, що для опису процесу навчання дослідники стали використовувати не тільки висновки філософії, психології, вікової фізіології, логіки тощо, але поняття і закономірності таких наук, як системологія, кібернетика, соціологія, соціальна психологія.

А. Єрьомкін на основі аналізу специфіки інтегрованого навчання виділив основні його функції:

- діалектичну;
- логічну;
- психологічну.

Основою інтеграції екологічної і валеологічної культури вважають діалектико-матеріалістичне світорозуміння, яке передбачає визнання загальноісторичної та біологічної єдності людини і природи.

Інтегрований підхід забезпечить:

- цілісність формування валеологічної культури;
- системність та узагальненість валеологічних знань і вмінь;



- світоглядну спрямованість інтересів майбутніх учителів щодо збереження природи та власного здоров'я;
- цілісний валеологічний світогляд для самостійного і творчого розв'язання валеологічних завдань у педагогічній діяльності.

Інтегрований підхід до розуміння сутності та формування валеологічної культури реалізується на основі інтегруючих методологічних принципів:

- інтегруючої ролі концепції здоров'я у процесі формування екологічної культури;
- інтегруючої ролі сталого розвитку;
- відповідності структури валеологічної культури структурі і об'єкту валеологічного знання;
- інтегруючої ролі екології в організації освітнього процесу;
- неперервності валеологічної освіти;
- інтеграції у міжнародну систему освіти для сталого розвитку [10].

Отже, інтегрований підхід дозволяє розглядати валеологічну культуру майбутнього вчителя як інтегровану категорію, цілісне утворення, що складається із взаємопов'язаних компонентів, функціонування яких приводить до появи нових якостей студентів, валеологічних цінностей, знань і вмінь, навичок валеологічної діяльності, усвідомлення норм валеологічної поведінки тощо. Одночасно, при використанні інтегрованого підходу кожен компонент еколого-валеологічної культури розглядається як цілісне утворення.

Компетентнісний підхід полягає у зміщенні акценту з накопичування нормативно-визначених знань, умінь і навичок до розвитку у студентів здатності практично діяти, застосовувати індивідуальні техніки і досвід успішних дій у ситуаціях професійної діяльності та соціальної практики. Реалізація компетентнісного підходу передбачає осмислення загальних цілей освіти за умов її варіативності, необхідність змін у підходах і механізмах змісту та стандартах освіти.

Компетентнісний підхід в освіті значно ширший, ніж підхід з позицій предметних знань, умінь, навичок і включає в себе широкі гуманістичні, морально-етичні, культурні, естетичні, мотиваційні та інші компоненти, націлені на творчість, дію, виконання, практичний результат.

Компетентність – індивідуальна характеристика людини, яка визначається поєднанням психічних якостей, психічного стану, що дозволяє діяти самостійно й відповідально, як володіння людиною здатністю та вмінням виконувати певні



трудо́ві функції. Оцінювання чи вимірювання кінцевого результату праці – єдиний науковий спосіб міркування про компетентність. Компетентність у визначеній галузі – це поєднання відповідних знань, досвіду і здібностей, що дають змогу обґрунтовано міркувати про цю сферу й ефективно діяти у ній.

Поняття компетентності ширше, ніж поняття знання, уміння, навички; воно містить їх у собі; поняття компетентності включає не тільки когнітивну й операціонально-технологічну складові, а й мотиваційну, етичну, соціальну і поведінкову. У зв'язку з цим реалізація компетентнісного підходу залежить від усієї у цілому освітньо-культурної ситуації. Щодо кожної ситуації компетентності можна виділяти різні рівні її освоєння.

Система компетентностей в освіті має ієрархічну структуру, *рівні* якої складають:

- *ключові компетентності* – здатність людини здійснювати складні поліфункціональні, поліпредметні та культуровідповідні види діяльності, ефективно розв'язуючи актуальні індивідуальні та соціальні проблеми;

- *загальногалузеві компетентності* – компетентності, які формуються особистістю упродовж засвоєння змісту тієї чи іншої освітньої галузі, а також уміння застосовувати їх на практиці для розв'язання індивідуальних та соціальних проблем;

- *предметні компетентності* – складова загальногалузових компетентностей, яка стосується конкретного предмета.

Ключові компетентності включають:

- навчальну компетентність;
- культурну компетентність;
- громадянську компетентність;
- соціальну компетентність;
- підприємницьку компетентність.

Усі ключові компетентності мають характерні *ознаки*:

- багатофункціональність;
- надпредметність;
- міждисциплінарність;
- інтелектуальний розвиток.

Із розвитком компетентнісного підходу зростає закономірний інтерес дослідників до проблеми професійно-педагогічної компетентності майбутнього вчителя (Б. Гершунський, В. Гриньова, М. Гриньова, В. Сластьонін та ін.).



Педагогічна компетентність у дослідженні А. Маркової, ототожнюється з педагогічним професіоналізмом. Дослідниця стверджує, що професійна компетентність учителя – інтегроване утворення на засадах теоретичних знань, практичних умінь, значущих особистісних якостей та досвіду, що зумовлюють готовність учителя до виконання педагогічної діяльності та забезпечують високий рівень її самоорганізації. Професійна компетентність учителя не має вузько професійних меж, оскільки від нього вимагається постійне осмислення розмаїття соціальних, психологічних, педагогічних та інших проблем, які пов'язані з освітою.

Професійно-педагогічна компетентність охоплює всі сфери особистості та є провідною метою, до оволодіння якою повинен прагнути вчитель у процесі свого професійного становлення. Л. Карпова виділяє три сфери професійно-педагогічної компетентності вчителя: мотиваційну сферу, операційно-технологічну сферу та сферу саморегуляції та обґрунтовує ключові компетентності, які забезпечують сформованість кожної сфери.

Результатом сформованості професійно-педагогічної компетентності є готовність учителя до інноваційної діяльності, розвинений індивідуальний стиль діяльності та досконалий рівень розвитку професійно-педагогічної культури.

Серед ключових компетентностей операційно-технологічної сфери Л. Карпова окремо виділяє екологічну і валеологічну компетентності.

Формування валеологічної культури вимагає проектування освітньої діяльності процесу формування індивідуального становлення та розвитку валеологічних компетентностей у майбутнього вчителя. Валеологічні компетентності відносять до ключових компетентностей. Будь-які ключові компетентності формуються на основі предметних та загальнопредметних компетентностей. Процес інтеграції, взаємодії, доповнення одних компетентностей іншими створюють загальнопредметні компетентності, які є базовою основою для формування цілісної системи ключових компетентностей.

Процес інтеграції, проявляється у послідовності:

- набуття психолого-педагогічних та валеологічних знань і вмінь у межах окремих навчальних дисциплін;
- встановлення взаємозв'язків між окремими темами кожної дисципліни;
- взаємозв'язок валеологічних знань і вмінь з різних дисциплін;



- взаємозв'язок валеологічних знань із реальними проблемами навколишнього середовища і пов'язаних із ними проблемами здоров'я;
- структурування та систематизація інтегрованих знань і вмінь.

Валеологічні компетентності – це сукупність взаємопов'язаних смислових орієнтацій особистості, її знань, способів діяльності стосовно збереження, відновлення і розвитку власного здоров'я та навколишнього середовища в умовах напруження екологічної ситуації.

У майбутнього вчителя повинні бути сформовані компетентності:

- системні знання про цілісність людини і середовища, синергетичні принципи побудови світу;
- технологічну діяльність людини та її вплив на протікання екологічних процесів у середовищі існування;
- поняття про здоров'я людини як критерій якості навколишнього середовища;
- сучасні стратегії подолання екологічної кризи та місце у них духовних цінностей;
- система валеологічних цінностей;
- яскраво виражені психологічні механізми сприймання природних об'єктів у процесі взаємодії з ними – емпатія, ідентифікація, суб'єктифікація;
- екоцентрична спрямованість взаємодії з навколишнім світом;
- позитивна мотивація на збереження середовища існування та власного здоров'я; уміння і навички практичної валеологічної діяльності.

Валеологічна компетентність майбутнього вчителя – це особливий тип організації набутих валеологічних компетентностей, які необхідні для професійної діяльності. Валеологічна компетентність включає у себе багато складових, а саме: знання, пізнавальні та практичні навички, стосунки, емоційне ставлення, систему цінностей, етику, мотивацію.

Ключові компетентності можливо сформувати тільки на основі предметних. Вони повинні містити не лише пізнавальну і операційну складові, але й мотиваційну та соціальну. У професійно-педагогічній підготовці повинна враховуватися професіоналізація валеологічних знань та вмінь, тобто вони повинні бути підпорядковані головному напрямку – формуванню полікультурної компетентності майбутнього вчителя.

Гуманістичний підхід передбачає системне використання даних усіх наук



про людину як інтегровану цілісність і має забезпечити врахування в освітній практиці суб'єктивності та автономії індивіда – учасника життєдіяльності, цілісності взаємодії цього індивіда з оточенням і широкого контексту пов'язаних із цим явищ.

Перші системні дослідження природи людини з позицій освіти вивчав Я. Коменський. Йому належить гуманістичне обґрунтування ефективності педагогіки за умови її природовідповідності.

Гуманістичний підхід до виховної системи є провідним в ідеях К. Ушинського. Вихід у світ його праці «Людина як предмет виховання» був однією з надзвичайних подій, якими ознаменувалася історія психолого-педагогічної думки XIX століття, передбачала охопити всі основні проблеми фізичної та психічної природи людини та її виховання [22].

К. Ушинський уважав, що всі знання про людину повинні слугувати фундаментом для педагогіки – про душу, про тіло, про людське існування у соціумі.

Важливе значення для розвитку педагогічної антропології мало обґрунтування Р. Штайнером антропософії як нового напрямку духовнонаукового людинознавства. Антропософія стала фундаментом вальдорфської педагогіки, відомої як Штайнер-педагогіка. У центрі уваги педагогічної антропософії Р. Штайнера – вільне виховання особистості, цілісний розвиток її фізично-духовно-душевної сутності, урахування вікових та індивідуальних особливостей. Такий підхід дозволяє дати відповіді на запити та задовольнити потреби особистості, яка знаходиться на певному етапі розвитку та забезпечити високий рівень її духовно-душевно-тілесного здоров'я.

Державною національною програмою «Освіта» (Україна – XXI століття) гуманізація визначена пріоритетним напрямом, базовим принципом реформування освіти в Україні. Принцип гуманізації освіти спрямований на утвердження людини як найвищої соціальної цінності у найповнішому розкритті її здібностей та задоволенні різноманітних освітніх потреб, забезпеченні пріоритетності загальнолюдських цінностей, гармонії стосунків людини і навколишнього середовища, суспільства і природи.

Гуманістичний підхід:

- дає змогу проаналізувати сучасну епоху;
- підкреслює, що людина як біопсихосоціальна істота не може взаємодіяти з природою та суспільством поза певними нормами, цінностями, традиціями,



правилами, не розвивається поза культурою;

– аналізує еволюцію взаємодії людини, природи, суспільства в історичному, соціальному і біологічному контексті.

Системна ознака гуманістичного підходу – культура, як сукупність результатів діяльності людства загалом та кожної людини зокрема. Базисні одиниці культури – матеріальні і нематеріальні – і є результатами виховання та навчання особистості.

Сучасна освіта характеризується відчуженням від природи, культури, соціуму, від самої себе та майбутнього. Таке становище освіти потребує зміни освітньо-виховної парадигми, пошуку нових підходів до її реформування.

Дослідження людини – одна з основних потреб сьогодення. Саме соціальна практика сучасного світу примушує усвідомити те, що в основі всіх його труднощів і суперечностей знаходиться саме людина. Виключно соціологічний підхід в освіті витіснив гуманістичну проблематику. Зараз поступово відбувається зміщення спрямованості педагогічного ідеалу від соціально зорієнтованої мети виховання і освіти до особистісно зорієнтованої, що дозволяє перенести акцент із підготовки служінню суспільству на формування у підростаючих поколінь відповідальності за долю суспільства. Це потребує вирішення комплексу проблем, пов'язаних із визнанням самоцінності особистості, формування її самосвідомості, створення умов для її самореалізації.

Взаємозалежність освітньої та соціально-економічної систем спонукає по-новому визначити освітні функції як креативні та гуманістичні, що дають змогу готувати молодь до зміни існуючої дійсності і створення кращої, яка втілювала б у собі гуманістичні цінності. За такої освітньої парадигми основним завданням є формування Людини гуманної, здатної сприймати реальність не лише розумом, а й серцем, відтворювати рівновагу з навколишнім середовищем та власну залежність від Всесвіту.

Перед вищою педагогічною школою стоїть завдання формування учителя з таким рівнем професійно-педагогічної культури, коли вся його діяльність спрямовується набутими в процесі підготовки філософсько-світоглядними настановами при вивченні різних дисциплін. Значний ресурс методологічно ефективних настанов відкриває використання гуманістичного підходу.

Гуманістичний підхід:

– визначає стратегічне значення формування валеологічної культури



майбутнього вчителя;

- ставить у центр гуманізації освіти здоров'я людини як її природну ознаку, найвищу індивідуальну і соціальну цінність;

- передбачає перебудову змісту і методів навчання та виховання з орієнтацією на людину як цілісність біологічного, соціального та духовного, орієнтацію освіти на принципи природовідповідності, культуровідповідності, гуманізму, здоров'язбереження;

- сприяє глибокому пізнанню і новому осмисленню біопсихосоціального феномена людини та його соціоприродних вимірів;

- передбачає усвідомлення студентом у процесі формування валеологічної культури того, що людство стоїть на порозі трансформації еволюційних механізмів розвитку, коли сама людина свідомо визначає напрям своєї еволюції;

- сприяє формуванню адекватного світосприймання сучасної людини, продуктивному переосмисленню місця людини у природі та відповідальності за свої дії;

- потребує якомога повнішого врахування здобутків екологічної, валеологічної, філософської, психологічної та педагогічної наук [22].

Формування валеологічної культури – одна з умов приведення штучно створених людиною середовищ до гармонії з природними законами і біосферними процесами, забезпечення ноосферного розвитку як коеволюції природного і штучного, Природи і Розуму. Відома істина «людина як міра всіх речей» дає розвиток, наближає гуманістичну сутність освіти, суспільної свідомості нового покоління людей. Валеологічну культуру з гуманістичних позицій можна вважати одним із вимірів Людини гуманної.

Аксіологічний підхід не тільки проголошує людину як найвищу цінність суспільства і самоціль суспільного розвитку, але і дозволяє вивчати явища з точки зору закладених у них можливостей задоволення потреб людини. Саме ця обставина обумовила його вибір як методологічної основи дослідження процесу формування еколого-валеологічної культури.

Розкриває сутність аксіологічного підходу діалектико-матеріаластична аксіологія. Її концептуальний апарат включає в себе поняття «цінність», аксіологічну характеристику індивіда, загальні аксіологічні категорії (значення, смисл, оцінка, потреба, мотивація, ціль, ціннісні орієнтації).

Людина завжди діє у рамках загальнолюдських цінностей, будучи



одночасно об'єктом культурних впливів і суб'єктом, творцем цінностей. Основна цінність культури пов'язана з її гуманістичним призначенням, розвитком і духовним збагаченням особистості.

Цінності – це сукупність реальних предметів і абстрактних ідей, які мають високу значущість для суспільства чи окремої особистості. Пізнання сутності цінностей як системостворювального компонента культури допомагає розкрити смисл цієї категорії для аналізу педагогічної реальності, завдань освіти.

Аксіологічний підхід дозволяє розглядати освіту як соціально-педагогічний феномен, що знаходить своє відображення в основних його ідеях: універсальність і фундаментальність гуманістичних цінностей, єдність цілей і засобів, пріоритет ідеї свободи.

Виходячи з аксіологічних ідей, можна виділити *культурно-гуманістичні функції освіти*:

- розвиток духовних сил, здібностей та умінь, які дозволяють людині долати життєві труднощі;
- формування характеру і моральної відповідальності в ситуаціях адаптації до соціального і природного середовища;
- забезпечення можливостей для особистісного і професійного росту і здійснення самореалізації;
- оволодіння засобами для досягнення свободи, особистої автономії, щастя і здоров'я;
- створення умов для саморозвитку творчої індивідуальності особистості і розкриття її духовних потенцій.

У структурі ціннісних імперативів змісту сучасної освіти, поряд із завданнями освоєння накопиченої суспільством культури, особливе місце посідає формування ціннісного ставлення до природного і соціального середовища, власного здоров'я, зміна творчого потенціалу людини, розвиток її здібностей перетворювати існуючу дійсність. У зв'язку з цим аксіологічний підхід передбачає розвиток валеологічної культури особистості вчителя, зміст якої можна розглядати як діалектичну інтегровану єдність духовних, екологічних і валеологічних цінностей.

Сукупність валеологічних цінностей як норм, що регламентують діяльність майбутнього вчителя, носить цілісний характер і виступає пізнавально-діючою системою. Вона слугує проміжною ланкою між усталеним суспільним світоглядом на проблеми навчання і виховання і спрямованістю валеологічної



культури та її практичною діяльністю.

Теоретичному обґрунтуванню здоров'я людини як найвищої і абсолютної цінності людини з філософських і педагогічних позицій присвячена низка робіт таких авторів: В. Оржеховська, М. Панкратов, І. Поташнюк та ін.

Суб'єктом цінностей і ціннісного ставлення є природа як середовище існування, біологічна основа здоров'я, джерело задоволення матеріальних і духовних потреб, естетичного задоволення, об'єкт пізнання, засіб навчання, виховання і розвитку людини.

Цінності природи – суб'єктивна оцінка її значення, яка мотивує поведінку людини. Їх поділяють на дві основні групи: зовнішні і внутрішні. У свою чергу зовнішні цінності поділяють на матеріальні і нематеріальні. Нематеріальні цінності, звичайно вищі за цінності економічні.

Духовні, гуманістичні цінності – системостворювальне ядро цілісності людини, її еволюції з природою та переходу до ноосфери як нового етапу розвитку біосфери. Це положення збігається з уявленням про людину як центральний елемент усього еволюційного процесу життя на Землі. Людина як результат попереднього еволюційного розвитку, адаптується до теперішніх реалій оточуючого її соціального й екологічного середовища, але в сучасних умовах саме людина несе відповідальність за благополуччя і здійснення цілісного єдиного процесу еволюції на Землі. Вирішальним механізмом здійснення цієї дійсно космопланетарної функції виступає саме свобода особистого вибору найвищих духовних цінностей та творчої позиції природо – і здоров'язберігаючої діяльності.

Антропогенні зміни екологічної ситуації та озброєння людини новітніми засобами впливу на природу і саму себе вимагає світоглядної переорієнтації суспільства з технократичних на гуманістичні цінності, де природа і здоров'я займають одну з провідних позицій.

Ціннісне ставлення до здоров'я раніше розроблялося з позицій загальної філософсько-світоглядної проблеми і тому у нових історичних і соціально-екологічних умовах здоров'я як індивідуальна і соціальна цінність потребує нового осмислення, а також визначення ролі освіти в процесі формування ціннісного ставлення до свого здоров'я. Ураховуючи те, що здоров'я визначається екологічним станом навколишнього середовища, то валеологічна культура – зміст і спосіб усвідомлення дійсності. Формування валеологічної культури майбутнього вчителя пов'язане з виробленням його життєвих позицій,



ціннісних орієнтацій, переконань, ідеалів, норм еколого-безпечної для власного здоров'я і неруйнівної для навколишнього середовища життєдіяльності.

До валеологічних цінностей можна також віднести зміст валеологічної діяльності і обумовлені ним можливості самореалізації особистості; суспільну оцінку валеологічної діяльності людини залежно від її користі для суспільства тощо.

Валеологічні цінності об'єктивні, формуються історично у ході розвитку суспільства, освіти, вищої школи і фіксуються у педагогічній науці. У процесі професійно-педагогічної підготовки вчитель оволодіває валеологічними цінностями, суб'єктивує їх. Рівень суб'єктивації валеологічних цінностей – показник особистісно-професійного розвитку вчителя, його валеологічної культури як ступеня реалізації ідеально-ціннісного, трансформації потенційного в актуальне.

Створення класифікації валеологічних цінностей має важливе значення їх усвідомлення учителем на етапі його професійного становлення. Валеологічні цінності виступають відносно сталими орієнтирами, за якими педагоги співвідносять своє життя і педагогічну діяльність [22].

Особистісно-діяльнісний підхід має значний вклад на ефективність процесу формування валеологічної культури майбутнього вчителя, використання особистісно-діялісного підходу.

Так, будь-який істотний результат педагогічної діяльності певним чином впливає на розвиток професійно-педагогічної культури вчителя. У процесі педагогічної діяльності оновлюються цінності, удосконалюються взірці культури, змінюються їх якісні і кількісні характеристики. Оволодіння майбутнім учителем системою способів і прийомів технології педагогічної діяльності – один із показників сформованості професійно-педагогічної культури.

Наголошуючи на провідній ролі діяльності у житті людської істоти, М. Каган писав, що її буттям як раз і є діяльність, бо саме в ній поєднуються воедино природне, соціальне й культурне – три іпостасі людини як унікальної істоти. Отже, з одного боку, характер діяльності значною мірою визначає особистісний зріст людини, а з іншого, - особистість виступає суб'єктом діяльності. Тому можна сказати, що обидва підходи – діяльнісний і особистісний – тісно взаємопов'язані між собою і взаємообумовлюють один одного.



Людина як суб'єкт діяльності планує, організовує, спрямовує, коригує її. Одночасно діяльність формує людину як свій суб'єкт, особистість.

У структурі діяльності визначають три основних елементи: суб'єкт, об'єкт і активність суб'єкта. Суб'єктом діяльності є її виконавець: окрема особа, група людей, велика спільнота людей. Об'єктом діяльності виступають явища, предмети зовнішнього світу, матеріальної дійсності, що існують незалежно від свідомості людини і на які спрямовується конкретний вид діяльності. Активність суб'єкта виявляється в тому чи іншому способі оволодіння суб'єктом та об'єктом. Іноді до зазначених елементів додають четвертий елемент – знаряддя і засоби діяльності, які становлять складну й розгалужену систему штучних органів суспільної людини, за допомогою яких вона здійснює необхідні перетворення предметів діяльності.

В умовах переходу від знаннєвої парадигми побудови педагогічного процесу до особистісно-зорієнтованої освіти центром стає особистість, її індивідуальні потреби і прагнення. У зоні первинної уваги знаходиться діяльність студента, його внутрішній розвиток. Навчальний матеріал стає не предметом засвоєння, а зовнішньою складовою освіти, освітнім середовищем для самостійної діяльності студента. Відбувається зміна традиційного смислу змісту освіти і про нього можна говорити як про діяльнісний зміст освіти.

До основних характеристик *особистісно-діялісного підходу* належать:

- пріоритетність особистісно-сислової сфери студента;
- включення особистісного досвіду студента в педагогічний процес;
- культивування досвіду студента, що сприяє розвитку його як індивідуальності;
- визнання цінності спільного досвіду, цінності взаємодії викладача і студента;
- побудова навчально-виховного процесу на основі врахування психолого-фізіологічних особливостей студентів;
- переорієнтація педагогічного процесу на формулювання і розв'язання самими студентами конкретних освітніх завдань;
- зміна позиції викладача-інформатора на позицію координатора.

Існуючи об'єктивно і маючи відносну автономність, валеологічна культура функціонує через суб'єктивний світ окремого майбутнього вчителя, простір якого складає образ світу як образ педагогічної діяльності. Валеологічна, як і культура взагалі, суто індивідуальна, вона виключно виявляється у своїх носіях.



Узагальнюючи підходи вчених у руслі розуміння культури, можна констатувати два моменти у валеологічній культурі.

По-перше, проблема валеологічної культури – це проблема взаємодії людей, при якій відбувається її формування.

По-друге, валеологічна культура має особистісно-творчу природу. Актуалізація валеологічної культури відбувається в умовах соціальної взаємодії, оскільки за інших умов вона виступає лише потенційною можливістю культурної діяльності (І. Глинянов). Фіксує результати суспільної практики людей, валеологічна культура відбиває результати людського розвитку. Цей підхід відкриває широкі можливості в дослідженні проблеми формування особистості, взаємодії культури і творчості, розвитку індивідуального стилю професійно-педагогічної діяльності тощо. При цьому важливо відмітити, що процес творчого розвитку особистості, як процес формування валеологічної культури, обумовлений не зусиллями окремих інтелектуальних груп суспільства, а власною суспільно-перетворювальною діяльністю особистості.

Творчість виступає специфічно людською властивістю, що одночасно породжена потребами валеологічної культури і формує її.

Валеологічна культура – результат педагогічної творчості. Взаємозв'язок творчості і валеологічної культури виявляється в тому, що творчість органічно притаманна педагогічній діяльності. Форми, способи і сфери виявлення творчого начала в педагогічній діяльності нерозривно пов'язані з формуванням валеологічної культури, а розвиток валеологічної культури суспільства обов'язково обумовлюється ступенем творчого підходу особистості до власної діяльності.

Творча активність особистості вчителя – показник її самореалізації, рівня розвитку валеологічної культури та готовності до валеологічної діяльності.

Отже, обрані підходи дозволяють урахувати взаємини людини й навколишнього середовища, людини й соціуму, міжособистісні зв'язки та здатність людини до розвитку і саморозвитку, здійснення ефективної валеологічної діяльності [10].

2.2. Сутнісна характеристика валеологічної культури

Валеологічна культура особистості виступає загальнокультурною категорією і



підсистемою професійно-педагогічної культури вчителя.

Культура – це ключове поняття для антропології, що вміщує у себе більшу частину того, що, на нашу думку, є виключно людським.

Культура:

- небіологічні аспекти поведінки людського виду, здатність до символічного мислення і самовираження за допомогою символів;
- передається не через систему генетичних механізмів, а шляхом навчання і засвоєння;
- історично визначений рівень розвитку суспільства, творчих сил і здібностей людини та виражений у типах організації життя і діяльності людей
- якісна характеристика життєдіяльності людини і створеної нею реальності, з пріоритетними духовними цінностями, які вона створює, зберігає і розвиває.

Основними дослідницькими підходами до пояснення культури А. Кармін вважає описові, антропологічні, ціннісні, адаптивні, історичні, функціональні, семіотичні, символічні, герменевтичні, ідеаційні, психологічні, дидактичні, соціологічні. Дослідниця М. Петрова виділяє антропологічний, філософсько-історичний, соціологічний і аксіологічний підходи.

Культурна реальність не виникає спонтанно внаслідок дії законів природи та її стихійних сил. Під дією своїх законів природа породжує тільки саму себе. Але між культурою і природою існує специфічний взаємозв'язок, який опосередкований особливою ланкою, якою є людина та її діяльність. Ця ланка – найважливіший фактор виникнення і розвитку культури.

Функціонування культури здійснюється у єдності трьох її *складових*:

- предметів культури;
- способів людської діяльності;
- людських якостей.

Культура знаходиться у процесі історичної еволюції, вона постійно створюється і втрачається, відрізняється історичною особливістю.

Прийнято підрозділяти культуру за її носієм. Залежно від цього виділяють культуру:

- світову;
- національну;
- різних соціальних спільнот (кланова, міська, сільська, професійна, молодіжна, сім'ї, окремої людини);



– народну (непрофесійну) і професійну.

У єдиному понятті культури виділяють два аспекти: матеріальний і духовний. Ми розглядаємо культуру перш за все як сукупність духовних цінностей. Матеріальний, предметний світ виявляється явищем культури у тому ступені, в якому він символізує духовне начало.

Духовна культура виступає як спосіб самобудівництва особистості, конструюється у вигляді покликання її носія. Вона пов'язана з вибором свого власного образу, своєї долі і ролі. Показником сформованості духовної культури особистості є духовність.

Якщо у структурі діяльності людини виділити такі види як перетворювальна, пізнавальна, ціннісно-орієнтаційна і комунікативна, то у духовній культурі слід визнати наявність відповідних сфер:

- створюється творчою активністю людської свідомості;
- включає плоди пізнавальної діяльності людини;
- пов'язана з ціннісно-орієнтаційною діяльністю;
- передбачає знання і розуміння цінності самої людини, як суб'єкта діяльності, цінності її знань, творінь, цінності самого світу культури, у якому живе людина.

Складна і багаторівнева структура культури визначає і різноманітність її функцій у житті суспільства і людини:

- людинотворча або гуманістична;
- інформаційна або трансляції соціального досвіду;
- пізнавальна (гносеологічна);
- адаптивна;
- інтегративна;
- регулятивна (нормативна);
- моральна;
- правова;
- комунікативна;
- аксіологічна.

Культура як система цінностей формує у людини певні ціннісні потреби й орієнтації. Їх рівень і якість є характеристикою культурності тієї чи іншої людини.

Взаємозв'язок людини і культури не викликає сумнівів. Уважається, що поза культурою неможливе не тільки буття людини, але і її самої як сутності.



Людина – найвищий сенс, критерій і головна цінність культури.

З одного боку, культура людину формує, з іншого, людина відтворює, змінює, відкриває нове в культурі. Без людини немає культури, бо людина не тільки рушійна сила і творець культури, але і головна мета її становлення.

Культура особистості – це система знань, поглядів, переконань, умінь, які сприяють виникненню механізмів і технологій використання накопиченої соціальної інформації, що у свою чергу транслюється в усіх аспектах життєдіяльності людини, утворюючи культурний генофонд суспільства. У зв'язку з цим і культура, і особистість взаємопов'язані і взаємозалежні.

Конкретні форми людських вимірів культури виявляються в інтервалі від самосвідомості особистості як самоцінності розвитку людської гідності до способу її життєдіяльності, що створює чи не створює умови для реалізації творчих здібностей людини. Тому культура – засіб вільного виявлення здібностей особистості, спосіб самоствердження та самореалізації.

Культура окремої особистості вимірюється ступенем її прилучення до здобутків національної і загальнолюдської культури, ступенем перетворення їх в особисті внутрішні фактори життя духовного.

Культура окремої особистості виникає під суспільним впливом, передається людині від суспільства. Ця передача здійснюється за допомогою процесів виховання, освіти, навчання, тобто саме завдяки ним відбувається зв'язок культури суспільства і культури особистості.

Професійна культура – це підсумок якісного розвитку фахівця, його знань, інтересів, переконань, норм діяльності та поведінки, здібностей і соціальних почуттів, інтегрований показник творчої поведінки і діяльності, що утворюється в єдності та взаємодії всіх її складових. В. Ільїн визначає професійну культуру як важливий показник соціальної зрілості, міру прояву загальної культури особистості в її професійній діяльності.

Педагогічна культура виступає важливою і своєрідною формою відтворення культури, під впливом якої формується і розвивається культура особистості як вихователя, так і вихованця.

В умовах сучасної освітньої парадигми першочерговим стає визначення аспектів загальної і професійної культури вчителя, його особистісного розвитку, що повинні у визначеній послідовності формуватися в освітньому процесі. В. Сухомлинський вважає, що педагогічна культура комплекс різних якостей педагога – від уміння внести в освітній потенціал навчання



культуротвірний потенціал до здатності вільної орієнтації у складних питаннях науки, основи якої він викладає. Виховання почуттів учителя він називав самою суттю педагогічної культури.

А. Барабанщиков і С. Муцинов дають трактування педагогічної культури як синтезу педагогічних переконань і майстерності, педагогічної етики та професійно-педагогічних якостей, стилю освітньої роботи і ставлення викладача до своєї справи та самого себе.

Складовими педагогічної культури вони вважають:

- педагогічну ерудицію;
- інтелігентність;
- педагогічну майстерність;
- уміння поєднувати педагогічну і наукову діяльність;
- систему професійно-педагогічних якостей;
- педагогічне спілкування і поведінку;
- вимогливість;
- потребу у самовдосконаленні;
- інтегральну якість особистості, що включає аксіологічний, соціальний, технологічний, моральний і творчий аспекти;
- частину загальнолюдської культури;
- сферу професійної діяльності;
- особистісну властивість;
- суспільну і особистісну цінність;
- показник сформованості різних видів його особистісної культури;
- умову і результат ефективної педагогічної діяльності.
- духовні і матеріальні цінності освіти і виховання;
- способи творчої педагогічної діяльності;
- інтегровану якість особистості педагога-професіонала;
- умову і передумову ефективної педагогічної діяльності;
- узагальнений показник професійної компетентності;
- мету професійного самовдосконалення.

Окреслимо найбільш характерні *рис* педагогічної культури:

- частина загальнолюдської культури;
- світовий педагогічний досвід педагогічних систем і освіти різних історичних епох;
- інтеграція історико-культурний педагогічного досвіду;



- педагогічна взаємодія;
- духовність вчителя, його професійною майстерністю;
- система педагогічних знань, умінь, цінностей, діяльності і професійної підготовки.

Педагогічна культура має свої характеристики, компоненти. Виділяють *компоненти педагогічної культури*:

- педагогічну майстерність;
- педагогічні знання;
- педагогічні вміння;
- особистісні якості вчителя;
- прагнення до самовдосконалення;
- педагогічну творчість;
- педагогічний досвід тощо.

Основою успішної педагогічної діяльності А. Макаренко вважав особистісні якості вчителя, такі як: відповідальність, працездатність, відвага, педагогічний оптимізм тощо. На його думку, вчитель повинен бути таким, щоб вони у вашому слові відчули вашу любов, вашу волю, вашу культуру, вашу особистість.

Виділяють *якості*, необхідні вчителю для формування його педагогічної культури:

- ціннісні суспільно-значущі орієнтації особистості вчителя;
- моральні якості;
- культура зовнішнього вигляду;
- культура мови;
- різнобічні інтереси;
- духовні потреби педагога;
- педагогічна інтуїція;
- єдність педагогічних цінностей: цінностей-цілей та цінностей-мотивів; цінностей-знань;
- технологічні цінності;
- цінності-властивості; цінності-відносини.

Типи педагогічної культури, що історично склалися, відповідають типам розвитку людської цивілізації та характеру взаємодії між освітою і культурою в ту чи іншу епоху. Сутність педагогічної культури полягає в особливому ціннісному ставленні до дитинства як унікального, неповторного періоду



людського життя, визнання самоцінності кожної дитячої особистості. Педагогічна культура – основоположна характеристика особистості, діяльності і культури спілкування педагога.

Критеріями педагогічної культури вважають:

- гуманістичну педагогічну позицію до дітей, учнів, студентів та їх здібність бути вихователем;
- психолого-педагогічну компетентність;
- розвинене педагогічне мислення;
- освіченість у сфері предмета викладання та володіння педагогічними технологіями;
- досвід творчої педагогічної діяльності;
- уміння обґрунтовувати власну педагогічну діяльність як систему (дидактичну, методичну, виховну);
- здатність розробити авторський освітній проект;
- культуру професійної поведінки;
- способи саморозвитку;
- уміння саморегуляції власної діяльності;
- культуру спілкування.

У соціально-педагогічному плані педагогічна культура постає як соціальне явище та показник педагогічної взаємодії поколінь. Її носіями і творцями виступають педагоги, батьки, громадські вихователі, педагогічні товариства.

З точки зору освітніх закладів педагогічна культура досліджується як сутнісна характеристика середовища, способу життя, особливостей педагогічної системи, як процес її руху до нового якісного стану.

Кількість наукових досліджень педагогічної культури поступово зростає, що пов'язано з її виключно великим соціально-педагогічним значенням. Дослідники переконані, що в ХХІ столітті *педагогічна культура*:

- стане визнаною суспільною і особистою цінністю;
- утвердження ціннісного ставлення до людини;
- гуманізація взаємин між людьми;
- зміцнення духовно-моральних основ сімейного і суспільного виховання;
- дбайливе ставлення до дитини;
- культурна ідентифікації особистості;
- повернення освіти у контекст культури;
- створення нового типу освіти – особистісно зорієнтованої освіти



- культурологічного типу;
- підвищення професіоналізму і педагогічної майстерності викладачів і вчителів;
- суспільний престиж освіти в Україні.

Необхідно зазначити, що носіями педагогічної культури є люди, що займаються педагогічною практикою як на професійному, так і непрофесійному рівнях. Носіями ж професійно-педагогічної культури є люди, що покликані здійснювати педагогічну діяльність саме на професійному рівні. Уявлення про теоретичні основи професійно-педагогічної культури дозволяє наблизитися до розуміння феномена валеологічної культури.

Дослідження сутності та діалектичних взаємозв'язків екологічної і валеологічної культур дозволяє обґрунтувати валеологічну культуру майбутнього вчителя як особистісний і соціально-педагогічний феномен.

Причиною різкого погіршення стану здоров'я сучасної людини, виникнення екологозалежних патологій стали її абіологічний спосіб життя, інтенсивні темпи трансформації середовища існування, його забруднення, соціально-економічні негаразди. Екологічно оптимальна зона життєдіяльності людини складалася упродовж тривалого періоду еволюції. Форсований темп перетворення природи та формування техногенного (матеріально-культурного) середовища, яке відбувається на фоні відносно сповільнених біологічних змін в організмі людини – основний чинник порушення адаптивних можливостей людини.

Розглядаючи цю проблему з культурологічних позицій, можна зазначити, що криза здоров'я людини пов'язана перш за все з культурно-антропологічною кризою, духовним занепадом особистості, девальвацією моральних цінностей, ігноруванням здоров'явизначаючої ролі природного середовища та його факторів.

Природне середовище, незважаючи на досягнення цивілізації, зберігає своє визначальне значення у формуванні здоров'я населення, оскільки у процесі свого культурного і науково-технічного розвитку людина так і не змогла повністю ізолюватися від нього.

Взаємини людини з природою можна розглядати як процес перетворення природи в середовище її існування. У результаті цього процесу у людини з'являються два середовища, які повинні постійно перебувати у стані екологічної рівноваги: перше – внутрішнє (ендоекологічне, її власний



організм), друге – зовнішнє (екзоекологічне) – це частина навколишнього середовища, місце існування людини, яке постійно розширюється і безпосередньо впливає на неї. Істотною рисою, яка об'єднує внутрішнє і зовнішнє середовище людини, є те, що розвиток одного із середовищ не може відбуватися за рахунок деградації і руйнації другого. Якщо стане погіршуватися зовнішнє середовище людини, то це рано чи пізно негативно позначиться на стані її внутрішнього середовища.

Пристосування людини до перетвореного середовища здійснюється не через перетворення структурно-функціональних основ організму, а в результаті пристосування середовища до потреб організму. Біологічні, видові властивості людини, які формувалися впродовж тривалої еволюції, змінюються дуже повільно. Тому перетворення середовища з урахуванням біологічних особливостей і вимог організму – один із головних шляхів забезпечення рівноваги між внутрішнім і зовнішнім середовищем людини. Якщо говорити в глобальному історичному масштабі, то соціальна еволюція – визначальний фактор розвитку людини, але вона завжди викликає еволюцію навколишнього середовища, яка у подальшому примушує еволюціонувати біологічну основу людини. Утворюється контур зворотного зв'язку, який координує еволюцію біосфери в цілому.

Унікальність людини полягає в тому, що на відміну від інших організмів вона пристосовується до умов середовища не тільки за рахунок біологічних, але і культурних механізмів. Саме від культурних норм поведінки людини буде залежати, якою буде подальша еволюція біосфери – прогресивною чи регресивною і що буде чекати людину в майбутньому – подальше процвітання чи деградація і повне вимирання як виду. У зв'язку з цим постає закономірне питання, чому багато культурних перетворень у наколишньому середовищі часто виявляються несприятливими для людини, порушують екологічну рівновагу, яка сформувалася у процесі тривалої еволюції. Це відбувається очевидно тому, що екологічна зона оптимальної життєдіяльності обмежена. Будь-яке інтенсивне втручання в екологічну рівновагу може порушити ті норми природних властивостей, що необхідні для підтримки високого рівня здоров'я та життя в цілому. Для нормальної і здорової життєдіяльності людини необхідний набір відносно стійких екологічних констант. Порушення цих характеристик або їх співвідношень погіршує навколишнє середовище.

Культура – продукт взаємодії суспільства і природи. Вона визначає



способи і форми взаємовідносин людства з навколишнім середовищем та виступає найголовнішим показником їх наслідків. На різних етапах розвитку людство мало різні модифікації так званої біогенної культури, завдяки якій воно пристосовувалося до умов навколишнього середовища. Такий тип культури більш складно і більш глибоко опосередковує ставлення людини до природи. Наслідком цього стало зростання ізоляції людини від природи, втрата зв'язків із нею. Технократичне буття людини останніми десятиліттями стало апогеєм відчуження людини від природи та причиною виникнення екологічних проблем. Практичні знання випереджають духовний розвиток людини і така культура згубна у своїй основі. Культура включає в себе не тільки розум, але й систему заборон, яку необхідно розповсюдити на агресивні, руйнівні, утилітарні, споживацькі імпульси людини відносно біосфери.

Екологічна концепція культури розвивалася під безпосереднім впливом наукових праць мислителів-космістів В. Вернадського, де Шардена, М. Холодного, К. Ціолковського, А. Чижевського, які говорили про тісний зв'язок між феноменом людини, історією розвитку людства, космічними процесами і геологічними явищами, які відбуваються на планеті.

Так, П. Тейяр де Шарден розглядає людину і її культуру в співвідношенні зі Всесвітом, підкреслюючи, що все у світі підкоряється універсальній еволюції та космогенезу. Діяльність людини та її духовність додають до матеріальних оболонок Землі ще й оболонку духовності, яка називається ноосферою, або сферою розуму.

З точки зору П. Тейяра де Шардена культура людства є не штучним утворенням, а необхідним етапом у розвитку Космосу. Він висуває любов як засіб творення нової культури. На його думку, людина є певним підсумком еволюції космічного цілого: її духовність і весь складний світ це один із етапів еволюції Всесвіту.

У системі культури активно конденсуються не лише функціонально корисні форми людської діяльності, але й її ціннісно-сміслові значення. Духовні цінності, виплекані культурою, утворюють загальнозначущі норми ставлення до навколишнього світу, зумовлюють певні форми світовідношення.

Основою і початком нового буття людини в умовах екологічного виклику людству можна вважати валеологічну культуру, які дозволяють розумно осмислити природне та культурне, забезпечити оптимізацію взаємодії природних і культурних процесів.



Дослідження сутності валеологічної культури дозволить дослідити специфіку взаємодії у структурі загальної та професійно-педагогічної культури майбутнього вчителя.

Валеологічна культура – складова частина загальної культури, спрямованої на формування, збереження та зміцнення здоров'я людини. Це якісне утворення особистості, що виявляється в єдності біологічних, психологічних, соціальних і духовних факторів, що визначають її спосіб життя і гуманістичний сенс буття.

Культуролог В. Скумін називає валеологічну культуру фундаментальною наукою про людину і її здоров'я, інтегрованою галуззю знань, що розробляє та вирішує теоретичні і практичні завдання гармонійного розвитку духовних, психічних і фізичних сил людини, її оптимальної біосоціальної адаптації та створення здорового середовища життя.

Г. Кривошеєва сутність *валеологічної культури* пояснює:

- як якісне утворення особистості, яке виявляється в єдності духовних, біологічних, психологічних і соціальних факторів, що визначають її спосіб життя;
- зумовлює подальший розвиток усіх різновидів культур і передбачає формування людини як цілісного індивіда, охоплюючи усі сторони її життя;
- перетворює сферу діяльності людини у засіб фізичного і духовного самовдосконалення, само оздоровлення;
- характеризує ставлення до життя, до свого здоров'я, прагнення до самопізнання;
- урахування інших компонентів особистості, вікових, статевих та національних особливостей;
- виражається у глибині і системності засвоєних валеологічних знань, сформованості гуманістичних ціннісних орієнтацій, у розвитку образного мислення, розумінні виховних можливостей національних культурно-історичних традицій, активності оздоровчої діяльності, творчій ініціативі, емоційно-ціннісному ставленні до навчання й обраної професії, здатності до спілкування з питань здоров'я.

Формування валеологічної культури в історичному плані обумовлене культурно-національними традиціями соціуму, пов'язане з потребою людини у виживанні, самозбереженні, безпеці. Її основу складає ціннісне ставлення індивіда до власного здоров'я і здоров'я оточуючих людей.

Основа формування валеологічної культури – концепція здоров'ятворчості



і культуротворчості. Вони засновані на тому, що у процесі людської еволюції змінюється тілесність самої людини, яка на даному етапі будується у рамках культурних теорій освоєння світу. Усе це дозволяє говорити про валеологічну культуру як особливий вид культури людини. Ця позиція передбачає: психіка людини, яка сформована у процесі освоєння культури будує тіло не за чисто фізіологічними законами, а за законами людської культури. У цьому полягає відмінність людського здоров'я від здоров'я тварин. Людині властиве здоров'я людське. Це інтегрований принцип теорії культурного освоєння світу і звучить як культурний принцип формування здоров'я людини.

Валеологічна культура:

- заснована на загальній меті виховання гармонійно розвиненої особистості, характерними рисами якої є високий рівень загальної культури та духовність;
- виступає інтегрованим фактором соціалізації особистості, певними способами її внутрішньої детермінації;
- визначає єдиний спосіб ставлення до світу – гуманний і універсально-творчий;
- утворює сенс, засіб і критерій життєтворчості;
- визначає сукупність основ безпечної діяльності щодо здоров'я людини та здоров'я навколишнього середовища;
- збагачує концептуальний рівень екологічної культури за рахунок поглиблення теоретичного осмислення валеологічних аспектів взаємодії людини з навколишнім середовищем.

Показником морального підходу до природи як основи життя і благополуччя людини є загострене відчуття зв'язку із середовищем свого існування. І тому в умовах екологічної кризи валеологічні норми мають стати найважливішими регуляторами діяльності людини.

Формування валеологічної культури має значну роль для розвитку загальної культури особистості. Це обґрунтовується впливом перетворювальної діяльності на розвиток потенційних можливостей особистості, на формування її індивідуальності. Адже у процесі діяльності людина отримує не тільки предмет своєї діяльності, а й ті додаткові результати, що складають основу розвитку особистості: нові знання, новий досвід, нові відносини, нові потреби, а отже, і нові цілі, мотиви, ціннісні орієнтації, тобто передумови власного самовдосконалення.



У сучасних екологічних умовах важлива роль гармонізації стосунків суспільства з природою належить освіті. Перед нею стоїть важливе завдання:

- обґрунтування конструктивного впливу на суспільне мислення, яке визначатиме згодом певні поведінкові стратегії кожної людини щодо навколишнього середовища;
- нова парадигма освіти має бути валеологічно орієнтованою;
- будь-яке знання про природу і здоров'я потребує аксіологічного осмислення, аби перейти у систему принципів безпечної поведінки людини;
- нова парадигма освіти повинна орієнтуватися на взаємодію знань і моралі, має піклуватися про розвиток когнітивно-пізнавальної і ціннісно-емоційної сфери особистості.

Це передбачає підвищення культуротвірних функцій освіти, посилення пріоритетів щодо формування валеологічної культури підростаючого покоління.

Спрямованість на ціннісний зміст духовно-практичного освоєння людством навколишнього середовища змушує вчителя активно реалізовувати культуротвірні функції освіти, які на відміну від нормативно-регулюючих забезпечують не догматичне нав'язування норм поведінки людини в навколишньому середовищі, а сприяють глибокому морально-психологічному засвоєнню соціального досвіду безпечної взаємодії з навколишнім середовищем. Освіта стає невід'ємною частиною культури і забезпечує її трансляцію на особистість та передачу від одного покоління до іншого.

Формування валеологічно виправданого ставлення до навколишнього середовища – це:

- сума окремих засобів і форм впливу на інтелект чи певні поведінкові реакції вихованців;
- це організація всієї життєдіяльності на рівні творчості у контексті культури. Соціокультурні завдання, які висуває суспільство перед освітою, посилюють вимоги до вчителя. Ефективність педагогічної діяльності вчителя значною мірою залежить від рівня розвитку його валеологічної культури, усвідомлення своєї соціальної місії у суспільстві, адекватного розуміння сучасних валеологічних проблем та суспільно значущих пріоритетів щодо їх вирішення.

Формування валеологічної культури майбутнього вчителя:

- посилює розвиток педагогічної рефлексії та дієво впливає на процес



- формування професійно-педагогічної культури майбутнього вчителя;
- створює багато можливостей для професійного зростання вчителя;
 - сприяє особистісному розвитку вчителя;
 - зростає цілісність, інтегрованість його психологічної структури;
 - посилює взаємозв'язок особистісно і професійно значущих якостей і характеристик;
 - накопичує нові потенціальні можливості для розвитку та професійного самовдосконалення;
 - акцентує, розширює і поглиблює особистісні зв'язки з навколишнім світом;
 - зумовлює багаторівневість і системність ціннісно-смислового ставлення вчителя до здоров'я та навколишнього середовища;
 - корелює рівень усвідомлення свого соціального завдання щодо розв'язання валеологічних проблем;
 - визначає стратегію майбутньої педагогічної діяльності.

До найбільш загальних *функцій валеологічної культур* відносять:

- інформаційно-пізнавальну;
- ціннісно-орієнтаційну;
- емоційно-вольову;
- діяльнісно-регулятивну.

Валеологічна культура розвиваються поетапно – від інформаційно-пізнавального рівня до діяльних форм, зумовлюючи у результаті змістовність, форму, обсяг, продуктивність та безпечність діяльності в навколишньому середовищі.

Розрізняють *структурні компоненти валеологічної культури*:

- система знань утворюють валеологічний тезаурус учителя;
- система переконань, що лежать в основі культури, формують валеологічний світогляд;
- система індивідуальних норм поведінки і освоєння методів діяльності у природі;
- реалізація індивідуальних оздоровчих програм;
- практично-творча активність майбутнього педагога.

Переконання, що утворюються у результаті валеологічної культури, впливають на формування у професійно-педагогічній свідомості майбутнього вчителя певних конструктів, пов'язаних із особистісно, професійно і



гуманістично значущими орієнтаціями, збагачують діяльнісні, когнітивні та особистісні характеристики майбутнього педагога.

Майбутній вчитель, який оволодів значним обсягом валеологічних та професійно-педагогічних знань, який розвинув навички творчої діяльності, який керується у своїй діяльності валеологічними принципами, має більш високу здатність до реалізації у структурі педагогічної діяльності своїх творчих інтересів та здібностей. Такий учитель успішно реалізується як суб'єкт професійно-педагогічної культури на рівні проектування педагогічного задуму, на рівні регуляції і виконання навчально-виховних завдань.

Валеологічна культура майбутнього вчителя:

- універсальна характеристика педагогічної реальності, що виявляється у різних формах існування;
- інтеріорізована загальною культурою і виконує функцію специфічного проектування загальної культури у сфері валеологічної діяльності вчителя;
- формує свідомість учителя на рівні її функціонування відповідно до певної системи валеологічних заборон;
- активно впливає на ціннісні валеологічні орієнтації;
- гарантує сталість особистої валеологічної поведінки та діяльності майбутнього педагога.

У системі загальної культури майбутнього вчителя *статус валеологічної культури* визначається:

- соціально значущими моментами її вияву;
- визнанням цінності навколишнього середовища;
- усвідомленням ролі екологічних факторів у забезпеченні здоров'я людини;
- подальшим визначенням валеологічно виправданих орієнтирів безпечної взаємодії з навколишнім середовищем.

У межах професійно-педагогічної культури *статус валеологічної культури* визначається через:

- усвідомлення соціальної місії вчителя у сучасних екологічних умовах;
- підсилення педагогічної рефлексії щодо власних можливостей впливу на ставлення інших до природи і власного здоров'я;
- синтез уявлень про навколишнє середовище і здоров'я людини;
- активізацію творчого ставлення до навколишнього середовища;
- розвиток педагогічної творчості;



- утворення валеологічного мислення майбутнього вчителя;
- корекцію педагогічного впливу на валеологічну поведінку вихованців.

Валеологічна культура майбутнього вчителя:

- показник професійно-педагогічної культури майбутнього вчителя;
- фактор інтеграції із культурою суспільства.;
- показник ціннісного ставлення до здоров'я людини;
- критерію екологічного стану навколишнього середовища;
- міра засвоєння вчителем валеологічних норм;
- рівень готовності до творчої самовіддачі з упровадження їх у навчально-виховну практику.

Валеологічна культура трансформує особистісні мотиви ставлення до навколишнього середовища і здоров'я у професійні настанови діяльності, обумовлює наявність соціально-професійно мотивованих цінностей, які зобов'язують учителя усвідомити свій педагогічний та загальнокультурний потенціал і можливості його застосування для вирішення валеологічних проблем. Валеологічна культура фіксує певний рівень валеологічної спрямованості його екологічних переконань і є показником валеологічних форм діяльності вчителя з упровадження екологічних норм ставлення до навколишнього середовища. Валеологічна культура становить блок, який об'єднує різні аспекти професійно-педагогічної культури майбутнього вчителя.

Валеологічну культуру, результат інтегрованої підготовки, орієнтований на педагогічну майстерність, можна вважати особистісним і соціально-педагогічним феноменом, якісною характеристикою професійно-педагогічної культури майбутнього вчителя.

Основний зміст валеологічної культури полягає у глибокому засвоєнні гуманістичних цінностей, високому рівні оволодіння ними, набуття особистісного змісту, перетворенні у мотив поведінки.

Валеологічна культура майбутнього вчителя вимагає постійного розвитку і змістовного наповнення новими даними педагогіки, психології, екології, валеології та інших галузей науки.

Особливості формування і реалізації валеологічної культури вчителя обумовлюються індивідуально-творчими, психофізіологічними і віковими характеристиками, накопиченим соціально-педагогічним та валеологічним досвідом особистості.

Для валеологічної культури притаманна властивість саморозвитку, людина



не тільки створює і споживає цінності культури але й піднімається на більш високий рівень. Даний процес вимагає педагогічного керівництва для прискорення часу переходу з одного ступеня розвитку валеологічної культури особистості на наступний, вищий.

Узагальнення теоретичного аналізу дозволяють зробити висновок про те, що *валеологічна культура майбутнього вчителя* – це цілісне, інтегроване утворення валеологічних ціннісних орієнтацій, знань, умінь і якостей, які набули особистісного змісту у структурі професійно-педагогічної свідомості і стали спонукальними мотивами професійної валеологічної діяльності [8].

Валеологічна культура має особистісні якості конкретної людини і виявляється у валеологічній діяльності, яка має особистісне значення, універсальний зміст, тобто може бути застосована при розв'язанні професійних і особистісних ситуацій.

Валеологічна діяльність педагога розуміється як діяльність, пов'язана з валеологічним навчанням і вихованням школярів:

- здійсненням спільно з педагогічним колективом валеологічної просвіти батьків, громадськості;
- самовдосконаленням;
- підвищенням своєї професійної майстерності у галузі збереження здоров'я та охорони природи.

Активними формами виявлення валеологічної діяльності є: *екологобезпечна та здоров'язберігаюча поведінка*.

У процесі здійснення валеологічної діяльності виникають:

- зміни у мотивах, знаннях, уміннях, властивостях і здібностях;
- якісні перетворення майбутнім вчителем свого внутрішнього світу, що призводить до зміни способів його поведінки у навколишньому середовищі та ставлення до здоров'я;
- аналіз та самоаналіз, самовдосконалення, розвиток ціннісного ставлення до них.

Виділяють *складові валеологічної діяльності*:

- той, хто навчає і той, кого навчають;
- конкретна система знань і вмінь;
- процес засвоєння валеологічних знань і вмінь;
- соціальні інститути, які організують навчальний процес;
- результати валеологічної діяльності, які необхідні суспільству.



Перший і другий із вказаних елементів (учитель і учень) є суб'єктами навчального процесу, третій (знання і вміння) – змістом, четвертий (процес навчання) – механізмом, п'ятий (соціальні інститути) – системою, шостий (результат) – реалізацією мети. Ці елементи взаємопов'язані, інтегровані та виступають у нерозривній єдності.

У валеологічній діяльності, виділяють цільові, процесуальні та контрольньо-аналітичні дії, у зміст яких включають *компоненти*:

- гностичний – озброєння учнів валеологічними знаннями;
- розвивальний – розвиток інтелектуальних і фізичних сил;
- керівництво пізнавальною діяльністю, осмисленням, запам'ятовуванням валеологічної інформації;
- стимулювання творчої діяльності;
- емоційно-чуттєві переживання;
- орієнтаційні – формування світоглядних ідей у сфері екологобезпечної та здоров'язберігаючої взаємодії людини з навколишнім середовищем, соціально-екологічних ідеалів, переконань, потреби у валеологічній самоосвіті;
- мобілізаційні – мобілізація уваги, волі дітей на суспільній значущості валеологічної діяльності;
- відображення у змісті валеологічних проблем та шляхів їх подолання;
- конструктивні – введення валеологічних питань у тематичне, календарне та перспективне планування навчально-виховної роботи; розробка уроків, позакласних та позашкільних заходів, що мають валеологічний зміст;
- організаторські – організація діяльності з реалізації проектів валеологічного виховання школярів;
- комунікативні – установлення міжособистісних контактів у процесі вивчення валеологічного матеріалу, проведенні валеологічних заходів;
- дослідницькі – передбачає проведення психолого-педагогічних досліджень процесу валеологічного виховання учнів.

Виділяють рівні, на яких може здійснюватися валеологічна діяльність. Їх можна повністю віднести й до валеологічної діяльності, а саме:

- репродуктивний – учитель навчає інших тому і так, чому і як навчали його;
- адаптивний – передає свій досвід із деякими перетвореннями з метою зробити його доступним для інших;



– локально-моделюючий і системно-моделюючий – знання та досвід передаються в більш-менш широкій системі;

– вищий – учитель моделює та формує не лише систему знань, але й на її основі управляє поведінкою учнів, тобто вирішує як валеологічні, так і виховні завдання [8].

Валеологічна культура майбутнього вчителя, охоплюючи всі сфери функціонально цілісної психіки особистості, включає когнітивний, операційно-технологічний, аксіологічний, мотиваційний, рефлексивний, етичний, соціальний і поведінковий складники.

Основною одиницею аналізу валеологічної культури майбутнього вчителя виступає валеологічна діяльність як один із видів духовно-практичної діяльності, існування якої зумовлене потребами суспільства в соціальному наслідуванні та відтворенні людини як особистості та індивідуальності.

2.3. Особливості здійснення валеологічної освіти і виховання

Під час проведення освітнього процесу у закладах вищої та передвищої фахової освіти спираються на державні нормативні документи: Державна національна програма «Освіта» («Україна ХХІ століття») (1993 р.), Закон України «Про освіту».

Проблема здоров'я, валеологічного виховання у сучасних умовах надзвичайно важлива і складна. Тому головним стратегічним завданням Державної національної програми «Освіта» («Україна ХХІ століття») визначено формування освіченої, творчої особистості, становлення її фізичного і морального здоров'я, забезпечення пріоритету розвитку людини, оновлення змісту, форм і методів виховання відповідно до вікових особливостей дітей.

Розвивати самоконтроль під час виконання правил особистої гігієни. Вчити дітей стежити за чистотою рук, обличчя, мити їх при забрудненні.

Виходячи з цього, основними завданнями вважають:

– забезпечити умови для того, щоб дитинство було для кожної дитини змістовним, цікавим, щасливим;

– забезпечити кваліфіковану турботу про зміцнення і збереження фізичного і психічного здоров'я дітей;

– забезпечити умови для повноцінного, своєчасного і різнобічного



розвитку дитини з метою виховання ініціативної, творчої особистості.

- зміцнення здоров'я, всебічний розвиток, загартування, удосконалення функцій організму, підвищення фізичної та розумової працездатності дітей;
- формування правильної постави, профілактика плоскостопості;
- виховання позитивних моральних та вольових рис характеру, уявлень про користь занять фізичною культурою.

Щоб скласти більш чітку картину стану валеологічної освіти, ми звернулись до варіативних авторських програм [15].

У програмі «Будьте здорові, діти!» Н.Денисенко і Л.Мельник висвітлюють різні аспекти здоров'я, джерела здоров'я дитини. Автори вважають, що на сучасному етапі життя необхідні нові підходи до змісту навчання дітей. Вони вважають за потрібне включення валеології до блоку основних навчально-виховних заходів. В своїй програмі автори пропонують проводити інтегровані заняття, на яких спеціальні знання будуть координуватися з математикою, фізичною культурою та іншими предметами, а закріплювати і вдосконалювати отримані знання необхідно у повсякденному житті, використовуючи навчально-дидактичний, практичний матеріал, ігрові вправи, ігрові ситуації, фольклор.

Програма «Будьте здорові, діти!» розподілена за *напрямами*:

- *здоров'я людини* – даються поняття про частини тіла людини, ознайомлюють з основними чинниками здоров'я, складовими здорового способу життя;
- *здоров'я дитини* – систематизуються знання про тіло дитини, про сон, настрій, формуються культурно-гігієнічні навички;
- *здоров'я у природі* – розширюються уявлення про користь живої і неживої природи для здоров'я людини, вплив поведінки людей на стан природи, про те, як явища природи впливають на стан органів і систем організму, формуються навички використання рослин у харчуванні, лікуванні;
- *здоров'я і суспільство* – закріплюються знання про сім'ю, даються елементарні поняття про відмінності між особами різної статі, про правила поведінки у школі, магазині, транспорті;
- *витоки національного здоров'я (етноздоров'я)* – закріплюються знання про оздоровчу спрямованість побуту, народних ігор, пісень, танців українського народу, про народну фітотерапію.

За дослідженнями С.Юрочкиної критеріями відбору валеологічних знань є:

- відповідність валеологічного матеріалу сучасному рівню наукового



пізнання;

- доступність для сприймання та наукова достовірність знань з валеології;
- відповідність валеологічної інформації пізнавальним можливостям дітей;
- спрямованість валеологічного змісту на формування у дитини практичних навичок дбайливого ставлення до свого здоров'я.

Було розроблено зміст валеологічного навчання, опрацювання з дітьми тем: «Шкіра», «Орган зору», «Орган слуху», «Органи дихання», «Органи травлення» і запропоновано вивчення даних тем поетапно:

Перший етап – знайомство з зовнішнім виглядом органа: як називається, де знаходиться, якої форми, кольору тощо.

Другий етап – знайомство з будовою та функціями органа чи системи.

Третій етап – розкриття змісту дбайливого ставлення до органа: способи визначення його стану; характерні ознаки здорового і ураженого органа; причини захворювань; засоби дбайливого ставлення людини до певного органа задля збереження свого здоров'я.

У програмі з валеологічного виховання дітей «Наша надія» обсяг знань розподілений за віком, а також виділені напрямки:

Людина та її здоров'я.

Природні умови здоров'я.

Соціальні умови здоров'я.

Етноздоров'я.

Індивідуальне здоров'я.

Гігієна харчування.

Збереження зубів.

Загартування.

Інформація, яка подається дітям з кожного розділу, адаптована до віку дитини. Після кожного розділу пропонуються поради для батьків, а також нетрадиційні методи оздоровлення дітей, профілактика травматизму і надання першої допомоги.

У програмі «Все для здоров'я і про здоров'я» педагоги орієнтувалися на самостійну діяльність дітей, аби вони могли не тільки засвоїти необхідні їм знання, а й застосувати їх у життєвих ситуаціях. Зміст інформації, що надається дітям, відповідає їх віку. Діти отримують знання з наступних розділів:

- людина та її здоров'я – закріплюються уявлення про себе і своє тіло, усвідомлення свого «Я», знання назв та функцій частин свого тіла, формуються



уявлення про свою статтю;

- *природні умови здоров'я* – узагальнюються знання про довкілля, формуються уявлення, що людина частка природи, даються знання про вплив природних факторів на здоров'я та природоохоронну діяльність дітей;

- *соціальні умови і здоров'я* – формуються поняття про родину, здорові взаємовідносини у колективі, знайомлять з народною творчістю;

- *етноздоров'я* – збагачуються поняття про архітектуру та інтер'єр житла в Україні, їх значення для здоров'я, удосконалюються знання про регіональні іграшки, народні ігри, сімейні традиційні обряди, людські обереги, фольклорні, державні символи;

- *індивідуальне здоров'я* – зміцнюються знання про предмети особистої гігієни, про профілактику захворювань, правильний розвиток, ріст частин тіла.

Отже, валеологічна освіта повинна формувати у дітей елементарні уявлення про цілісну наукову картину світу та розв'язувати такі завдання:

- формувати основи знань про здоров'я людини як складову системи (природа і суспільство);

- формувати у дітей валеологічну свідомість, бережливе і дбайливе ставлення до власного здоров'я, здоров'я інших людей як до найвищої цінності;

- виховувати у дітей прагнення до здорового способу життя та установки на пріоритет здоров'я перед хворобами. Здоровий спосіб життя – основна умова формування, збереження і зміцнення фізичного, психічного, соціального і духовного здоров'я;

- формувати практичні вміння та навички, спрямовані на зміцнення особистого здоров'я;

- виховувати у дітей бажання брати активну участь в оздоровленні близьких людей, використовуючи набуті елементарні практичні навички.

Проаналізувавши діючі програмні документи, спрямовані на виховання і навчання дітей, ми можемо зробити наступні висновки, щодо стану валеологічної освіти на сьогоднішній момент в Україні.

Існують розробки, в яких схематично подається структура занять з валеологічної освіти, робота у повсякденному житті. У фахових журналах друкуються конспекти занять, розваг з валеології, але цього замало для повноцінної роботи з дітьми з валеологічного виховання.

Вчителі подають дітям загальні знання про будову і функції органів тіла людини, але необхідно, щоб ця робота проходила на більш високому рівні.



Необхідно частіше проводити дослідницько-пошукову роботу, більше часу приділяти індивідуальному спілкуванню з дітьми, використовувати дидактичні ігри і вправи, вирішуючи завдання валеологічного характеру.

Для того, щоб скласти остаточне враження про стан валеологічного виховання, ми поцікавилися думкою батьків про доцільність введення валеологічного виховання в програму їх ставленням до валеології і бажанням працювати з дітьми в цьому напрямі.

Для глибшого усвідомлення ставлення батьків до валеологічного виховання, нами було проведено *анкетування* серед них.

У зв'язку з відсутністю ґрунтовних знань з валеології, а тому і внутрішньої мотивації дій, у школярів не вироблена звичка до самостійного виконання гігієнічних процедур.

Виходячи з того, що в обох досліджуваних групах навчання школярів проводилися за традиційною методикою, рівень знань учнів, рівень підготовки вчителів і рівень обізнаності батьків з питань валеологічного виховання знаходяться на даний момент на середньому рівні.

У планах навчально-виховної роботи питання з валеологічного виховання висвітлені недостатньо, відсутній логічний зв'язок між темою з валеології і закріпленням її в різних видах діяльності, в повсякденному житті.

Ми передбачаємо, що розуміння дітьми знань про власне тіло, догляд за ним, впливає на усвідомлення ними умов, необхідних для нормального життя людини і, внаслідок цього, на свідомий вияв турботи про своє життя. Це дає нам підставу зробити висновки про необхідність надання дітям валеологічних знань шляхом цілеспрямованого навчання.

У зв'язку з вищесказаним, підкреслюємо необхідність цілеспрямованої валеологічної освіти дітей, батьків для того, щоб молоде покоління виросло здоровим, сильним, фізично досконалим і обізнаним з даної проблематики. Валеологічна діяльність педагога розуміється як діяльність, пов'язана з валеологічним навчанням і вихованням школярів; здійсненням спільно з педагогічним колективом валеологічної просвіти батьків, громадськості; самовдосконаленням, підвищенням своєї професійної майстерності у галузі збереження здоров'я.



2.4. Функції і структурні компоненти валеологічної культури майбутнього вчителя

Органічна і комплексна єдність взаємозв'язків, які характерні для валеологічної культури як педагогічної системи, визначають багатокomпонентність її структури.

Н. Кузьміна відмічає наявність у педагогічній системі різноманітних структурних і функціональних компонентів, які слугують меті навчально-виховного процесу.

С. Архангельський вважає, що компонентний аналіз повинен розглядати педагогічну систему як складне динамічне утворення, яке відображає основні компоненти педагогічного процесу, його системостворювальні фактори і провідні умови функціонування.

Факт існування структурних і функціональних компонентів дозволяє розглядати систему валеологічної культури у статиці і динаміці.

Під поняттям функціональні компоненти системи Н. Кузьміна розуміє базові зв'язки між вихідним станом структурних елементів педагогічної системи і кінцевим результатом чи операції у вирішенні управлінських, педагогічних і навчальних завдань.

Поняття «функція» багатозначне, воно використовується у природничих і гуманітарних науках в дуже широкому діапазоні: від математичного розуміння будь-якої залежності між двома чи більше змінними до функції як характеристики чи ознаки будь-якого явища. У науках, що досліджують соціально-педагогічний аспект діяльності людини, під функцією найчастіше розуміють якісну характеристику, спрямовану на збереження, підтримання і розвиток системи. Сталість функціональних компонентів системи визначається їхнім зв'язком із структурними компонентами та між собою. Відсутність зв'язків будь-яких компонентів з іншими приводить до їх ізоляції та витіснення із системи. Цей рух наочно прослідковується у процесі формування валеологічної культури особистості студента у груповій взаємодії. У цих умовах валеологічна культура функціонує не тільки в силу присутності окремих особистостей, а завдяки таким цінностям, як норми, правила, які прийняті групою і завдяки яким підтримується ця єдність [8].

Функціональний аналіз культури не є принципово новим у гуманітарних науках. Проблема функцій культури – одна з найважливіших культурологічних



проблем.

Основні функції валеологічної культури можуть бути з'ясовані, виходячи з урахування специфіки її виявлення, різноманітності відносин і спілкування, системи ціннісних орієнтацій, можливостей творчої самореалізації особистості. Беручи до уваги вказані особливості, а також існуючі дослідження з теорії культури та окремих культурологічних напрямів, ми виділили такі основні *функції валеологічної культури*:

- гуманістично-аксіологічну;
- навчально-виховну;
- продуктивно-процесуальну;
- діагностично-корекційну.

Кожна функція відбиває різноманітність вирішення майбутнім учителем методичних, інноваційних, дослідницьких, дидактичних та інших педагогічних завдань.

Визнання різноманітності функцій валеологічної культури підкреслює багатоаспектність змісту діяльності і необхідність форм її реалізації. Отже, функція – це зміст процесу формування валеологічної культури, а їх виділення розкриває процесуальний бік цього виду культури.

Гуманістично-аксіологічна функція спрямована на утвердження у навчально-виховному процесі цінності людини та її здоров'я, на забезпечення умов для розвитку її здібностей, утвердження у сумісній діяльності стосунків, заснованих на ідеях партнерства, рівності, справедливості та гуманності.

Технократичний підхід до підготовки особистості студента привів до такої організації освітнього процесу, при якій майбутній учитель виявився поза контекстом світової та вітчизняної культури. У той же час цінності і норми культури, мистецтва, мораль і всі досягнення духовної сфери повинні створювати атмосферу звернення до людської особистості, проникнення в усі структури цілісного педагогічного процесу, забезпечення його орієнтацію на особистісний розвиток учителя.

Виявлення гуманістично-аксіологічної функції полягає у формуванні в особистості студента валеологічного мислення і свідомості, ціннісного ставлення до людини та її здоров'я, формування таких якостей, як потреба в безкорисливому служінні істині, інтелігентність, самостійність у судженнях, відповідальність та ініціатива, справедливість тощо.

Гуманістично-аксіологічна функція об'єднує протилежні, але тісно



пов'язані між собою процеси соціалізації та індивідуалізації особистості. Набуття досвіду суспільних відносин у процесі сумісної діяльності та спілкування на індивідуальному рівні, коли норми, правила суспільного життя стають особистісними якостями.

Гуманістично-аксіологічна спрямованість діяльності відбивається у соціально-моральних якостях особистості студента. Спрямований процес соціалізації особистості одночасно є й процесом індивідуально-особистісного становлення, формування власного професійного «Я».

Навчально-виховна функція спрямована на забезпечення цілісного уявлення про сутність валеологічної культури, реальні шляхи її пізнання і засвоєння. Валеологічна культура не зводиться до знань про педагогічний процес, форми і методи його організації, вона охоплює по можливості галузь валеологічної діяльності, у якій особистість виступає як організатор, що враховує різноманітність екологічних, валеологічних, психолого-педагогічних та інших знань. Вона реалізується у спрямованій діяльності особистості вчителя щодо оволодіння певною системою валеологічних знань, умінь, навичок, соціальним досвідом для розвитку професійно спрямованого інтелекту і здібностей. Валеологічна діяльність учителя в інтересах суб'єкта навчання спрямована на його особистісний валеологічний розвиток, а в інтересах держави і суспільства – на підготовку сучасного професіонала з високим рівнем валеологічної свідомості та відповідальності.

Навчально-виховна функція виявляється у спрямованому дослідженні, доборі і систематизації наукових знань про суб'єкти і об'єкти освітнього процесу. Це особливо важливо в сучасних умовах активного розширення і оновлення науково-педагогічних знань, пошуку нових альтернативних систем формування валеологічної культури.

Навчально-виховна функція спрямована не тільки на пізнання й аналіз валеологічних явищ, але і на вивчення студентом самого себе, своїх індивідуально-психологічних особливостей, рівня свого професіоналізму. Реалізація цієї функції зумовлена низкою факторів: рівнем валеологічної, методологічної, методичної, технологічної і дидактичної підготовки студентів у вищому педагогічному навчальному закладі; рівнем розвитку мотивів студентів щодо оволодіння валеологічними знаннями, вміннями і навичками; наявністю матеріально-технічної бази; індивідуально-психологічними особливостями студентів та викладачів.



Продуктивно-процесуальна функція спрямована на розвиток творчих здібностей студентів і самореалізацію в різних видах валеологічної діяльності, усвідомленню власних можливостей, виявленню і втіленню їх творчого потенціалу.

Продуктивно-процесуальна функція зумовлює соціальну орієнтованість педагогічної творчості майбутнього вчителя, тобто адекватне вираження власної соціальної позиції щодо навколишнього середовища і здоров'я у процесі професійної самоактуалізації. Ця функція дозволяє майбутньому вчителю узгоджувати обрані прийоми валеологічної діяльності із власними творчими можливостями. У майбутній педагогічній діяльності вона є основою пошуку власних конструктивних принципів та оригінальних форм і методів формування екологічно виправданої поведінки своїх вихованців.

Діагностично-корекційна функція відображає здатність майбутнього вчителя до аналізу причинно-наслідкових зв'язків основних валеологічних явищ, які відбуваються в суспільстві, забезпечує поглиблює розуміння учителем завдань його педагогічної діяльності з відновлення гармонії між особистістю і навколишнім середовищем, із корекцією логіки виховного впливу і критеріїв оцінювання його результатів.

Валеологічна культура, будучи складним особистісним утворенням, має складну структуру. Успішність її формування неможлива без чіткого уявлення про структурні компоненти.

Питання структури різних аспектів людської культури було предметом дослідження багатьох учених. Ще І. Кант у визначенні структури культури наголошував на її сутності і основній цілі.

Так, згідно з теорією особистості К. Платонова можна виділити таку систему вимог до особистості педагога: соціальна спрямованість, система провідних відносин, потреб, мотивів, поглядів; знання, уміння, актуальні здібності; загальна культура і розвиненість; особливості пізнавальних, емоційних і вольових процесів як основа здібностей; спадково задані індивідуальні особливості особистості.

У структурі діяльності прийнято виділяти рух і дії. У русі виявляється фізіологічна активність організму. На відміну від рухів, дії більш складні психологічні утворення. Вони безпосередньо пов'язані з метою діяльності, мають певний предметний зміст, у них виявляється ставлення людини до навколишньої дійсності.



Підґрунтям професійної діяльності вчителя є реалізація компонентів педагогічної діяльності – цілеспрямованої, мотивованої системи педагогічних дій. Теоретичний аналіз різних підходів до структури професійної діяльності вчителя дозволив дійти висновку, що валеологічна культура майбутнього вчителя має включати низку взаємопов'язаних компонентів, а саме: мотиваційно-ціннісний – сформованість професійно-педагогічної спрямованості на здійснення валеологічної діяльності; когнітивний – засвоєння системи психолого-педагогічних і валеологічних знань; операційно-діяльнісний – сукупність валеологічних умінь і навичок, засвоєння яких необхідні для здійснення валеологічної діяльності, адекватного та успішного розв'язання різноманітних педагогічних ситуацій; рефлексивно-оцінний – сукупність якостей і здібностей самооцінки конкретних результатів валеологічної діяльності.

Результат сформованості кожного компонента це розвиток ціннісно-сміслових орієнтацій, знань, умінь, навичок, якостей учителя, а результатом сформованості всіх компонентів – це здатність майбутнього вчителя здійснювати професійну валеологічну діяльність.

Особливості названих компонентів визначаються специфікою валеологічної культури і вони носять умовний характер, оскільки в освітньо-виховному процесі їхнє формування відбувається комплексно. Діалектична єдність структурних компонентів складає зміст валеологічної культури.

Зупинимось більш детально на характеристиці кожного компонента валеологічної культури.

Мотиваційно-ціннісний компонент передбачає сукупність соціальних настанов, мотивів, нахилів, інтересів, потреб, ціннісних орієнтацій та сформованість психологічних властивостей особистості майбутнього вчителя, необхідних йому для здійснення валеологічної діяльності [8].

Професійно-педагогічна діяльність учителя може бути успішною лише у тому разі, якщо педагог постійно прагне до підвищення своєї кваліфікації, удосконалення педагогічної майстерності. Це можливе лише за умов особистісного зростання, формування активної життєвої позиції, виявлення ініціативи, без чого будь-яка людина не може переосмислити стереотипи власного досвіду, засвоїти нові ідеї, підходи до професійної діяльності. Для виявлення ініціативи вчителю необхідні певні мотиви, зацікавленість, орієнтація на цінності.



Отже, валеологічна культура вчителя може виявлятися лише в нерозривній єдності з цінностями особистості, її інтересами й мотивацією до цього виду діяльності.

Одним із найважливіших аспектів мотиваціо-ціннісного компонента валеологічної культури є формування позитивної мотивації валеологічної діяльності.

Мотиви обумовлені потребами людини і спонукують її ставити конкретні цілі, без яких діяльність не може бути свідомою, та визначають її результативність. Досягнення цих цілей стає мотивом до продовження діяльності і постановки подальших цілей.

Глибокі, міцні, емоційно забарвлені та змістовні мотиви забезпечують ефективність навчально-виховних заходів і стають генератором творчого самовдосконалення кожного студента. Сукупність стійких мотивів трактується вченими як стійка мотивація.

Мотиви спонукають, стимулюють і надають сенсу конкретній діяльності особистості. Під їхнім впливом формуються творчо-пошукові й дієво-вольові прояви особистості.

Мотиви валеологічної діяльності виникають у повному обсязі лише тоді, коли існують певні потреби для такої діяльності та її стимули. У зв'язку з цим з'являється необхідність формування у студента інтересу до валеологічних проблем, системи позитивних потреб збереження навколишнього середовища як природної основи здоров'я і на їхній основі мотивів до оволодіння валеологічною культурою та її постійного вдосконалення і самовдосконалення.

Виділяють *мотиви валеологічної діяльності*:

- соціальні – мотиви, що стосуються суспільства в цілому – причетність до важливого виду діяльності, реальний внесок у збереження здоров'я і поліпшення екологічного стану навколишнього середовища, можливість впливати на формування валеологічної свідомості учнів, батьків, інших учителів тощо;
- власне валеологічні мотиви – мотиви, що стосуються безпосередньо валеологічної діяльності;
- мотиви особистісного розвитку – необхідність володіти собою, долати труднощі, можливість реалізовувати свій творчий потенціал тощо.

Валеологічна культура, яка знаходиться у площині гуманізації людини з навколишнім середовищем, передбачає актуалізацію валеологічної свідомості



педагога, пов'язану з такими змінами в його світогляді:

- зміною ставлення вчителя до здоров'я: він має визнавати здоров'я як найвищу загальнолюдську цінність; усвідомлювати необхідність вивчення законів, об'єктів, явищ і закономірностей зв'язків людини з навколишнім середовищем, механізмів здоров'я людини та її екологічної адаптації, розуміння наслідків впливу людини на природу, відповідальності за власне здоров'я;
- зміною ставлення педагога до навколишнього середовища, що передбачає розуміння навколишнього середовища як біологічної основи здоров'я людини, визнання єдності всього живого та благоговіння перед ним, відповідальності за екологічне майбутнє навколишнього середовища та бажання безкорисливо служити загальній справі його збереження;
- зміною ставлення учителя до себе, усвідомлення ступеня впливу своєї професійної діяльності на формування особистості дитини.

У структурі мотиваційно-ціннісного компонента не менш важливе значення має усвідомлення й засвоєння майбутнім учителем валеологічних цінностей.

Категорія цінності належить до великого класу мотиваційних явищ, що організують і керують діяльністю людини, тобто функціональні цінності виступають у перетвореному вигляді як мотиви діяльності та поведінки особистості. Вони виступають як способи досягнення кінцевої мети.

Цінності сприяють усвідомленню сенсу життя, утворюють підґрунтя для самоствердження людини як творчої особистості, визначають її життєву позицію за умови, що вони глибоко сприйняті особистістю як ціннісні орієнтації.

У понятті ціннісні орієнтації відбивається весь комплекс світоглядних і моральних цінностей. У силу цього ціннісна орієнтація органічно входить до складу мотивів поведінки, визначаючи їх зміст і спрямованість, конкретизуючи принципи і перетворюючи їх у систему поглядів, переконань особистості.

Мотиваційно-ціннісне ставлення до навколишньої дійсності обумовлює найважливішу його функцію – готовність до здійснення управління діяльністю і поведінкою особистості. Саме в цьому спостерігається зближення ціннісних орієнтацій зі спрямованістю особистості.

Особливе значення для майбутнього вчителя відіграють професійно-ціннісні орієнтації, які забезпечують усвідомлену потребу оволодіння основами майбутньої професійної діяльності і поведінки. До них можна віднести такі:



зміст професійної діяльності і обумовлені ним можливості самореалізації особистості; суспільна значущість праці, яка визначається результатами, наслідками та оцінкою трудової діяльності людини; режим і умови праці, в тому числі соціально-економічні, морально-психологічні тощо. Цінності діяльності педагога глибоко охарактеризовані М. Васильєвою.

Під цінностями валеологічної діяльності розуміють ідентичні особливості, які дозволяють учителю задовольняти свої матеріальні, духовні і суспільні потреби, слугують орієнтирами його соціальної і валеологічної активності, спрямованої на досягнення суспільно значущих цілей збереження здоров'я людини та середовища її існування.

Узявши за основу характерні потреби особистості із професією вчителя, можна запропонувати таку класифікацію цінностей його валеологічної діяльності: цінності, пов'язані з утвердженням у суспільстві, найближчому соціальному середовищі; цінності, пов'язані із задоволенням потреби у спілкуванні в процесі валеологічної діяльності в шкільному соціумі; цінності, пов'язані із самовираженням в валеологічній діяльності; цінності, пов'язані з утилітарно-прагматичними запитами у валеологічній діяльності; цінності, пов'язані із самовдосконаленням у валеологічній діяльності.

Серед цінностей валеологічної діяльності за їх предметним змістом можна виділити цінності самодостатнього та інструментального типів. До перших можна віднести цінності – цілі: творчий характер валеологічної діяльності вчителя, її престиж та суспільне значення, його професійне самоствердження тощо. Цінності самодостатнього типу знаходять своє вираження у цілях валеологічної діяльності, пов'язаних із розвитком особистості вчителя у процесі самооздоровлення, екологічної діяльності в природі, розвитку валеологічної свідомості та поведінки учнівського і педагогічного колективів, відповідність інтересів особистості характеру валеологічної діяльності тощо. Цінності інструментального типу передбачають оволодіння теорією і технологією (нормами, принципами, способами) валеологічної діяльності, які складають основу професійної підготовки вчителя.

Відповідно до наведеної класифікації цінностей валеологічної діяльності педагога ми пропонуємо такий їх зміст: суспільна значущість та престиж валеологічної діяльності вчителя, визнання та підтримка її колективом; любов до дітей, можливість спілкування з дітьми, їхніми батьками, учительським колективом тощо; творчий, різноманітний і гуманістичний характер



валеологічної діяльності, захопленість нею, можливість брати участь у вихованні дітей, створювати здоров'язберігаюче освітнє середовище в школі, займатися природоохоронною роботою, відповідність валеологічної діяльності своїм професійним інтересам і здібностям тощо; можливість самоствердження і професійного зростання у ній, широта поля міжособистісного спілкування; можливість виявляти творчі здібності, залучатися до загальної, педагогічної і валеологічної культури, постійно займатися самоосвітою тощо.

Мотиваційно-ціннісний компонент передбачає також сформованість властивостей особистості майбутнього вчителя, які обумовлюють його становлення як професіонала у сфері педагогічної праці та дозволяють забезпечити творчий характер валеологічної діяльності.

У психології під властивостями, або рисами особистості розуміють стійкі особливості її поведінки, які повторюються у різних ситуаціях. До таких властивостей необхідно віднести перш за все особистісні якості, професійно-педагогічну та валеологічну спрямованість особистості майбутнього вчителя.

Якості особистості – це соціально і біологічно зумовлені структури особистості, що поєднують у собі психічні процеси, властивості, утворення, сталі стани та визначають стійку поведінку особистості в соціальному і природному середовищі. Якості часто поєднуються із здібностями, тобто з індивідуальними особливостями особистості, що розвиваються у процесі засвоєння людиною суспільного досвіду, виховання й навчання, у процесі трудової діяльності і які є суб'єктивними умовами успішного здійснення певного роду діяльності.

Згідно з концепцією динамічної структури особистості, розробленої К. Платоновим, до структури базових якостей педагога можна віднести такі: морально-особистісні, особистісно-педагогічні та професійно-педагогічні якості. Морально-особистісні якості вчителя – це особистісні утворення, що характеризують ставлення людини до суспільства, праці, гуманне ставлення до людей, природи, вимогливість до себе (гуманність, інтелігентність, вимогливість, працелюбство, відповідальність, дбайливість, чуйність, громадянськість, патріотизм, сміливість тощо.); особистісно-педагогічні якості, що визначаються природними задатками та розвиваються в процесі соціалізації особистості (любов до дітей, педагогічна інтуїція, доброзичливість, емпатія, ініціативність, комунікабельність, розсудливість, відкритість, емоційність тощо); професійно-педагогічні якості, які формуються у процесі професійно-



педагогічної підготовки (педагогічний такт, педагогічна спостережливність, увага, педагогічний оптимізм, витримка, самокритичність та самоконтроль, потреба в самовдосконаленні, наполегливість, дисциплінованість тощо).

Необхідно відзначити, що в умовах переходу до сталого розвитку, коли єдиним імперативом екосоціального розвитку стає екологічна оптимізація антропогенної діяльності, морально-особистісні якості людини набувають особливого значення. Останнім часом з'являється багато робіт, присвячених формуванню так званої *екологічної людини*, яка саме за морально-особистісними якостями відрізняється від людини-споживача – суб'єкта сучасного екосоціального розвитку (О. Іващенко, О. Вознюк, С. Дерябо, Л. Нечипорук, Ю. Пахомов, С. Шмалей, В. Ясвін та ін.). Формування екологічної людини можна вважати певним етапом еволюції для досягнення гармонійного співіснування суспільства і природи. Перетворення людини-споживача на людину екологічну можливе лише за рахунок духовної еволюції, одним із факторів якої можна вважати валеологічну культуру [8].

Основою формування уявлень про екологічну людину є теоретичний базис концепцій антропокосмістів. Маючи чіткі уявлення про особистість людини та її соціальне оточення, вони сформували соціально-екологічний ідеал особистості і суспільства. Для його досягнення були намічені конкретні шляхи, в основу яких покладено бережне ставлення суспільства до природи та Всесвіту.

Для екологічної особистості властива психологічна (перцептивно-афективна, мотиваційно-ціннісна, когнітивна) інтегрованість у світ природи, що базується на уявленні про взаємозалежність людини і природи, в основу якого покладаються такі положення: людина не стоїть ізольовано над природою, а включена як один з елементів у складну систему екологічних залежностей і будь-яка її дія може мати непередбачені наслідки, які здатні порушити баланс в екосистемі. Тому екологічна людина має бути обережною; відходи людської діяльності, що викидаються у навколишнє середовище, не зникають безслідно, а так чи інакше повертаються до людини і спричиняють руйнівний вплив на її здоров'я. Тому екологічна людина повинна бути помірною і пам'ятати, що всі закони функціонування природних екосистем є для неї настільки ж обов'язковими, як і для інших живих організмів; світ природи є не тільки джерелом матеріальних ресурсів, але й чинником особистісного, духовного розвитку людини. Тому екологічна особистість прагне до психологічної єдності



зі світом природи, що дозволяє реалізуватися її духовному потенціалу; не тільки людство впливає одностороннім чином на природу, але і природа так само впливає на характер розвитку людства. Тому екологічна особистість прагне впливати на інших людей, різноманітні суспільні, економічні і політичні структури, щоб їхня діяльність була екологічно доцільною, не призводила до негативних змін у природному середовищі, які потім будуть мати такий же вплив на розвиток людства, іншими словами вона прагне бути екологічно активною.

Для екологічної особистості властивий суб'єктний характер сприймання природних об'єктів, що виявляється у наступному: природні об'єкти відносяться нею до сфери людського, рівного їй у своїй самоцінності і, відповідно, взаємодія з ними включається у сферу дії етичних норм, правил тощо; природні об'єкти можуть виступати для неї в ролі референтних осіб і груп, що змінюють її погляди, оцінки, ставлення до себе, до речей, природи й інших людей; природні об'єкти можуть виступати для неї як повноправні партнери зі спілкування і спільної діяльності.

Для екологічної особистості властиве прагнення до непрагматичної взаємодії з природою, що виявляється в чотирьох основних сферах: естетичному освоєнні природних об'єктів та їх комплексів; пізнавальній діяльності, обумовленій інтересом до життя, задоволенням від самого процесу пізнання; практичній взаємодії з природними об'єктами, в основі якої лежить не бажання отримати якийсь корисний продукт, а потреба в спілкуванні з ними; участі в природоохоронній діяльності, продиктованій не міркуванням дальнього прагматизму (необхідністю зберегти природу, щоб нею могли користуватися майбутні покоління), а потребою піклуватися про природу заради її самої.

Спираючись на вищенаведене, теоретичне дослідження проблеми, для формування валеологічної культури майбутнього вчителя необхідний розвиток, окрім інших, таких якостей його особистості, як гуманність, громадянськість, відповідальність, ініціативність, дбайливість, наполегливість, дисциплінованість.

Так, *гуманність* – складне психічне утворення, яке включає усвідомлення і розуміння норм моралі, наявність гуманних почуттів і моральної поведінки. Базовою категорією гуманності є поняття гуманні почуття, тобто емоційне переживання реальних гуманних взаємин і взаємодій. Виявленням гуманності є



доброзичливе ставлення до людей, відчуття співпереживання, жалості, милосердя, справедливості, чуйності, емпатії, турбота про екологічний стан навколишнього середовища, повага до всього живого. Це система настанов особистості на всі прояви життя, які представлені у свідомості індивіда сприйнятими в цілому переживаннями, і реалізуються в актах співучасті, надання практичної допомоги.

Громадянськість передбачає психологічну готовність до активного здійснення суспільного життя, спроможність людини ефективно реалізовувати громадянські права і обов'язки в умовах переходу суспільства до сталого розвитку. Громадянськість дозволяє вільно орієнтуватися у проблемах сучасного соціально-екологічного життя в Україні, володіти процедурами участі в діяльності екологічних інститутів демократичної держави, застосовувати процедури і технології захисту власних екологічних інтересів, прав і свобод інших громадян, виконання екологічних обов'язків у межах місцевої громади та держави, використовувати способи діяльності й моделі поведінки, що відповідають соціально-екологічному ідеалу суспільства, чинних екологічному законодавству та інших нормативних документів України, що орієнтовані на збереження навколишнього середовища і здоров'я населення. Визначальними характеристиками громадянськості є високий рівень екологічної свідомості, освіченості, патріотизм, моральність і трудова активність.

Відповідальність – інтегрована особистісна якість, яка має високий рівень усвідомленості і узагальненості. Для неї характерним є морально-правовий зміст, що становить єдність духовно-морального і раціонально-практичного аспектів ставлення особистості до навколишнього середовища і здоров'я. Відповідальність виявляється у добросовісному виконанні екологічних обов'язків, дотриманні екологічних вимог щодо збереження здоров'я, готовності відповідати за свої вчинки у навколишньому середовищі.

Ініціативність – необхідна якість особистості, яка виявляється в усіх видах діяльності. Це найвищий показник творчого інтелекту, спрямованості на активне і продуктивне вирішення еколого-валеологічних проблем. Ініціативність пов'язана з допитливістю, винахідливістю, здібністю висувати ідеї та пошук найбільш раціональних способів їхнього практичного втілення.

Дбайливість – якість особистості, яка формується в різних видах трудової діяльності і виявляється в ситуаціях, коли людина, завдаючи в процесі своєї



діяльності шкоди природі та своєму здоров'ю, уживає низку заходів на їх відновлення. Дбайливість допомагає враховувати негативні наслідки антропогенної діяльності і планувати найбільш еколого- і здоров'ябезпечні способи господарювання. Дбайливість тісно пов'язана з такими особистісними якостями, як бережливість і раціональність.

Наполегливість дозволяє особистості мобілізувати свої можливості для подолання валеологічних проблем, знаходити відповідні засоби для цього. Наполеглива особистість завжди правильно оцінює обставини і знаходить у них те, що допомагає досягти цілі, не зупиняється перед невдачами, не піддається сумнівам, не звертає уваги на докори чи протидію інших людей.

Дисциплінованість особистості виявляється у витриманості, внутрішній організованості, готовності виконувати всі вимоги щодо збереження здоров'я у різних екологічних ситуаціях, підкорятися чинним у державі екологічним законам, дотримуватися правил неруйнівної поведінки у навколишньому середовищі.

Процес формування особистісних якостей полягає в розкритті та реалізації особистісного потенціалу студента, його можливостей і здібностей. Необхідним чинником розвитку цих якостей є глибинне усвідомлення свого обов'язку, прагнення до самооцінки, самоаналізу й самовдосконалення. Особистісні якості педагога впливають на характер і результати його валеологічної діяльності, реалізацію можливостей, здібностей, професійну майстерність та компетентність.

Мотиваційно-ціннісний компонент у структурі валеологічної культури майбутнього вчителя передбачає його професійно-педагогічну спрямованість на здійснення валеологічної діяльності. Професійно-педагогічна спрямованість особистості визначається ієрархічною системою мотивів та вибіркоким ставленням до дійсності. Вона мобілізує приховані сили людини, сприяє формуванню її професійно важливих здібностей та властивостей, зокрема, любові до дітей, професійної самосвідомості, педагогічного мислення, наполегливості у набуванні професійної майстерності, здатності до саморегуляції тощо. Комплекс цих особистісних якостей спонукає людину до самореалізації в педагогічній діяльності та виступає важливою передумовою творчості.

Отже, спрямованість майбутнього вчителя на здійснення валеологічної професійно-педагогічної діяльності передбачає сформованість таких рис:



- гуманістично-ціннісного світогляду, що дозволяє розглядати людину і природу як найвищі цінності;
- особистісного сприймання і визнання цілей валеологічної діяльності як цінностей;
- усвідомлення особливої значущості для педагога сформованості валеологічної культури;
- зацікавленості валеологічними проблемами;
- свідомого бажання займатися валеологічною діяльністю та прагнення до її позитивного результату;
- мотивації самоосвіти, саморозвитку та самовдосконалення педагогічної майстерності.

Когнітивний компонент валеологічної культури включає систему психолого-педагогічних та валеологічних знань, опанування якими необхідне для здійснення валеологічної діяльності, успішного та адекватного розв'язання різноманітних педагогічних ситуацій.

Виділяють таку ієрархічну залежність наукових знань: учення – сукупність теоретичних положень у будь-якій галузі знань, яке може включати в себе низку теорій, концепцій; теорія – форма наукового знання, яка дає цілісне уявлення про закономірності та взаємозв'язки, основні ідеї тієї чи іншої галузі знань; концепція – сукупність найбільш істотних елементів теорії чи теорій, точка зору, провідна ідея для розуміння сутності певних процесів і явищ, конструктивний принцип; гіпотеза – імовірне припущення про причини тих чи інших явищ, ще не перевірене і не підтверджене експериментом; після такої експериментальної перевірки може або відмерти, або перетворитися у наукову теорію; поняття – форма мислення, яка відбиває істотні властивості, зв'язки предметів і явищ, виступає як мислення фіксація певного предметного змісту; розглядається як елемент учень, теорій, концепцій і гіпотез; термін – слово чи словосполучення, яке відображає найменування наукового поняття і фіксує його в короткій дефініції чи має більш самостійне значення.

Поза цим часто використовують ще таку ієрархію знань: факти – найпростіші види знань, основа емпіричного мислення; закон – внутрішній і необхідний, всезагальний та істотний зв'язок предметів і явищ об'єктивної дійсності, часто повторювана сталість у явищі; парадигма – сукупність знань і оцінок, накопичених даних, які впродовж деякого часу використовуються спеціалістами як шаблон при постановці завдань та їх вирішенні.



Навчальні знання мають декілька своїх характерних особливостей: вони характеризують одну з найважливіших цілей навчання, вони є засобом педагогічного впливу на суб'єкт навчання, розкривають зміст, внутрішню сторону педагогічного процесу. Навчальні знання складають один із найважливіших компонентів змісту освіти.

Не викликає сумніву, що ефективність професійної праці вчителя і валеологічної діяльності як її складника забезпечується, передусім, рівнем засвоєння професійних знань. Це зумовлює фахову мобільність педагога, яка виявляється у його здатності орієнтуватися у соціально-педагогічних ситуаціях, що постійно змінюються, швидко та правильно розв'язувати педагогічні завдання.

В. Гриньовою розроблена така система видів знань майбутнього вчителя: теоретичні знання, які необхідні для здійснення діяльності (терміни, поняття, правила, закони, наслідки законів, наукові факти, принципи, постулати, аксіоми, гіпотези, наукові теорії, ідеї науки); знання-засоби, що сприяють формуванню вмінь, виконанню певних дій, операцій (прикладні операції мислення, експериментальні знання методів і процедур); знання-цінності, які визначають ставлення педагога до оточуючої дійсності, формують різнобічну особистість (методологічні знання, історичні знання, оцінні знання, наукові теорії, ідеї науки, принципи, факти, закони).

Валеологічні знання здобуваються в процесі валеологічної освіти, яка зводиться не тільки до валеологічних знань, а й сприяє розвитку характеру особистості, її здібностей та вмінь, необхідних для адаптації людини в сучасних складних екологічних умовах. Валеологічну освіту можна розглядати як процес і результат оволодіння суб'єктом соціальним валеологічним досвідом, вона є провідним чинником формування валеологічної культури.

Детально аналізувати структуру теоретичних знань учителя вважаємо недоцільним, а звернемо увагу лише на ті, які складають когнітивний компонент валеологічної культури майбутнього вчителя.

Звичайно, що першим питанням, яке виникає при формуванні системи знань про грамотну, екологобезпечну, здоров'язберігаючу взаємодію людини з навколишнім середовищем, які науки будуть слугувати джерелом навчальних знань. Сутність валеологічної культури дає зрозуміти, що такими науками повинні бути загальна екологія та валеологія.

Традиційно екологія належала до числа фундаментальних підрозділів



біологічної науки, що досліджує функціонування систем і структур надорганізмного рівня у їх взаємодії один з одним та сукупністю екологічних факторів навколишнього середовища. Екологія охоплює широке коло теоретичних і практичних питань: вивчення різних рівнів біологічної організації – від окремих організмів через популяції та угруповання до екосистем, принципи й закономірності їх структури, функціонування, розвитку, регуляторні й адаптивні механізми; досліджує сутність процесів обміну і перетворення речовин та енергії; веде пошуки природних законів організації життя на нашій планеті.

На сучасному етапі екологія перетворилася з окремого вузького розділу біології на цілий комплекс фундаментальних і прикладних дисциплін.

Зараз існує багато класифікаційних схем екології як науки. Найбільш вдалою нам здається класифікація основних напрямів сучасної екології, запропонована в 1995 р. відомими українськими екологами Г. Білявським і В. Бровдієм. У ній збережено класичне тлумачення цієї науки, у центрі якої живі організми та їх природні системи всіх рівнів організації. Виходячи з кола питань, які вирішує екологія сьогодні, автори поділяють її на теоретичну і прикладну. Завдання теоретичної екології удосконалення й подальший розвиток фундаментальних досліджень на всіх рівнях організації живої матерії. Прикладна екологія охоплює своїми дослідженнями всі практичні аспекти діяльності людини, аналізує її результати, окреслює шляхи, напрямки і методи запобігання шкоди, яку завдає господарська діяльність людини і суспільства у цілому навколишньому середовищу і самій людині.

Сучасна екологія, яка досліджує дію антропогенних факторів у біосфері, належить до того типу наук, які виникли на перетині багатьох наукових напрямів, які орієнтовані на вивчення кризових ситуацій у біосфері. Вона відображає як глобальність сучасних задач, що стоять перед людством, так і різні форми інтеграції методів, напрямів і наукового пошуку. Перетворення екології із суто біологічної дисципліни на галузь знання, що включила також суспільні та технічні науки, у сферу діяльності, яка заснована на вирішенні ряду надзвичайно складних політичних, ідеологічних, економічних, етичних та інших питань, зумовило їй значуще місце в сучасному житті, зробило її своєрідним вузлом, у якому об'єднуються різні напрями науки і людської практики. Екологія все більше стає однією з наук про людину і має багато наукових напрямів, у цій науці вони знаходять точки дотику з



фундаментальними і прикладними дослідженнями, між теоретичними розробками і практичним їх застосуванням.

Для гармонізації взаємодії людини з біосферою набуває важливості вивчення закономірностей цієї взаємодії, розвитку якості народонаселення, збереження і розвитку здоров'я, удосконалення психофізіологічних можливостей людини. Вирішення цих завдань покладено на один із розділів екології – екологія людини.

Методологічна сутність екологічних знань як базового елемента системи екологічної освіти детально обґрунтована Л. Лук'яною. Дослідниця окреслює системність екологічних знань і вказує на те, що їх методологічним підґрунтям є постійний науковий пошук, який визначає змістовну інноваційність екологічних знань. Провідні ознаки екологічного знання – це його прогностичність, інтегрований характер і практична спрямованість на практичну діяльність у реальних соціоприродних ситуаціях.

Унікальність біопсихосоціального феномена людини, планетарний і космічний резонанс діяльності людства, глобальні масштаби біосферних змін розширюють предмет сучасної екології людини як науки. Складність прямих і зворотних зв'язків людини із навколишнім середовищем, що швидко змінюється, вимагає широкого кола наук для їх вирішення. Тому з розділу біологічної галузі сучасна екологія людини поступово перетворюється у міждисциплінарну галузь знань, комплексну синтетичну проблему, яка об'єднує досягнення і зусилля багатьох наук. Специфіка екології людини, об'єм фактів, понять та інтерпретацій, наявність значної кількості вузькоспецифічних тем та проблем, роль у суспільстві надають право відносити її до найважливіших і найактуальніших галузей сучасної

Формування валеологічної культури майбутніх учителів повинно здійснюватися з урахуванням сучасних наукових знань про людину, її екологічних взаємозв'язків із біосферою і Всесвітом, ролі екології людини у формуванні культури особистості як основи подолання екологічної кризи, забезпечення індивідуального і популяційного здоров'я людини та стабілізації екологічної рівноваги біосфери як живої системи.

Важливий складник когнітивного компоненту валеологічної культури валеологічні знання. Валеологія, як уже зазначалося раніше, розглядає фундаментальні закони духовного і фізичного здоров'я як окремої особистості, так і всього людського суспільства на новому етапі його духовно-творчої



еволюції; наука, в основу якої покладено перевірену досвідом багатьох століть ідею про те, що завдяки правильній світоорієнтації (визнання нерозривного зв'язку навколишнього середовища і людини) та відповідній поведінці, людина спроможна забезпечити собі довге, радісне й активне творче життя.

Специфіка валеології полягає в тому, що вона синтезує знання про здоров'я здорової людини й особливості її взаємодії з природою та соціумом, які накопичені у таких галузях знань, як філософія, соціологія, психологія, біологія, анатомія і фізіологія людини, екологія, екологія людини, офіційна та народна медицина, етнографія, релігієзнавство, культура та інших суміжних галузей. У практично-прикладному аспекті вона становить собою цілісний комплекс профілактично-оздоровчих знань про структуру і функціонування людського організму та його природних захисних механізмів.

Отже, валеологія у сучасних екологічних умовах розглядаються як джерело наукових знань, за допомогою яких людство одержує можливість вирішення двох нагальних завдань: формування нового ненасильницького, екологічного і духовно-творчого мислення як у масштабах окремої країни, так і в масштабах усієї світової спільноти, тобто формування філософсько-гуманітарного аспекту світобудови ХХІ століття як передумови подолання глобальної екологічної катастрофи та формування практично здорової, добромислячої та активно-творчої людини, здатної упродовж усього життя самостійно підтримувати своє здоров'я на належному рівні, тобто значною мірою вирішувати проблеми охорони здоров'я, які вже не під силу вирішити медицині та гігієні.

Здійснення валеологічної діяльності, безперечно, вимагає засвоєння системи узагальнених валеологічних знань, які є центральним ядром творчої основи діяльності педагога. Успішна валеологічна діяльність неможлива без наукових знань про людину і природу, специфіки їх взаємодії, механізмів, що визначають здоров'я тощо.

До системи валеологічних знань входять загальнонаукові, загальнокультурні, психолого-педагогічні і спеціальні знання [8].

Загальнонаукові знання охоплюють значні галузі знання, але в контексті нашого дослідження ми під ними розуміємо природничо-наукові знання, які дають уявлення про біосферу, місце в ній людини та її екологічні зв'язки, поняття про здоров'я людини. Без цих знань унеможлиблюється процес формування валеологічної культури.

Загальнокультурні знання – це знання у галузі суспільних наук, філософії,



культурології, літератури, музики, мистецтва і літератури, права і політики, економіки, релігії, етики й естетики, деонтології тощо. Вони забезпечують загальнонаукову, загальнокультурну і гуманітарну підготовку майбутніх учителів, усвідомлення значення загальнолюдських цінностей, духовних потреб та інтересів у сучасному світі, націлені на осмислення історії цивілізації, удосконалення культури безпечної поведінки людини в біосфері. Низький рівень сформованості цих знань веде до однобічності особистості та обмежує можливості формування валеологічної культури студентів. Ці знання забезпечують сформованість мотиваційно-ціннісного компонента, вироблення у кожного студента свого власного валеологічного світогляду.

Психолого-педагогічні знання включають знання вікових особливостей учнів, їхньої мотиваційної сфери, механізмів мислення та діяльності, основ педагогічної майстерності, організаційних форм та методик проведення навчально-виховної діяльності, розуміння важливості використання у своїй роботі репродуктивного, продуктивного та творчого підходів до засвоєння знань.

Валеологічні знання – це знання про залежність здоров'я людини від екологічних факторів, її екологобезпечну та здоров'язберігаючу поведінку у навколишньому середовищі. Їхньою особливістю є те, що вони мають інтегрований характер і поєднують у собі екологічні, валеологічні, біологічні, медичні, філософські, географічні, економічні, соціологічні, юридичні, демографічні та інші знання.

Валеологічні знання становлять специфічну форму єдності наук, що вивчають складні взаємини людини з навколишнім середовищем і, перш за все, екології та валеології. Основою їх формування є інтегративні процеси, які відбуваються у сучасній науці. Вони є результатом узагальнення, ущільнення та уніфікації різних знань, зростання їх інформаційної ємності. Для валеологічних знань, як і будь-яких інших інтегрованих знань, притаманний такий характер взаємовідношень між знаннями, що їх утворюють: взаємодія, взаємовплив, взаємозв'язки, взаємопроникнення, взаємозбагачення.

Необхідно зазначити, що в цілому інтеграція наукових знань у процесі формування професійних умінь і якостей сприяє розвитку особистості, її саморозвитку та становленню як професіонала.

Валеологічні знання є цілісними знаннями про екологобезпечну та здоров'язберігаючу взаємодію людини з навколишнім середовищем, які в



комплексі сприяють підготовці, прийняттю та реалізації ефективних еколого-валеологічних рішень.

Обсяг валеологічних знань об'ємний і тому ми виділили основні групи основних валеологічних знань, яких повинні набути студенти в процесі формування валеологічної культури, а саме:

I група знань – орієнтаційна: про біопсихосоціальну природу людини; функціональні та еволюційні зв'язки людини з навколишнім середовищем; принципи функціонування організму людини як біологічної системи, його онтогенез та взаємодію з іншими біологічними системами; сутність здоров'я і адаптивні можливості людини; вплив антропогенних екологічних факторів на навколишнє середовище і здоров'я людини; валеологічні проблеми і шляхи їх розв'язання у системі навколишнє середовище-людина-суспільство.

II група – оцінна: про характер і ступінь антропогенного впливу людини на навколишнє середовище, його моніторинг з метою передбачення чи усунення негативних наслідків.

III група – нормативно-правова: про правові основи екологічної безпеки населення; екологічні права, обов'язки і відповідальність громадян. Засвоєння студентами цих знань, у поєднанні з основами правового і громадянського виховання надає їм соціальної значущості і дієвого спрямування у свідомому дотриманні особистістю не лише морально-етичних, а й правових норм суспільства у взаємодії з навколишнім середовищем.

IV група – прогностична: про сутність можливих напрямів і способів вирішення валеологічних проблем та про можливу стратегію екологобезпечної та здоров'язберігаючої поведінки у навколишньому середовищі. Це ті знання, які забезпечують не лише аналіз сучасного стану навколишнього середовища та здоров'я людини, але й створюють основу для інтелектуальної, мотиваційно-ціннісної і практичної діяльності з моделювання можливих напрямів охорони навколишнього середовища, збереження і поліпшення здоров'я людини. Це, насамперед, дозволяє студенту актуалізувати своє власне ставлення до валеологічних проблем в їх онтогенезі, визначати результативність конкретної валеологічної діяльності на кожному з етапів її здійснення.

V група – практична: про можливі форми, методи і засоби вирішення місцевих і регіональних валеологічних проблем, проведення моніторингових досліджень навколишнього середовища та здоров'я людини як інтегрованого показника його екологічного стану; про мотиви і стимули активізації



конкретної валеологічної діяльності особистості в навколишньому середовищі; способи зміцнення здоров'я в умовах екологічних негараздів.

Свідоме засвоєння студентами таких знань – показник високого рівня усвідомлення соціальної значущості власних валеологічних дій у навколишньому середовищі, провідний стимул інтелектуального розвитку, самовдосконалення і самореалізації особистості у процесі її виправданої валеологічної діяльності.

При доборі системи основних валеологічних знань і понять ми виділили вступні і узагальнюючі знання. Їх призначення у навчальних програмах полягає в тому, щоб цілеспрямовано починати і закінчувати вивчення будь-якого курсу, його окремого розділу чи теми. При цьому вступні знання готують до сприймання основного в матеріалі, що пропонується до засвоєння, указують метод його пізнання. Найчастіше вступні знання використовуються при вивченні тих тем і розділів, які передбачають залучення історико-наукових знань.

Узагальнюючі знання, на відміну від вступних, підводять підсумок вивченого, виділяють основні цілі тієї чи іншої теми, розділу, курсу в цілому.

Виділення вступних і узагальнюючих знань сприяє систематизації, ущільненню валеологічних знань студентів, підвищенню якості їх засвоєння.

Додаткові знання необхідні для розширення і поглиблення знань основного матеріалу. Їх вибір залежить від інтересів, цілей, мотивів як викладача, так і студента. Джерелом додаткових знань можуть стати статті з періодичних видань, науково-популярна література, довідниковий та ілюстративний матеріал, інформація з мережі *Internet*.

Засвоєння валеологічних знань пов'язане також з оволодінням і допоміжними знаннями, які слугують засобом засвоєння основних знань. До таких знань належать логічні, методологічні, філософські, історико-наукові та оцінні знання (Л. Зоріна, І. Лернер, П. Москаленко та ін.).

Так, методологічні знання – це сукупність знань із методології науки, які необхідні для усвідомленого системного засвоєння основ наук, формування наукового світогляду, тобто вони необхідні для певної діяльності і засвоєння конкретного змісту. Виділяють дві групи методологічних знань: знання про загальні методи дослідження (експериментальні, теоретичні) і знання про методи передачі наукової інформації.

Валеологічні знання спираються на філософські знання, які розширюють



уявлення про людину та світ, що її оточує, розкривають можливість їх пізнання через категоріальний філософський апарат.

Логічні знання сприяють засвоєнню валеологічних знань через ланцюжок взаємозв'язків, взаємообумовленості предметів і явищ реальної дійсності з урахуванням їх детермінації. Ці знання необхідні для повного засвоєння наукових узагальнень і сприяють розвитку логічного мислення педагога. Їх відсутність часто стає причиною формального засвоєння знань.

При доборі історико-наукових знань необхідно орієнтуватися на їхню значущість для усвідомленого засвоєння предметних знань і формування на цій основі валеологічного світогляду та моральних якостей особистості майбутнього вчителя.

Рівень оволодіння валеологічними знаннями багато в чому визначають оцінні знання – знання, які фіксують у навчальному процесі особистісне ставлення суб'єкта до об'єкта, відмінне від пізнавального. Оцінні знання необхідні для виховання мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до отриманих знань, для аналізу еколого-валеологічних явищ із суб'єктивної точки зору, тобто вони необхідні як засіб засвоєння знань і як особистісно значущий результат засвоєння елементів тих чи інших допоміжних знань, які об'єктивно присутні в процесі навчання.

Стосовно функцій знань І. Лернер виділив три основні їхні функції: онтологічну (знання – основа уявлень про дійсність); орієнтовну (знання виконують роль орієнтира при визначенні напрямку діяльності); оцінну (знання слугують базою формування ставлення до об'єктів дійсності).

До важливих якостей знань належать їхня повнота, систематичність, усвідомленість та характер засвоєння.

Формування системи знань починається зі сприймання оперативної валеологічної інформації. Від того, яка інформація відібрана (науково-обґрунтована чи випадкова), залежить ефективність процесу формування валеологічних знань. На цій основі формується валеологічна переконаність – єдність необхідного і достатнього рівня інформаційності, розуміння важливості валеологічної науки при вирішенні валеологічних проблем та прагнення до одержання нових валеологічних знань.

Форма існування знань – свідомість, причому знання лише складник, частина свідомості; будь-яке знання виражається у мові й існує як інваріант певної предметної різноманітності, як інваріант різноманітних форм і рівнів



відображення предметної різноманітності у свідомості суб'єкта, який пізнає; це єдність індивідуального і соціального. Знання як сутність предметної різноманітності, що відображена у свідомості суб'єкта пізнання, набирає тим самим здатності існувати поза цією різноманітністю.

Творче засвоєння валеологічних знань сприяє формуванню валеологічної свідомості – розумово-аналітико-синтезуючої здатності людини, яка дає їй можливість глибокого теоретичного осмислення, усвідомлення, розуміння, вираження в поняттях, категоріях, висновках і узагальненнях закономірних зв'язків здоров'я людини із станом навколишнього середовища. Саме це характеризує еколого-валеологічне мислення як інтелектуальну властивість, яка дозволяє особистості співвідносити засвоєні валеологічні поняття з реальністю і згідно з цим моделювати свою валеологічну діяльність.

Органічне поєднання розвинутих валеологічної свідомості та переконаності виступають як мотив і настанова відповідної практичної валеологічної діяльності, забезпечують її високу результативність.

Отже, когнітивний компонент валеологічної культури майбутнього вчителя – базовий для всіх інших компонентів, оскільки визначає спрямованість валеологічної діяльності вчителя, його ціннісне ставлення до навколишнього середовища і здоров'я.

Операційно-діяльнісний компонент становить сукупність валеологічних умінь та навичок, засвоєння яких необхідне для здійснення валеологічної діяльності та успішного розв'язання валеологічних ситуацій.

Знання можуть бути засвоєні лише тоді, коли студент виконує з ними дії, а керувати процесом засвоєння знань можна, керуючи цими діями. Таким чином, оволодіння майбутнім учителем валеологічною культурою не вичерпується тільки набуттям знань про природу і людину. Йому необхідно опанувати способи діяльності. Розвиток цього компонента валеологічної культури здійснюється на основі навичок і вмінь, оскільки саме ці способи діяльності надають оперативності та дієвості знанням.

У педагогіці поняття способу діяльності є основним, коли йдеться про практичну реалізацію, про формування загальнонавчальних умінь і навичок. Способи діяльності можуть бути простими і складними, але всі вони повинні бути метою процесу навчання, коли при вивченні конкретного матеріалу студенти осмислюють зміст і формують правила здійснення основних способів інтелектуальної діяльності. Інтелектуальний розвиток здійснюється



цілісно, у вигляді прогресивних змін у системі пов'язаних між собою сенсорних, розумових, мовних, емоційних, вольових та інших компонентів психіки особистості. Серед етапів формування основних способів інтелектуальної діяльності можна виділити кумуляцію, констатацію, мотивацію, рефлексію (осмислення суті і правил користування прийомом), застосування, узагальнення і перенесення.

Інтелектуальна діяльність формується значно швидше за умови використання логічної структури пошукової діяльності та застосування системи логічних дій і операцій. До структури цього компонента входять логічні предметні дії, які допомагають визначити глибину інтелектуальних процесів у студентів.

Концепція загальної діяльності О. Леонтьєва дозволяє розкрити психологічну сутність поняття уміння як процес, послідовність дій, окрему діяльність, що входить до складу діяльності людини; складне стійке утворення, спосіб діяльності людини, психологічну властивість особистості, що стала внутрішньою можливістю найбільш успішного виконання діяльності.

К. Платонов умінням називає здатність установлювати взаємозв'язки між метою діяльності, умовами і способами її виконання.

Педагогічне трактування поняття уміння пов'язується з усвідомленою творчою діяльністю. Так, В.Сластьонін зазначає, що уміння мають свідомий характер виконання дії з можливістю переходу у творчість.

Різні підходи не суперечать, а взаємодоповнюють один одного і тому не відкидаючи існуючі визначення, можна зазначити, що вміння – це здатність виконувати складну комплексну дію або готовність до її виконання на основі засвоєних знань, навичок і практичного досвіду; навички – це компонент складного вміння, основною ознакою якого є частковий автоматизм дій. Уміння у своїй основі - це творчі дії. Вони забезпечують готовність людини до приймання рішень і їхньої реалізації в змінюваних (нестандартних, життєвих) умовах. Уміння містять у собі комплекс знань, прийомів, навичок і різноманітних елементів чуттєвого та практичного досвіду.

При всій різноманітності визначень умінь, для них притаманні такі властивості: велика, порівняно з навичками, рухливість; проблемний характер; свідомий характер дій з можливістю переходу у творчість у міру їх удосконалення.

У психолого-педагогічній літературі наведені такі класифікації вмінь:



навчально-організаційні, навчально-інформаційні та навчально-інтелектуальні вміння (Ю. Бабанський); пізнавальні, практичні, організаційні, самоконтролю та оцінні (А. Бобров, А. Усова); гностичні, проектувальні, конструктивні, комунікативні та організаційні вміння (Н. Кузьміна) та ін.

Найчастіше вміння й навички формуються у процесі виконання певної системи вправ, удосконалюються і закріплюються у ході їхнього застосування у ситуаціях, що змінюються. Хоча не можна заперечити, що вони виникають і під впливом стихійних, неорганізованих форм відповідної діяльності.

На відміну від умінь, які характеризуються варіативною адекватністю способів досягнення цілей стосовно динамічних умов діяльності, навички забезпечують виконання діяльності в незмінних умовах. Навички формуються в результаті тривалих вправ у тій чи іншій дії або ці дії виконуються без спеціально спрямованої на них уваги.

Обґрунтуванню валеологічних умінь присвячена невелика кількість робіт. Так, Ю. Жданова валеологічні вміння розглядає як готовність особистості до дій, спрямованих як на збереження і зміцнення власного здоров'я, так і оздоровлення навколишнього середовища. Комплекс валеологічних умінь вона поділяє на інтелектуальні і практичні. Під інтелектуальними (теоретичними) вміннями дослідниця розуміє вміння, пов'язані з аналітико-синтетичною діяльністю особистості з оволодіння поняттями в процесі пізнання нею об'єктів і явищ. Засвоєння знань здійснюється шляхом розумових операцій, спрямованих на перетворення навчальної інформації. До практичних вона відносить вміння застосовувати знання на практиці. Це вміння, які дозволяють визначити рівень здоров'я та керувати своїм психосоматичним станом. Цей погляд щодо визначення та класифікації валеологічних умінь поділяє у своєму дослідженні Н. Щелчкова.

Методичні основи формування і розвитку валеологічних умінь і навичок у студентів небіологічних спеціальностей розглядаються Д. Натаровою. Дослідницею проведений теоретико-методологічний аналіз і обґрунтована валеологічна атракція сучасної освіти, яка спрямована на здоров'язберігаючий характер навчально-виховного процесу у вищому педагогічному навчальному закладі. Нею обґрунтовано і визначено сутність валеологічних умінь і навичок майбутнього вчителя, під якими вона розуміє володіння способами і прийомами валеологічної діяльності, які дозволяють вичленити проблему, проникнути в її суть і на цій основі конструювати та продуктивно вирішувати



валеологічні професійно-педагогічні завдання.

Виходячи з наведеного, валеологічні вміння майбутнього вчителя можна визначити як сформовану в особистому досвіді здатність виконувати еколого-валеологічну діяльність. Ця група вмінь формується на основі набутих психолого-педагогічних та валеологічних знань.

У розумінні валеологічних умінь головний акцент приділяється якостям особистості майбутнього вчителя, його готовності до здійснення усвідомленої та успішної валеологічної діяльності в умовах, що постійно змінюються.

З опорою на структуру вмінь, що виступають критерієм професійної компетентності вчителя в цілому, а також на визначені в науковій літературі вміння, необхідні для здійснення валеологічної професійної діяльності, виділили шість типів взаємопов'язаних валеологічних умінь, що має засвоїти майбутній учитель, а саме: гностичні, цілепокладання, аналітико-оцінні, прогностичні, проєктивні та практичні.

Під гностичними валеологічними вміннями ми розуміємо вміння, спрямовані на інтерпретацію і переробку валеологічної інформації відповідно до визначених цілей.

Група *гностичних умінь* включає в себе такі вміння:

- виявляти основні причини порушення екологічної рівноваги в навколишньому середовищі;
- аналізувати структуру досліджуваних екологічних факторів середовища, що впливають на здоров'я людини, вирізняти серед них основні і другорядні;
- знаходити подібності та відмінності в різноманітних екологічних ситуаціях, що впливають на здоров'я людини;
- установлювати взаємозв'язки між валеологічними явищами;
- характеризувати рівень свого здоров'я та екологічний стан навколишнього середовища;
- аналізувати фактори, що сприяють створенню здоров'язберігаючого освітнього середовища в навчальному закладі.

Сформовані пізнавальні вміння сприяють активізації навчальної діяльності, удосконаленню валеологічних знань, підвищенню їх повноти та характеру засвоєння.

Професійна валеологічна діяльність учителя передбачає орієнтацію на кінцевий результат і про який необхідно мати чітке уявлення. Підґрунтям для



цілепокладання та пошуку можливих шляхів розв'язання педагогічних завдань є аналіз педагогічної ситуації. Тому вміння цілепокладання пов'язані з аналітичною діяльністю і мають велике значення для формування валеологічної культури.

До групи *умінь цілепокладання* належать такі вміння:

- осмислювання цілі валеологічної діяльності на основі різних інформаційних джерел;
- осмислювання процесу вирішення різноманітних валеологічних ситуацій у всіх їхніх зв'язках і відносинах;
- орієнтування на загальні принципи здоров'язбезпечної поведінки педагога у різноманітних ситуаціях;
- проведення дослідження результатів розв'язання ситуації відповідно до мети;
- аналіз можливості створення здоров'язберігаючого освітнього середовища у навчальному закладі.

До аналітико-оцінних валеологічних умінь можна віднести вміння, що націлюють на пошук раціональних шляхів розв'язання валеологічних ситуацій, осмислення поведінки людини та виявлення ступеня її відповідності нормам та ідеалам валеологічної діяльності. При їх доборі ми керувалися тим, що оцінна діяльність дозволяє студентам усвідомити залежність здоров'я як біосоціальної категорії від факторів навколишнього середовища, націлити їх на гармонізацію своєї взаємодії з ним, формує ціннісне ставлення до власного здоров'я та здоров'я навколишнього середовища. У цьому полягає прескриптивна функція аналітико-оцінних умінь.

До *аналітико-оцінних умінь* ми віднесли такі:

- уміння аналізувати наукову та навчально-методичну літературу з метою її використання для розв'язання конкретних валеологічних ситуацій;
- уміння аналізувати й оцінювати результати власної валеологічної діяльності та формулювати нові завдання;
- уміння аналізувати й оцінювати результати валеологічної діяльності студентів та формулювати нові завдання;
- уміння досліджувати ефективність створення здоров'язберігаючого освітнього середовища у навчальному закладі.

Прогностичні уміння передбачають володіння учителем основними прогностичними методами.

До *прогностичних умінь* можна віднести такі:



- уміння прогнозувати наслідки впливу екологічних факторів навколишнього середовища на здоров'я людини;
- уміння формулювати завдання щодо вирішення різноманітних валеологічних проблемних ситуацій;
- уміння аналізувати наслідки оздоровчої діяльності щодо поліпшення здоров'я людини та екологічного стану навколишнього середовища;
- уміння прогнозувати результати створення здоров'язберігаючого освітнього середовища у навчальному закладі.

Формування вмінь здійснювати обґрунтований прогноз щодо впливу різних екологічних факторів на організм дитини, уміння передбачати її поведінку в навколишньому середовищі – основа конструктивного впливу майбутнього педагога на збереження здоров'я дитини.

Проективні вміння становлять спеціальну групу вмінь, що дозволяють забезпечити практичне втілення результатів педагогічного прогнозування в конкретні плани педагогічної діяльності. Будь-яке проектування передбачає максимальну конкретизацію й обґрунтування способів їх поетапної реалізації, визначення змісту та видів діяльності, необхідних для досягнення поставленої мети.

До групи *проективних вмінь* належать вміння:

- уміння виокремлювати валеологічні проблеми;
- уміння обґрунтовувати способи їх практичного вирішення;
- уміння проектувати оздоровчу діяльність щодо поліпшення здоров'я та стану навколишнього середовища;
- уміння проектувати створення здоров'язберігаючого освітнього середовища у закладі освіти.

Під *практичними валеологічними вміннями* ми розуміємо вміння, пов'язані з функціональними можливостями суб'єкта, із його творчими та іншими здібностями у валеологічній діяльності. До цього типу вмінь ми відносимо вміння, що дозволяють студенту адекватно визначати фактичний рівень резервних можливостей свого організму і керувати своїм психосоматичним станом у різних екологічних умовах, визначати якісний стан навколишнього середовища та проводити конкретні заходи щодо поліпшення свого здоров'я та стану навколишнього середовища. Відповідно до цього у групі практичних вмінь ми виділили валеометричні і оздоровчі вміння.

Валеометричні вміння спрямовані на самоконтроль за станом організму



людини і його змінами під впливом різних екологічних факторів, вимірюванням рівня здоров'я. При їх визначенні ми спиралися на поняття самоконтроль, самодіагностика, валеометрія та на відповідні розробки в галузі профілактичної медицини і валеології.

Оздоровчі вміння – це конкретні способи дій щодо підтримання і зміцнення власного здоров'я та здійснення практичних заходів охорони навколишнього середовища від забруднення і антропогенної деградації; створення та підтримання здоров'язберігаючого освітнього середовища в навчальному закладі.

До *практичних валеологічних умінь* ми віднесли:

- уміння здійснювати самоконтроль свого психосоматичного стану;
- уміння визначати рівень свого здоров'я;
- уміння використовувати різні методики самооздоровлення в умовах погіршення якості навколишнього середовища;
- уміння вимірювати якісні параметри екологічного стану навколишнього середовища;
- уміння застосовувати педагогічні технології створення здоров'язберігаючого освітнього середовища у навчальному закладі.

Необхідно відзначити, що у своєму розвитку, будь-яке вміння проходить декілька етапів. На першому етапі формуються первісні уміння, тобто усвідомлені цілі діяльності та пошук способів її виконання, що спираються на знання і навички, набуті раніше. На другому етапі здійснюється репродуктивна діяльність на основі знань про способи виконання діяльності, використання раніше набутих несистематичних для такої діяльності навичок. На третьому етапі розвиваються окремі загальні вміння, у структуру яких включено низку окремих високорозвинених умінь, необхідних у різних видах діяльності. На четвертому етапі формується високорозвинене вміння, структура якого включає не тільки творче використання знань і навичок цієї діяльності з усвідомленням як мети, так і мотивів вибору та способів її досягнення. На п'ятому етапі виявляється майстерність, тобто відбувається творче використання різних умінь.

Отже, операційно-діяльнісний компонент еколого-валеологічної культури включає цілісну систему вмінь і навичок, що характеризуються єдністю прикладного й аналітичного аспектів діяльності майбутнього вчителя. До його складу входять валеологічні вміння і навички як способи валеологічної



діяльності майбутнього вчителя та валеологічна активність.

Рефлексивно-оцінний компонент передбачає розвиненість здатності до аналізу й самоаналізу сформованості валеологічної культури, самоконтролю і самооцінки педагогом власної валеологічної поведінки, її осмислення, саморегуляції.

Рефлексивні механізми діють при утворенні основних і допоміжних цілей, уточненні, попередній оцінці цілей і засобів для їх досягнення, реалізації, перевірці адекватності результатів, корекції та оцінці кінцевих результатів. Рефлексія бере участь у переосмисленні особистісних цілей, мотивів, ціннісних орієнтацій, прагнень, оцінці можливостей тощо. Завдяки функціонуванню рефлексивних механізмів учитель має змогу не лише зрозуміти та проаналізувати суб'єктні основи власної діяльності, а й зорієнтувати інших осіб у їхніх цілях, мотивах, прагненнях тощо. Завдяки рефлексії людина здатна оцінювати діяльність із погляду перспектив успіху, коригувати її з урахуванням різних норм, відчувати себе відповідальною за можливі результати, передбачувати її наслідки для себе та оточуючих.

А. Хуторської визначає рефлексію як прагнення згадати, виявити й усвідомити основні компоненти власної діяльності – її сенс, типи, способи, проблеми, шляхи їх вирішення, отримані результати тощо.

Рефлексія – це один із механізмів взаєморозуміння. Вона передбачає розуміння людиною самої себе, іншої людини за допомогою розуму, логіки, слова та усвідомлення індивідом того, як він сприймається та оцінюється партнером по спілкуванню. Рефлексія – не просто знання чи розуміння іншого, а пізнання того, як інший розуміє рефлексуючого індивіда. Виходячи з цього, можна визначити, що рефлексія - це своєрідний двоїстий процес дзеркального відображення індивідами один одного.

Рефлексивна діяльність – засіб самопізнання й самооцінки. Під час рефлексії аналізується й оцінюється досягнення мети валеологічної діяльності; результат зіставляється із запланованим; перевіряються не тільки знання, уміння й навички, а й засвоєні способи діяльності, розвиток здібностей і особистісних якостей; виробляються навички критичного ставлення до власної діяльності та здатність до самооцінки. Вона дозволяє студентам усвідомити себе суб'єктом професійного і життєвого становлення, додає в їхню професіоналізацію самостійності, ініціативності, творчості. Студенти мають можливість навчитися самостійно і відповідально діяти в нових умовах



професійного росту, стають готовими до альтернативного вибору сфер професійної самореалізації.

Здатність людини до рефлексії пов'язана з такими аспектами її діяльності, як: самоспостереження, самопізнання, самоаналіз, самооцінка та самосвідомість.

Педагогічна рефлексія включає здатність керувати власним психологічним станом, вчинками, удосконалювати способи валеологічної діяльності, оптимальним чином співвідносити умови діяльності та власні можливості, оцінювати свої дії, усвідомлювати зміст і значення своєї діяльності, зіставляти її результати із загальноприйнятими нормами.

В. Петровський виділяє чотири компоненти педагогічної рефлексії: усвідомлення вихователем справжніх мотивів своєї діяльності; уміння відрізнити власні ускладнення і проблеми від ускладнень вихованців; оцінка наслідків власних особистісних впливів на вихованців і вміння бачити себе в дзеркалі життя інших людей; здатність до емпатії та децентрації.

При аналізі професійної рефлексії виділяють два основні типи механізмів: контрольно-оцінний та конструктивно-креативний. Перший – контрольно-оцінний механізм – полягає в контролі за протіканням процесу діяльності, оцінці реальності цілей та відповідності засобів для їх досягнення, зіставленні отриманих результатів із початковою метою тощо. Другий, конструктивно-креативний рефлексивний механізм, діє на вищому, творчому рівні здійсненні діяльності. Завдяки його дії відбувається оптимізація діяльності шляхом інтеграції міжпредметних знань, технологій досягнення цілей, аналізу результатів спостережень або експерименту й тісно пов'язаний із творчим мисленням.

Здійснення педагогічної рефлексії можливе на основі *рефлексивних умінь*, які дозволяють учителеві здійснювати контрольно-оцінну діяльність, спрямовану на себе, на осмислення й аналіз власних дій. Для педагога важливо встановити рівень результативності власної діяльності. У процесі такого аналізу визначається:

- правильність постановки цілей, їх трансформації у конкретні завдання;
- адекватність комплексу визначених завдань відповідно до умов;
- відповідність змісту діяльності вихованців поставленим завданням;
- ефективність застосовуваних методів, прийомів і засобів педагогічної



діяльності;

- відповідність застосовуваних організаційних форм віковим особливостям учнів, рівневі їх розвитку, змісту матеріалу;
- причини успіхів і невдач, помилок і труднощів у процесі реалізації поставлених завдань навчання і виховання.

Важливими компонентами рефлексивно-оцінного компонента валеологічної культури є *вміння і навички самоосвіти*. Їхня система містить такі структурні елементи:

- уміння і навички визначати свою глибину сформованості наукових понять, взаємозв'язку між ними;
- уміння зіставляти наукові поняття з об'єктивною реальністю;
- розуміння відносності знань і необхідності поповнення їх шляхом систематичного пізнання;
- уміння і навички професійно працювати з основними джерелами інформації (книги, бібліографічні системи; автоматизовані інформаційно-пошукові засоби, радіо, телебачення, спеціалізовані лекторії тощо);
- уміння орієнтуватися в обсязі інформації, інформаційних технологіях, можливість його фіксування тощо;
- організаційно-управлінські вміння і навички (прогнозувати і виконувати завдання самоосвіти, планувати свою роботу та створювати для неї сприятливі умови, здійснювати самоконтроль та самоаналіз результатів);
- уміння і навички використовувати логічні прийоми мислення (аналізувати, синтезувати, порівнювати, абстрагувати, узагальнювати, міркувати, встановлювати причинно-наслідкові зв'язки між фактами, процесами і явищами відповідно до законів логіки.

Дослідження показують, що становлення професійної рефлексії відбувається стихійно та неорганізовано. Наявність високого рівня готовності до професійної рефлексії характеризують як рефлексивну компетентність особистості (осмислення і переосмислення змісту професійної діяльності), що забезпечує адекватний розвиток усіх інших видів компетентності. Рефлексивну компетентність – це важлива якість особистості, яка дозволяє ефективно й адекватно здійснювати рефлексивні процеси, забезпечує процес розвитку і саморозвитку, сприяє творчому підходові у професійній діяльності.

Формування рефлексивних умінь пов'язане, передусім, із оцінкою та самооцінкою. Оцінка представляє собою єдність двох складових – оцінки-



процесу і оцінки-результату та має дві сторони – раціональну та емоційну.

Почуттєве сприймання навколишнього середовища безпосередньо пов'язане із самооцінкою. У процесі пізнання відбувається розшарування цілісного образу «Я» на «Я»– реальне і «Я»– потенційне. Бажані образи «Я» можуть бути досить різноманітними: від ідеалізованих, майже недосяжних образів до програмних образів, прийнятих суб'єктом як певне зобов'язання, що підлягає виконанню. У самооцінці виявляється ступінь особистої відповідальності, готовності діяти відповідно до обраного еталона.

Однією з вимог до самооцінки є її адекватність. Занижена або завищена самооцінка свідчить про невідповідність уявленню особистості про себе реальному рівню її розвитку. Самооцінка передбачає, що особистість виступає і як суб'єкт, що пізнає і оцінює себе, і як об'єкт оцінки. Таке виділення себе як об'єкта – основна характеристика поняття самосвідомість.

Валеологічна самосвідомість виявляється в інтерпретації власного валеологічного досвіду у світлі минулих подій і переживань. Для самосвідомості є характерним відображення суб'єктом самого себе як носія певної валеологічної позиції, порівняння її з валеологічною позицією інших людей, існуючими в суспільстві валеологічними нормами і цінностями.

У становленні валеологічної самосвідомості провідну роль відіграють рефлексивні процеси, самоаналіз і прогнозування ефективності своєї валеологічної діяльності, складання певної програми самовдосконалення. Валеологічна самосвідомість формується у процесі засвоєння студентами валеологічних цінностей і валеологічних знань, що допомагають майбутньому вчителю усвідомити особистісні якості та властивості.

Формування валеологічної самосвідомості нерозривно пов'язане з проблемою вибору орієнтирів, на які студент міг би спиратися у своїй діяльності. Таким орієнтиром виступає система валеологічних цінностей, у якій зафіксовані унікальність природи, людини та її здоров'я. Оцінка відіграє у процесі інтеріоризації цих цінностей роль регулятора психічних процесів. Завдяки їй зовнішні впливи мають вияв у внутрішньому світі особистості майбутнього вчителя.

У рефлексивно-оцінній діяльності найважливіший пізнавальний процес – мислення, яке передбачає здатність аналізувати свою валеологічну поведінку і поведінку інших людей, розкривати їхні мотиви, прогнозувати поведінку в різних ситуаціях. Уміння бачити різні варіанти розв'язання валеологічних



завдань і обирати з них одне найбільш правильне, уміння планувати і здійснювати валеологічну діяльність – усе це складники валеологічного мислення майбутнього вчителя. Валеологічне мислення – це підґрунтя майбутнього вчителя до здійснення валеологічної поведінки у професійно-педагогічній діяльності, це специфічна розумова й практична діяльність майбутнього вчителя, яка, спираючись на потреби й мотивацію, забезпечує оволодіння валеологічними знаннями, уміннями, формування необхідних особистісних якостей.

Узагальнюючи характеристики компонентів валеологічної культури, необхідно зазначити, що вони взаємопов'язані. Ці компоненти виділено умовно, у реальному навчально-виховному процесі вони формуються комплексно. Тільки при наявності розвинених компонентів валеологічної культури, з урахуванням особливостей її формування в умовах професійно-педагогічної підготовки, можна вважати особистість майбутнього вчителя сформованою у валеологічному аспекті.

Отже, *валеологічна культура* – це:

- універсальна характеристика педагогічної реальності, яка виявляється у різних формах існування;
- інтеріорізована загальна культура і виконує функцію специфічного проектування загальної культури у сфері валеологічної діяльності вчителя;
- системне утворення, яке включає в себе ряд структурно-функціональних компонентів, що мають свою власну організацію, вибірково взаємодіють із навколишнім середовищем і мають інтегровану властивість цілого, що не зводиться до властивостей окремих частин;
- одиницею аналізу валеологічної культури виступає творча за своєю природою валеологічна діяльність учителя;
- особливості реалізації і формування валеологічної культури особистості вчителя обумовлюються індивідуально-творчими, психофізіологічними і віковими характеристиками, соціально-педагогічним досвідом особистості.

Пояснення феномена валеологічної культури дозволяє уявити її як інтегровану якість особистості майбутнього вчителя, як узагальнений показник його готовності до професійної діяльності та мету професійного самовдосконалення.



KAPITEL 3 / CHAPTER 3

PROVIDING THE FUTURE TEACHERS VALEOLOGICAL CULTURE FORMATION

ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ФОРМУВАННЯ ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ

3.1. Обґрунтування системи формування професійно-педагогічної культури майбутнього вчителя

Валеологічна культура майбутнього вчителя формується внаслідок спеціально організованої системи навчально-виховної роботи, у результаті якої активно відбувається формування і розвиток його психологічних настанов, особистісних якостей і здібностей, необхідних валеологічних знань, умінь і навичок, сукупність яких забезпечує досягнення заданої цілі. Цей процес розгорнутий у часі, цілеспрямований, заснований на співпраці і співтворчості його суб'єктів. Процес формування валеологічної культури майбутнього вчителя необхідно розглядати як завдання валеологічного виховання, а валеологічну підготовку як компонент професійно-педагогічної підготовки вчителя. Під валеологічною освітою розуміють процес засвоєння системи валеологічних знань, вмінь і пов'язаний із ним рівень розвитку розумово-пізнавальної творчої діяльності, творчих здібностей, рівень сформованості валеологічної культури, розвитку валеологічної свідомості та мислення, підготовку до сприймання валеологічних цінностей і самореалізації у валеологічній діяльності.

Навчання і виховання знаходяться в інтеграції, яка охоплює відносно часткову незалежність, часткову паралельність і взаємодію. Забезпечення функціонування такої інтеграції – означає забезпечити найбільш високий освітній і виховний результат. Валеологічна освіта тісно взаємодіє з валеологічним вихованням, забезпечує його теоретичну і практичну основу. Під *валеологічним вихованням* розуміти цілеспрямований процес розвитку емоцій і почуттів, трансляції валеологічних цінностей, формування валеологічних ідеалів, поглядів, інтересів, суджень, оцінок, потреб, розвитку здібностей, формування відповідного ставлення до здоров'я і навколишнього середовища, активності у валеологічній діяльності.

Характер валеологічної освіти і виховання визначається не тільки соціально-екологічними потребами, але і виховними цілями і завданнями



закладів вищої та передвищої фахової освіти, відповідно, і логікою системи всього освітнього процесу. Ця особливість валеологічної культури майбутнього вчителя передбачає забезпечення педагогічного керівництва процесом її формування. Формування валеологічної культури є невід'ємним складником багатогранної системи формування загальної та професійно-педагогічної культури майбутнього вчителя.

Розвиток загальної культури особистості – це складний механізм соціально-особистісного успадкування культури і може бути визначений як процес відтворення на рівні індивідуально-особистісного буття накопиченої у суспільстві культури і стимулювання потенціалів внутрішнього саморозвитку людини.

Основоположними *принципами формування загальної культури майбутнього вчителя* можна вважати:

- посилення культуроємності всіх навчальних дисциплін;
- гуманізація і гуманітаризація його професійно-педагогічної підготовки.

Під *гуманізацією* розуміється утвердження людини як найвищої соціальної цінності, всебічне розкриття її здібностей і задоволення освітніх потреб, забезпечення пріоритетності загальнолюдських цінностей. *Гуманітаризація освіти* покликана формувати цілісну картину світу, гуманітарну культуру і планетарне мислення, виховувати відповідальне ставлення до навколишнього середовища, суспільства і людини, сприяти подоланню екологічної безвідповідальності та технократизму.

Формування загальної культури майбутнього вчителя багато в чому залежить від педагогічного інструментарію, який дозволяє реалізувати складні педагогічні задачі у будь-яких навчально-виховних ситуаціях та різних соціокультурних умовах.

У педагогічній площині проблема формування загальної культури особистості пов'язана з питаннями загального і специфічного шляхів розвитку особистості (відповідно до ідей Б. Ананьєва). Загальний шлях формування загальної культури особистості становить собою реалізацію ідей загальнокультурного розвитку студентів у процесі загальнопедагогічної підготовки, коли ці завдання окремо не виділяються.

Основне завдання щодо формування загальної культури майбутнього вчителя полягає не в засвоєнні суми знань і вмінь, а в оволодінні взірцями



людської культури і вмінні передати культуротвірний досвід зростаючому поколінню.

В основі процесу формування загальної культури майбутнього вчителя лежить розуміння сутнісних механізмів соціокультурного розвитку особистості, її культурної детермінованості, особистісної соціалізації. Для опису цих механізмів існує спеціальний інструментарій, виражений у таких поняттях, як:

- сутність соціокультурного розвитку особистості;
- принцип культуровідповідності і природовідповідності освіти;
- інкультурація особистості;
- взаємозв'язок загальної і професійної культури у педагогічній діяльності вчителя;
- інтегруючі функції у психічній самоорганізації особистості;
- критерії та індикатори культурологічної діяльності;
- рушійні сили і механізми новоутворень у цій сфері;
- наявність технологій та особливої смислоутворювальної діяльності, в якій відбувається самопізнання, самоствердження і самовідтворення особистості в культурі;
- трансформація і рефлексія життєвого досвіду при педагогічній підтримці і керівництві.

Діяльність учителя – це своєрідна форма відтворення культури, під впливом якої формується і розвивається культура особистості, як самого вчителя, так і його вихованця. Це є важливим аспектом взаємодії загальної і професійно-педагогічної культури. Професійно-педагогічна культура виступає фактором, що визначає культурність індивіда і всього суспільства у цілому.

Процес формування професійно-педагогічної культури майбутнього вчителя передбачає:

- цілісність;
- безперервність;
- системність процесу діяльності;
- побудову змісту та структури освітнього процесу відповідно до завдань та основних компонентів педагогічної культури;
- орієнтацію педагогічного процесу на суб'єктивну позицію студента як носія загальнолюдських і культурних цінностей;
- формування позитивної мотивації студентів до освітнього процесу, педагогічної діяльності на основі максимальної інтенсифікації учіння;



- залучення їх до діяльності, яка моделює майбутню професійну діяльність;
- сприятливого емоційно-психологічного мікроклімату на заняттях, а також урахування емоційного самопочуття кожного студента;
- провідна роль соціокультурного контексту;
- гуманізація;
- індивідуалізація;
- активність;
- спільна діяльність студентів і викладачів;
- варіативність видів навчальної діяльності на заняттях із предметів педагогічного циклу;
- виховання потреби у студентів до постійного самовдосконалення (самоосвіти, саморозвитку, самовиховання);
- формування Я-концепції.

Фундаментальне обґрунтування освітньої системи формування професійно-педагогічної культури майбутнього вчителя включає визначення цілей і мотивів, засобів і умов організації та корекції діяльності студентів. Розвитку компонентів професійно-педагогічної культури сприяють *засоби*:

- організація освітнього процесу;
- внесення змін і доповнень до змісту навчальних дисциплін;
- виховання потреби у самовдосконаленні;
- розвиток педагогічного спілкування.

Ефективність і результативність цього процесу забезпечується створенням наступних умов:

- організацією взаємодії суб'єктів освітнього процесу;
- побудовою його змісту і структури згідно із завданнями і основними компонентами професійно-педагогічної культури;
- орієнтацією педагогічного процесу на суб'єктивну позицію студента як носія загальнолюдських цінностей;
- формування позитивної мотивації студентів;
- створення сприятливого емоційно-психологічного мікроклімату на заняттях.

Автором розроблені макро- і мікротехнології формування дієвої професійно-педагогічної культури майбутнього вчителя.

Професійно-педагогічна культура діалектично пов'язана з усіма



елементами особистісної культури вчителя: розумовою, дидактичною, моральною, правовою, політичною, валеологічною тощо, оскільки вона є інтегрованим показником інших видів культур, їх складовою і одночасно включає їх у себе.

Філософський і психолого-педагогічний аналіз проблем формування загальної культури особистості в цілому і формування професійно-педагогічної культури як її складника показав, що цей складний і суперечливий процес здійснюється під впливом об'єктивних і суб'єктивних факторів. До об'єктивних факторів цього процесу можна віднести спрямованість соціально-економічного і культурного розвитку суспільства, усіх соціокультурних інститутів, особливості менталітету даного етносу, взаємодію національного і загальнолюдського у нормах і традиціях суспільства, діяльність засобів масової інформації, соціокультурне оточення особистості, стан культурно-просвітницької роботи тощо.

Серед *суб'єктивних факторів* процесу формування загальної і професійно-педагогічної культури майбутнього вчителя можна виділити:

- психофізіологічні особливості студентів;
- темперамент;
- характер;
- готовність особистості до самовиховання;
- рівень самооцінки тощо.

Урахування і використання цих факторів має стати невід'ємною частиною планування і реалізації конкретних завдань, які здійснюються у рамках цілісного процесу формування валеологічної культури майбутнього вчителя.

Валеологічна культура – важливий складник загальної та професійно-педагогічної культури майбутнього вчителя і тому процес їх формування необхідно розглядати у цілісній єдності. Цей процес спрямований на становлення духовно розвиненої, культурної особистості, яка має цілісний гуманістичний світогляд, глибокі професійно-педагогічні та валеологічні знання, комплексно реалізує свій творчий потенціал у професійній поведінці та у валеологічній діяльності.



3.2. Теоретичні засади системи формування валеологічної культури майбутнього вчителя

Проблема формування валеологічної культури майбутнього вчителя може успішно вирішуватися за умови обґрунтування забезпечення цього процесу, відповідно до якої організовується освітній процес у закладах вищої та передвищої фахової освіти.

Ураховуючи думку Н. Кузьміної, до базових елементів педагогічної системи відносять:

- мету;
- студенти;
- викладачі;
- зміст освіти;
- форми;
- методи;
- педагогічні засоби реалізації змісту;
- результат.

Узагальнюючи підходи до створення педагогічної системи видно, що така система є великою педагогічною системою, яка входить до складу ще більших педагогічних систем, і сама у свою чергу складається з підсистем. Вона має свою мету, компоненти, взаємозв'язок. Їхня взаємодія спрямована на досягнення результату, який сам є елементом системи. Провідними властивостями системи виступають її елементи.

Основою процесу формування валеологічної культури є закономірності розвитку особистості майбутнього вчителя, його професійна діяльність. Цей процес нерозривно пов'язаний із професійно-педагогічною підготовкою вчителя, його особистості. Особистісна модель учителя (професіограма) відображає знання, уміння, навички, його особистісні якості, особистісну культуру і необхідна для прогнозування його майбутньої професійної діяльності у нових соціально-економічних та соціально-екологічних умовах. Модель учителя – це той еталон учителя, до якого необхідно прагнути у процесі його професійно-педагогічної підготовки. Досягти цього можна тільки за умови опори на цілісні, обґрунтовані уявлення про структуру особистості та механізми її розвитку.

Забезпечення формування валеологічної культури майбутнього вчителя



має:

- певну сукупність елементів, які є системостворювальними одиницями системи;
- структуру, що відображає характер зв'язку та взаємодії елементів;
- рівень цілісності, що характеризується наявністю загальної структури і об'єднує всі елементи системи;
- власну ієрархічність – засіб організації взаємодії елементів системи;
- специфічну взаємодію із зовнішнім середовищем;
- цілеспрямованість, яка полягає у регулюванні діяльності згідно з метою.

Модель включає підсистеми:

- цільову (мета і завдання науково-методичної системи);
- структурно-функціональну (структурні компоненти і функції валеологічної культури);
- процесуальну (засоби та технологія формування валеологічної культури);
- оцінно-результативну (діагностика результатів сформованості валеологічної культури).

Системостворювальним чинником виступає мета, яка пов'язана з формуванням валеологічної культури майбутнього вчителя і забезпечує єдину спрямованість усіх компонентів цього процесу і вже цим їх поєднує.

Окрім загальнодидактичних принципів формування валеологічної культури (системності, наступності і неперервності освітнього процесу) передбачає визначення системи дидактичних вимог до цього процесу, що забезпечують його ефективність і спеціальні принципи, що відбивають специфіку формування валеологічної культури:

- навчально-виховної міждисциплінарності валеологічного знання;
- урахування глобальних, національних і регіональних аспектів валеологічних проблем;
- єдності та гармонійного співіснування людини та природи.

Ураховуючи специфіку валеологічної культури, у запропонованих принципах відбиті адекватні підходи до її формування.

Так, традиційні загальнодидактичні принципи визначають загальну стратегію формування валеологічної культури майбутнього вчителя.

Принципи системності, наступності і неперервності розкривають науково-методичну систему забезпечення формування валеологічної культури як логічне поєднання мети, завдань, змісту та засобів валеологічної освіти і



виховання в їх системності, наступності і неперервності педагогічного впливу на особистість майбутнього вчителя.

Принцип міждисциплінарності валеологічного знання:

- забезпечує умови для уточнення змісту навчальних дисциплін, що вивчаються;
- взаємозв'язок фундаментальних теоретичних концепцій предметної галузі з основними завданнями формування валеологічної культури;
- розробка міжпредметної структури провідних ідей і понять;
- інтегровані форми навчання і виховання;
- розробка відповідного навчально-методичного супроводу.

Засобами реалізації інтеграційних процесів у процесі формування валеологічної культури виступають міждисциплінарні зв'язки. Їхня реалізація передбачає взаємну узгодженість змісту та методів розкриття законів, принципів і способів оптимальної взаємодії людини з навколишнім середовищем на всіх рівнях валеологічних знань, які вивчаються в різних дисциплінах. Важливо поєднувати логіку розкриття провідних ідей і понять, які входять до змісту тієї чи іншої навчальної дисципліни, із послідовним поглибленням і узагальненням валеологічних проблем. Взаємодія наук диктується запитами практичної діяльності студентів, специфіка реалізації міжпредметних впливів відбувається на організаційному та психологічному рівнях. Включення міжпредметних зв'язків у навчальний процес припускає виділення найбільш істотних блоків наукових знань, що містять комплекс основних ідей суміжних наук при врахуванні екології і валеології як базових наук. Аналіз міжпредметних зв'язків циклу екологічних дисциплін показує, що найбільш оптимальні для формування валеологічної культури майбутнього вчителя, засвідчив, що ці зв'язки проходять через елементи знань, понятійний апарат, практичну спрямованість матеріалу, методичні особливості його передачі.

Принцип урахування глобальних, національних і регіональних аспектів валеологічних проблем сприяє формуванню комплексного і цілісного уявлення про динаміку проблем взаємодію людини та суспільства в цілому з навколишнім середовищем на глобальному, національному і регіональному рівнях. Саме цілісність розуміння студентами різних за рівнями складності валеологічних проблем сприяє ефективному усвідомленню наслідків їх впливу на здоров'я людини. Таке розуміння сутності валеологічних проблем та



емоційне їх сприйняття – основа формування відповідального ставлення особистості до природи та стійких переконань у необхідності власної участі у вирішенні цих проблем.

Принцип єдності та гармонійного співіснування людини і природи дозволяє:

- формувати системну орієнтацію світогляду особистості майбутнього вчителя, тобто давати уявлення про місце людини в навколишньому світі, їх взаємозалежність і взаємозумовленість
- сприяє розумінню валеологічних проблем із позицій уявлень про біопсихосоціальний і космопланетарний феномен людини;
- забезпечує проектування змісту формування валеологічної культури у розвитку, еволюції людини і природи.

У галузі дидактики вищої школи під педагогічними умовами розуміють сукупність заходів, що забезпечують досягнення студентом певного рівня діяльності. Визначають умови, що позитивно впливають на процес формування валеологічної культури майбутнього вчителя:

- оптимальне освітнє середовище;
- ефективний розвиток майбутнього вчителя у валеологічній діяльності;
- корекція власної еколого-валеологічної поведінки;
- інтеграція екологічного, валеологічного і педагогічного знання та способів валеологічної і педагогічної діяльності;
- педагогічні заходи для створення освітнього середовища, яке сприяє ефективному формуванню валеологічної культури студентів.

Н. Кузьміна у самопросуванні індивідуальності до вершин професійної діяльності виділяє три групи умов:

- об'єктивні;
- суб'єктивні;
- об'єктивно-суб'єктивні.

У підготовці майбутнього вчителя традиційно пріоритет надавався впливу зовнішніх факторів. Але внутрішні фактори, що пов'язані з самоактуалізацією і самореалізацією особистості, більшою мірою регулюють розвиток педагогічної культури майбутнього вчителя і валеологічної культури як її невід'ємного складника.

Висновок про те, що основний мотив поведінки людини – актуалізація «Я», яка полягає в прагненні індивіду розвиватися у напрямку все більшої



складності, самодостатності, зрілості і компетенції, було зроблено одним із засновників гуманістичної психології К. Роджерсом.

Між рівнем розвитку валеологічної культури майбутнього вчителя і самоактуалізацією його особистості існує зв'язок. Це виявляється у прагненні студента до розвитку своїх можливостей, реалізації своїх здібностей, розширення валеологічної діяльності, виявлення творчого підходу до розв'язанні валеологічних ситуацій.

Для особистості, що перебуває у стані самоактуалізації, необхідно створити умови для самореалізації свого професійного потенціалу (за К. Роджерсом):

- людина повинна мати свободу вибору та незалежність;
- доброзичливе ставлення до людини як безумовної цінності, незалежно від того в якому стані вона знаходиться, як себе поводить, що відчуває;
- щоб людина могла себе актуалізувати, необхідно щоб значущі для неї люди були щирими;
- людина потребує до себе емпатичного розуміння, яке передбачає проникнення у думки і почуття людини, уміння дивитися на проблему з її позиції, уміння ставати на її місце.

На процес формування валеологічної культури майбутнього вчителя впливають суб'єктивні та об'єктивно-суб'єктивні фактори. Досягнення вершин професійної культури вимагає практичного використання продуктивних технологій навчання, що дозволяють вивчати результати своєї праці, моделювати свою діяльність, порівнювати її з діяльністю інших людей, коригувати свою діяльність.

Педагогічними умовами формування валеологічної культури майбутнього вчителя розуміють:

- взаємопов'язаний комплекс заходів освітнього процесу;
- розвиток особистісних мотивів навчання студента;
- наближення його навчально-пізнавальної діяльності до характеру майбутньої діяльності;
- перехід студента на більш високий рівень здійснення валеологічної діяльності.

Ефективність формуванням валеологічної культури майбутнього вчителя буде залежати від дотримання умов:

- опора на життєво-освітній досвід студента;



- набуття нового досвіду у процесі практичної діяльності;
- створення сприятливого освітнього середовища;
- стимулювання студента до самоосвіти;
- опора на життєво-освітній досвід студента;
- необхідність особистісно орієнтованого навчання.

Актуалізація в процесі навчання наявного особистісного валеологічного досвіду студента, отриманого ним у особистісному житті, а також набуття нового досвіду у взаємодії з іншими людьми, є одним з ефективних шляхів конструювання індивідуальної освітньої траєкторії майбутнього вчителя. У цьому разі власний досвід студента стає компонентом його освіти, а оволодіння змістом освіти відбувається в процесі його активної діяльності.

Залучення минулого, створення нового, а також використання викладачем досвіду у процесі формування валеологічної культури значно розширює об'єкт пізнавальної діяльності – ним стають не лише навчальні проблеми і завдання, а й сам педагог – його індивідуальний особистісний потенціал, інтелектуальні, оцінні, регулятивні, творчі види діяльності.

Діяльність студента з опорою на власний валеологічний досвід дозволяє відтворювати знання, уміння, навички, форми поведінки особистості, переводити їх з потенційного стану в актуальну дію, що сприяє:

- наповненню процесу навчання особистісними знаннями, власним досвідом, що адекватно відповідає інтересам, потребам і ціннісним орієнтаціям студента;
- логічному переструктуруванню та переосмисленню наявного досвіду і на цій основі набуттю нового досвіду;
- максимальному наближенню процесу навчання до професійної діяльності;
- усвідомленню власних особистісних ресурсів, можливостей, особливостей.

Складність опису залучення наявного і набуття нового валеологічного досвіду полягає у тому, що специфіка сприйняття особистістю інформації належить до сфери психічної діяльності і не піддається точному аналізу і вимірюванню. Реальний результат валеологічної ситуації порівнюється з прогнозованим результатом, і складається висновок про ступінь дієвості того чи іншого прийому або способу у даній ситуації. Набута таким чином навичка перетворюється у досвід відносно кожної наступної ситуації, і цим досягається



динаміка неперервності накопичення валеологічного досвіду.

Вирішальний вплив на залучення наявного та накопичення нового валеологічного досвіду впливають індивідуально-психологічні особливості особистості – вік, характер, темперамент, здібності та емоційно-вольова сфера. Цей вплив визначає сприйняття індивідом інформації, прогноз розвитку валеологічної ситуації і викликає різноманітні, унікальні, поведінкові реакції.

Процес залучення власного досвіду студента і набуття ним нового валеологічного досвіду як основи не лише інтелектуального, а й особистісного розвитку, вимагає проблемного, дискусійного характеру навчання, спрямованого на усвідомлення студентами сутності та структури своєї діяльності, особистісно-орієнтованого підходу до студента.

Створення оптимального освітнього середовища для формування валеологічної культури майбутнього вчителя передбачає, перш за все, суб'єкт-суб'єктний характер взаємин учасників навчально-виховного процесу. Взаємини можна визначити як об'єктивне, соціальне і психолого-педагогічне явище, необхідний інструмент взаємодії свідомих людей. Вони можуть виступати психічним подразником, засобом виховання, передумовою ефективної діяльності людей. Взаємини – це кероване явище, ступінь керованості якого залежить від суб'єктів взаємин. У студентському колективі суб'єктом керування, як правило, виступає викладач.

Міжособистісні взаємини – це система активних зв'язків між студентами і викладачами, яка забезпечує обмін ціннісних настанов, орієнтацій у формі емоційних, інтелектуальних, пізнавальних і вольових взаємовпливів, що цілеспрямовано діють на їх поведінку.

У процесі створення сприятливого середовища для формування валеологічної культури студентів необхідно враховувати, що цей процес охоплює вже дорослих людей і його специфіка визначається природою дорослої людини, яка пов'язана з універсально-онтологічними, психолого-антропологічними і соціально-історичними витоками її долі і способами її життєдіяльності.

Використання методів і форм, що відповідають особливостям позиції дорослих, дозволить створити оптимальне освітнє середовище для формування валеологічної культури студента, підвищити цінність не тільки результату, але і процесу освітньої діяльності. Потреба спілкування з викладачем, в контактах з різними джерелами інформації, у самоосвіті, що формується при цьому, стає



одним з найважливіших стимулів перетворення освіти в неперервний процес. Така трансформація системи цінностей – свідчення розвитку суб'єктності дорослого, збагачення можливостей побудови його Я, становлення справжньої зрілості.

Цілісний процес формування валеологічної культури неможливий без *стимулювання студента до самоосвіти* як основи професійного самовдосконалення особистості майбутнього вчителя.

Існує тісний взаємозв'язок між навчанням і самоосвітою. Навчання створює базу для самоосвіти, а самоосвіта, у свою чергу, створює умови для формування потреби в нових знаннях, спонукаючи ставити нову мету в навчанні.

Мотиви, які сприяють самоосвіті студентів, мають параметри:

- необхідність постійно вдосконалювати, розширювати і поглиблювати свої валеологічні знання;
- досконало оволодіти валеологічними вміннями і навичками;
- самостійно досліджувати і творчо вирішувати валеологічні проблеми;
- набутти високої педагогічної майстерності у питаннях формування валеологічної культури школярів.

Важлива умова ефективності самоосвіти – усвідомлення цієї роботи. Самоосвітня робота студента – багатопланова і багатоваріантна за формами і методами здійснення. Необхідна умова її організації – спрямоване і чітке планування, систематичність і логічна послідовність самостійного засвоєння нових валеологічних знань.

Процес самоосвіти нерозривно пов'язаний із самовихованням особистості. Актуалізуючи настанову майбутнього педагога на оволодіння необхідними знаннями, вміннями й навичками, необхідно одночасно викликати необхідність самовдосконалення, ставити перед ним завдання з підсилення і формування у собі позитивних властивостей і якостей та ослаблення і ліквідування своїх негативних якостей. Цей процес відбувається відповідно до усвідомлених суспільних потреб, характеру професійної діяльності й особистої програми загального і професійного розвитку. Самовиховання полягає в умінні на основі самокритичної оцінки своєї особистості формувати в себе необхідні якості, риси характеру, вміння і навички правильної поведінки. При цьому необхідно підкреслити значення власних зусиль особистості.



Шлях самовдосконалення валеологічної культури логічно складається з таких основних *етанів*:

- визначення цілі;
- дослідження своїх можливостей;
- складання плану самовдосконалення;
- управління собою і своєю діяльністю для досягнення поставленої мети.

У процесі вже безпосередньої професійної діяльності, в міру придбання досвіду, з віком, з ростом професіоналізму робота вчителем над собою займає все більш питому вагу в процесі його розвитку, моральної і педагогічної досконалості. Управління формуванням особистості поступово перетворюється у самоврядування своїм вихованням, освітою і розвитком.

Необхідно зазначити, що запропонована модель формування валеологічної культури характеризується динамічністю, взаємоузгодженістю компонентів еколого-валеологічної культури та їх базових елементів, поетапним переходом з одного стану в інший, адекватністю у змісті формування загальної та професійно-педагогічної культури майбутнього вчителя. Саме внутрішні взаємозв'язки і взаємозалежності визначають сутнісні характеристики цієї моделі, де кожна з частин є не тільки передумовою, а й результатом такого впливу. Запропонована модель визначає множинність завдань щодо забезпечення відповідного рівня якості та ефективності організації процесу формування еколого-валеологічної культури майбутнього вчителя означеними ланками та суб'єктами. Це відкрита, гнучка, адаптивна і динамічна педагогічна система. Вона має забезпечити формування валеологічної культури на засадах інтеграції усіх її компонентів і підсистем – мети, завдань, змісту, методів і форм, науково-методичного забезпечення, усіх видів валеологічної діяльності. Діяльнісний аспект такої системи впливає на інші педагогічні системи і сам залежний від цих систем. Модель науково-методичної системи забезпечення формування валеологічної культури майбутнього вчителя дає можливість вирішувати сукупність завдань щодо виховання всебічно і гармонійно розвиненої особистості педагога, носія високого рівня валеологічної культури.

Визначені підсистеми науково-методичної системи забезпечення формування валеологічної культури є варіативними складовими і за своїм призначенням покликані окреслювати вихідну структуру педагогічного процесу, висвітлення змісту, ролі і визначення дієвості окремих підсистем та



умови формування валеологічної культури майбутнього вчителя будуть більш детально обґрунтовані в наступних підрозділах.

3.3. Етапи технології формування валеологічної культури майбутнього вчителя

Формування валеологічної культури майбутнього вчителя неможливо здійснити без технологічного забезпечення цього процесу.

З огляду філософської думки, технологія визначається не просто як будь-який послідовний процес організації діяльності для досягнення цілей виробництва, а як процес, який базується на наукових розробках у даній галузі. За аналогією можна стверджувати, що технологічні підходи у педагогіці пов'язані з розробкою наукових досліджень у галузі освітніх процесів, передусім, у сфері педагогічної психології, дидактики, методики викладання навчальних дисциплін.

У зарубіжній педагогічній теорії і практиці проблеми педагогічних технологій представлено у дослідженнях С. Ведемейєра, М. Вулмана, Г. Еллінітона, М. Кларка, П. Мітчела, Ф. Персиваля, С. Сполдинга, Р. Томаса та ін.

Грунтовний аналіз педагогічних технологій у системі педагогічної освіти подано у дослідженнях В. Безпалько, Т. Ільїна, М. Кларіна, В. Монахова, А. Нісімчук, О. Падалка, О. Пехоти, Г. Селевко, С. Сисоєвої та ін [20].

На сучасному рівні існує дві ведучі позиції, що відображають суть педагогічної технології. Перша позиція передбачає розгляд педагогічної технології як засобів, що виникли у результаті комунікативної революції, яка забезпечила альтернативне їх застосування поряд із викладачем, підручником, дошкою, таблицею. З цієї точки зору педагогічна технологія виступає як раціональна концепція, яка ефективно використовує сучасні матеріали і технічні засоби. За другої позиції педагогічна технологія розглядається як систематична розробка, реалізація, контроль та оцінка цілеспрямованого процесу навчання, що базується на ефективних способах діяльності. Мета педагогічної технології полягає у тому, щоб зробити це навчання продуктивнішим, більш індивідуалізованим, диференційованим. У першому випадку під педагогічною технологією розуміють застосування технічних



засобів, а у другому – розробку методик викладання.

Незважаючи на те, що цей термін застосовується у педагогіці давно, дискусія про сутність педагогічних технологій продовжується понад півстоліття і знайшла відображення у більш ніж 300 визначеннях, зроблених різними авторами.

Наведемо найбільш поширені визначення *педагогічна технологія*:

– системний метод побудови, застосування та визначення процесу викладання і засвоєння знань з урахуванням взаємодії технічних і людських ресурсів, що забезпечує завдання оптимізації сфер освіти;

– змістовна техніка реалізації навчального процесу (В. Безпалько);

– системна сукупність і порядок функціонування всіх особистісних, інструментальних і методологічних засобів, які використовуються для досягнення педагогічної мети (М. Кларін);

– вивчення, розробка і системне використання принципів організації навчального процесу на основі новітніх досягнень науки і техніки. Педагогічна технологія виступає як педагогічна система, у якій використання засобів навчання підвищує ефективність навчального процесу (І. Прокопенко, В. Євдокимов);

– систематичний метод планування, застосування, оцінювання всього процесу навчання і засвоєння знань шляхом обліку людських і технічних ресурсів і взаємодії між ними для досягнення найефективнішої форми освіти (О. Пехота).

Н. Матвєєва вважає, що технологія є повним, комплексним описом заняття, який поєднує шлях досягнення комплексного розвитку особистості, спрямована на певний вид діяльності і сприяє формуванню здібностей, умінь, певного стилю мислення, менталітету.

Г. Селевко зазначає, що у педагогічних технологіях виразно поданий процесуальний, кількісний, обчислювальний компонент.

Існує також різниця між термінами педагогічна технологія і освітня технологія. О. Пехота зазначає, що освітні технології – це стратегії розвитку національного, державного, регіонального освітнього простору, а педагогічні технології відображають тактику їхньої реалізації.

Аналіз науково-методичної літератури, яка присвячена педагогічним технологіям, вказав на існування різних точок зору на проблему їхньої структури та критеріїв технологічності. Найбільш ґрунтовною є позиція



І. Прокопенка і В. Євдокимова, які вирізняють *структурні елементи технології*:

- концептуальна частина;
- змістовна частина;
- процесуальна частина – технологічний процес;
- програмно-методичне забезпечення.

Г. Селевко стверджує, що будь-яка педагогічна технологія повинна задовольняти основні *критерії технологічності*:

- концептуальності;
- системності;
- керованості;
- ефективності;
- відтворюваності.

І. Зимня розподіляє всі педагогічні технології на загальні і часткові. До загальних технологій дослідниця відносить технології конструювання процесу навчання та його здійснення. Частковими є технології рішення задач навчання і виховання (педагогічне стимулювання, контроль і оцінка результатів тощо).

Г. Селевко виділяє *класи педагогічних технологій*:

- за рівнем застосування;
- за філософською ознакою;
- за провідним фактором;
- за науковою концепцією;
- за орієнтацією на особистісні структури;
- за характером змісту і структури;
- за типом організації та рівнем пізнавальної діяльності;
- за категорією тих, хто навчається;
- за змістом модернізації та модифікації.

Педагогічна технологія спирається на певну наукову концепцію, яка включає філософське, психологічне, дидактичне та соціально-педагогічне обґрунтування досягнення освітніх цілей:

– концептуальна частина розглядається з позиції інноваційності, альтернативності, гуманізму, демократизму, сучасності;

– змістовна частина у рамках технології розглядається з позицій сучасних теорій вищої освіти, принципів системності, ідей розвивального навчання і соціального замовлення;



–процесуальна частина визначається доцільністю окремих елементів, комплексність усіх методичних засобів, адекватність змісту професійної підготовки студентів.

Передбачається можливість використання педагогічної технології в інших вищих навчальних закладах іншими викладачами.

У педагогічних технологіях присутня особистісна компонента, яка впливає на результативність і ефективність технології. І. Зимня стверджує, що педагогічна технологія передбачає приєднання до неї особистості педагога в усіх її проявах, певна педагогічна задача ефективно може бути вирішена лише за допомогою адекватної педагогічної технології, що реалізується педагогом-професіоналом.

В умовах упровадження педагогічних технологій постає питання про креативність педагога – специфічну здібність до творчої діяльності. В. Моляко вважає:

- творча людина відтворює найвищий ступінь розвитку, підготовку до конкретних видів діяльності, життя у цілому, до зміни стилів поведінки, пошуку виходу із кризових станів;
- – підготовку фахівців практично підготовкою їх до творчої діяльності;
- творчість – обов’язкова складова професійної освіти, яка має стати нормою професійної діяльності і підготовки до неї, у кінцевому варіанті кожен фахівець повинен бути творчим фахівцем.

Сучасні педагогічні технології базуються на відповідних психологічних теоріях засвоєння:

- елементарного спілкування;
- асоціативного засвоєння;
- біхевіоризму;
- гештальт-теорії;
- теорії поетапного формування розумових дій.

На їхній основі вчені розробили *види педагогічної технології*:

- змістовного узагальнення (В. Давидов);
- поетапного формування розумових дій (П. Гальперін);
- засвоєння в асоціаціях (В. Шаталов);
- формування навчально-пізнавальних структур (Ш. Амонашвілі);
- розвивального навчання (Л. Занков);



- діалогу культур (В. Біблер);
- формування навчальної діяльності (В. Рєпкін);
- оптимізації навчання (Ю. Бабанський);
- комп'ютерного навчання (І. Підласий);
- технології творчості (Ю. Азаров);
- модульно-рейтингового навчання (П. Юцявічене);
- монопредметного навчання (О. Гохберг);
- диференційованого навчання (І. Унт) та ін.

Аналіз традиційної системи підготовки педагога дозволив зробити висновки про те, що:

- у ній переважно використовуються технології, які спираються на репродуктивне мислення студентів;
- навчальний матеріал студентам пропонується як готова інформація у вигляді певних догм, які студент осмислює, запам'ятовує та відтворює;
- способи і прийоми рішення задач студент отримує від викладача у готовому вигляді, після чого отримані знання застосовує на практиці;
- пізнавальна активність студентів є невисокою;
- основна частина студентів навчається без інтересу, докладаючи зусилля тільки для того, щоб тільки не одержати незадовільних оцінок;
- педагог виступає у ролі інформатора, контролера, судді, а студент – пасивного слухача та відповідача.

Нові тенденції розвитку педагогічної науки сприяють тому, що на зміну консервативним технологіям приходять нові *інноваційні технології*, які розширюють можливості для здійснення вибору як з боку педагога, так і студента.

Інноваційні технології:

- базуються на позиціях, за яких знання, ерудиція, аналітичні здібності та творчі способи діяльності здобуваються лише ціною власних зусиль;
- педагог виступає у ролі організатора і консультанта;
- інформаційний матеріал викладається на такому рівні і в такому обсязі, який забезпечує ефективну підготовку студентів до самостійної роботи та творчого пошуку розв'язку поставлених



завдань;

- закладає свободу вибору студентом альтернативних варіантів засвоєння навчального матеріалу, право особистості на помилку, на незнання, на неповноту відомостей та забування.

Інноваційні технології характеризуються *ознаками*:

- забезпечення найбільшого сприяння для реалізації індивідуальних інтересів та можливостей студентів;
- усунення багатопредметності шляхом інтеграції;
- вільний вибір варіанта навчання;
- нові підходи до контролю і оцінки знань;
- індивідуальні співбесіди;
- публічні захисти робіт;
- аналіз розв'язку інтегрованих завдань;
- загальний рейтинг навчальних досягнень за певний період тощо.

До актуальних і розповсюджених *інноваційних технологій* у сучасній вищій школі належать:

- особистісно-орієнтованої освіти;
- виховуючого навчання;
- співробітництва;
- цільової інтенсивної підготовки спеціалістів;
- логіко-евристичного проектування професійної освіти;
- проектування систем інтенсивного навчання;
- контекстного навчання;
- позиційного навчання;
- санкціонування студентів;
- інтерактивного навчання;
- кредитно-модульна технологія;
- інформаційні технології тощо.

Із розповсюджених *інноваційних технологій* у процесі формування валеологічної культури студентів найбільш доцільним є використання технологій співробітництва, особистісно орієнтованого та інтерактивного навчання.

Основу *технології співробітництва* становить розвивальне та виховуюче навчання. Серед *основних характеристик* технології співробітництва можна назвати такі:



- взаємини між викладачами і студентами формуються як спільна творча діяльність;
- навчання і самоосвіта ґрунтуються на особистісній зацікавленості студента, індивідуальних інтересах, здібностях;
- ідея подолання труднощів, досягнення складних цілей є провідним у спільній діяльності викладача і студентів, а також у самотійній роботі;
- формування у студентів образного мислення сприяє розвитку мотивації діяльності, захопленості нею;
- ідея вільного вибору форм, напрямків, методів діяльності формує мотиваційну сферу, розвиває творче мислення;
- інтелектуальний фон групи, її творча атмосфера зумовлюють напрями індивідуальної творчої роботи.

Технологія особистісно орієнтованого навчання досягається наступними способами:

- використання різноманітних форм і методів організації навчальної діяльності, орієнтованої на конкретного студента;
- створення атмосфери зацікавленості кожного студента у роботі групи;
- підтримка студента в його бажанні знаходити власний спосіб роботи;
- уміння аналізувати свою роботу та інших студентів на занятті;
- створення педагогічних ситуацій на занятті, що дають змогу кожному студенту виявляти ініціативу, самотійність у роботі;
- створення умов для природного самовираження студентів.

У процесі спільної валеологічної діяльності найбільш ефективною є *технологія інтерактивного навчання*. Сутність цієї технології базується на тому, що освітній процес відбувається за умов:

- постійної, активної взаємодії всіх його учасників;
- співнавчання;
- взаємонавчання (колективне, групове, навчання у співпраці);
- рефлексія із приводу того, що знають, уміють і роблять.

Сучасні технології в оптимальному поєднанні з традиційними дозволяють забезпечити інноваційний характер навчального процесу взагалі та процесу формування валеологічної культури вчителя зокрема, забезпечити, насамперед, її змістовний аспект.

Педагогічна технологія реалізується у конкретних способах, прийомах та



методах, використання яких дозволяє ефективно вирішувати поставлені завдання формування валеологічної культури. Звичайно, що більша частина методів навчання має багатофункціональне значення у навчальному процесі і тому найкращий результат можна досягти лише при комплексному застосуванні різних методів та інших дидактичних засобів. Пріоритетними повинні бути такі форми і методи, які сприяють зближенню процесу формування валеологічної культури з реальною поведінкою студента, де він сам приймає рішення і емоційно переживає результат.

Успішність реалізації педагогічної технології вимагає дотримання загально педагогічних принципів гуманізації, науковості, цілісності, зв'язку з життям, індивідуалізації, активності у педагогічній діяльності тощо, а також *технологічних принципів*:

- системності – наявності логіки процесу, взаємозв'язку частин;
- керованості – можливості діагностики досягнення цілей, планування процесу навчання;
- оптимальності – вибір технології відповідно до результатів і оптимальних затрат, гарантія досягнення певного результату;
- відтворюваності – можливість застосування іншими суб'єктами у інших однотипних навчальних умовах.

Технологія формування валеологічної культури майбутнього вчителя – цілісна система педагогічних принципів, методів, застосування яких гарантує достатньо високий рівень ефективності формування валеологічної культури майбутнього вчителя при її наступному багатократному відтворенні.

Технологія реалізації комплексу засобів формування валеологічної культури майбутнього вчителя включає чотири *етапи*:

- підготовчий;
- стимулювально-пізнавальний;
- змістово-практичний;
- аналітико-результативний.

До основних завдань першого, *підготовчого етапу*, входить розробка науково-методичного забезпечення процесу формування валеологічної культури майбутнього вчителя:

- модифікація чинних та розробка нових програм навчальних дисциплін;
- підготовка навчально-методичних комплексів до навчальних дисциплін;
- розробка авторських навчальних посібників;



- розробка тем курсових, кваліфікаційних та магістерських робіт;
- розробка завдань валеологічного спрямування на навчально-польові та педагогічні практики;
- визначення проблематики науково-дослідної роботи;
- складання і координація планів валеологічної діяльності студентів.

Зміст діяльності на *стимулювально-пізнавальному етапі*:

- формування позитивних мотивів до оволодіння валеологічною культурою;
- спрямованість особистості на ціннісне ставлення до валеологічної діяльності;
- розвиток потреби у валеологічних знаннях, уміннях і навичках як найважливішого мотиву пізнавальної діяльності;
- інтерес до процесу пізнання;
- самостійність;
- відповідальність;
- творче ставлення до розв’язання пізнавальних завдань;
- прагнення знайти свій підхід до нового завдання;
- виявлення ініціативи у процесі формування валеологічної культури;
- оволодіння засобами самостійної пізнавальної діяльності;
- здатність до адекватної самооцінки та саморефлексії у процесі оволодіння валеологічною культурою;
- формування особистісних та професійно значущих якостей, необхідних майбутньому вчителю для оволодіння високим рівнем валеологічної культури.

Пізнавальна активність студентів нерозривно пов’язується із пізнавально-професійною потребою, що виражається у прагненні до постійного поповнення професійних знань, оволодіння методами пізнання і дослідження. Формуванню професійно-пізнавальної потреби сприяють професійно-ціннісна орієнтація студентів у навчальній діяльності і розвиток професійних мотивів пізнавальної діяльності.

У процесі формування валеологічної культури вироблення усвідомленої настанови на самореалізацію набутих знань, умінь і навичок, творче осмислення валеологічної діяльності, її моральних аспектів, розуміння об’єктивної динаміки розвитку особистості, розвитку валеологічної культури. Тому нагальна вимога це формування потреби неперервного, систематичного



професійного і валеологічного самовдосконалення.

Для формування позитивної мотивації до оволодіння валеологічною культурою та ціннісного ставлення до неї, необхідно впроваджувати таку організацію навчально-виховного процесу, що несе в собі можливості для формування мотивації, за якого самі студенти виступають активними учасниками пізнавального процесу, визначають новий зміст колишніх особистісних цілей, спрямовують свої мотиви на більш високі цільові настанови. З цією метою на початковому етапі методом дискусії необхідно виявити пріоритетні життєві цінності кожного студента, місце серед них валеологічних цінностей та його ставлення до своєї системи ціннісних орієнтацій і мотиваційну спрямованість.

Ціннісні ставлення студента до валеологічної діяльності:

- сукупність валеологічних ціннісних орієнтацій, зумовлених світоглядом, що виявляються у реальних професійних діях, які регулюють валеологічну діяльність;
- ставлення до валеологічної діяльності визначається єдністю суб'єктивного й об'єктивного, у якому об'єктивне положення майбутнього вчителя – основа його вибіркової спрямованості на педагогічні цінності, загального і професійного саморозвитку, професійної та соціальної активності.

На цьому етапі важливим завданням є:

- розвиток спрямованості студентів на валеологічну діяльність;
- спрямованість на розвиток валеологічної потреби;
- формування стійких валеологічних мотивів;
- розвиток мотивів досягнення успіху, впевненості у собі;
- формування вмінь валеологічної діяльності.

Змістово-практичний етап можливий в умовах практичного включення студентів у практичну валеологічну діяльність і передбачає формування всіх компонентів валеологічної культури майбутнього вчителя та спрямовується на:

- актуалізацію особистісного і професійного досвіду студентів;
- набуття валеологічних знань і нового валеологічного досвіду;
- розв'язання системи педагогічних завдань із застосуванням сукупності валеологічних умінь;
- спостереження;
- самоспостереження;



- аналіз;
- самоаналіз;
- осмислення валеологічного досвіду та досвіду інших студентів.

Ефективність процесу формування валеологічної культури на цьому етапі залежить від:

- позиції особистості як активного суб'єкта діяльності;
- осмислення індивідуального практичного досвіду;
- сполучення із соціальним і професійним досвідом;
- підтримання і заохочення у колективі індивідуально-творчих пошуків.

Розвиток творчого потенціалу майбутнього вчителя, підвищення рівня його валеологічної культури визначається індивідуалізацією освітнього процесу на різних етапах валеологічної діяльності.

Організація індивідуально-творчого підходу до включення студентів у різні види практичної валеологічної діяльності дозволяє досягти результатів:

- формування вмінь і навичок розумової діяльності;
- сприяння розвитку самостійності мислення;
- уміння логічно і послідовно викладати результати самостійної роботи;
- розвиток індивідуальності, самостійності, творчого потенціалу особистості.

Рівень розвитку валеологічної культури обов'язково обумовлюється мірою творчого підходу до власної діяльності. Суспільна значущість практичної валеологічної діяльності створює умови для творчої самореалізації особистості майбутнього вчителя.

Творча особистість характеризується рефлексивністю, гуманізмом, спрямованістю у майбутнє, чітким розумінням засобів, які необхідні для самовдосконалення власної валеологічної культури і професійного саморозвитку. Така особистість має високу готовність до ризику, має незалежне мислення, високу пізнавальну активність та імпульсивність.

Аналітико-результативний етап займає важливе місце у формуванні валеологічної культури, оскільки сприяє не тільки успішній реалізації моделі цього процесу, але і вносить корективи в його здійснення. Основне завдання цього етапу:

- формування вмінь здійснювати рефлексію валеологічної поведінки;



- рефлексивна діяльність є засобом самопізнання і самооцінки;
- виявлення результатів готовності студентів до валеологічної поведінки у різних ситуаціях;
- визначення індивідуальних програм корекції виявлених недоліків;
- аналіз і самоаналіз результатів виконання завдань;
- власної валеологічної діяльності.

Під час рефлексії аналізується й оцінюється досягнення *цілі*;

- результат зіставляється із запланованим;
- перевіряються не тільки знання, уміння і навички, а й засвоєні способи діяльності;
- розвиток здібностей та особистісних якостей;
- виробляються навички критичного ставлення до власної діяльності та здатність до самооцінки.

Методики з використанням рефлексії дають можливість діагностувати самосвідомість, допомагають студентам у професійному зростанні.

3.4. Засоби реалізації формування валеологічної культури

Аналіз літератури свідчить, що існує багато визначень поняття «засіб», але серед них можна виділити два головних аспекти: як знаряддя діяльності, а також як прийом, спосіб дії. Ю. Бабанський, М. Скаткін, Г. Троцько, М. Фіцула та ін. розглядають засоби навчання як різноманітні матеріали і знаряддя навчального процесу, завдяки яким більш успішно засвоюються знання і вміння.

В. Краєвський та І. Лернер виділяють *засоби навчання*:

- на теоретичному рівні – компоненти педагогічного процесу (цілі, принципи, зміст освіти, методи, форми);
- на рівні навчального предмета (процес навчання відповідно до типу навчального предмета);
- на рівні навчального матеріалу (усі матеріальні і нематеріальні об'єкти нормативної сфери);
- на рівні шкільної дійсності (підручники, посібники, інформаційні засоби навчання тощо).

У вузькому розумінні засіб навчання – це матеріальний об'єкт та знаряддя



діяльності. У цьому разі засіб навчання виступає як дидактична одиниця. А в широкому розумінні – мова йде про весь процес навчання: форми та методи діяльності, зміст освіти, емоційну атмосферу та особистість педагога, допоміжні знаряддя, техніку тощо. І в цьому розумінні засіб навчання виступає як компонент педагогічного процесу.

Засіб формування валеологічної культури – це певний компонент педагогічного процесу, реалізація якого сприяє формуванню ціннісної настанови студентів на процес засвоєння валеологічних знань, оволодіння вміннями і навичками валеологічної діяльності, набуття відповідних рис і властивостей своєї особистості для формування високого рівня валеологічної культури.

Засобами практичної реалізації формування валеологічної культури майбутнього вчителя є:

- зміст професійно-педагогічної підготовки майбутнього вчителя;
- форми і методи навчальної і позанавчальної діяльності студентів.

Зміст – найважливіша характеристика освітнього процесу. В. Краєвський зазначає, що впродовж тривалого часу з'явилося декілька визначень цього поняття з точки зору їх відповідності до сучасних уявлень про людину та її становлення:

- педагогічно адаптовані основи наук, що вивчаються як навчальні дисципліни;
- сукупність знань, умінь і навичок, які повинні бути засвоєні при вивченні основ наук;
- педагогічно адаптований соціальний досвід людства, ізоморфний, тобто тотожний за структурою людській культурі, виокремлений у цьому аспекті.

О. Романовський під змістом освіти розуміють цілеспрямовано підібраний і певним чином структурований обсяг інформації, яку у ході освітнього процесу необхідно трансформувати у знання, уміння і навички тих, хто навчається, в їх моральні принципи і переконання, у світоглядні позиції відповідно до раніше встановлених цілей освіти.

Потенційне значення для формування валеологічної культури студентів мають нормативні документи – навчальні плани, програми навчальних дисциплін та спеціальні навчально-методичні матеріали. Навчальні плани вважають стратегією, а навчальні програми – тактикою навчального процесу.



Ці документи є вирішальною ланкою у науковій організації і плануванні навчального процесу закладів вищої та передвищої фахової освіти, які вирішують головні питання змісту підготовки фахівців.

Навчальні плани відображають теоретичну концепцію освіти в цілісному вигляді і не несуть конкретного валеологічного змісту. Тому можна говорити лише про потенційні можливості навчальних планів для формування валеологічної культури, які впливають із структури перелічених у ньому дисциплін та часу, що відводиться на їх вивчення. План буде оптимальним тільки тоді, коли в ньому враховуються всі вимоги до професійно-педагогічної підготовки майбутнього педагога, в тому числі і вимоги до формування валеологічної культури.

Кваліфікаційна характеристика майбутнього вчителя пов'язана з усіма циклами навчальних дисциплін, що входять до її складу: гуманітарними та соціально-економічними, природничо-науковими та професійно-педагогічними, які становлять послідовну систему знань, умінь і навичок майбутнього вчителя. Процес формування валеологічної культури повинен відбуватися у поєднанні зі змістом дисциплін цих циклів та системою інтегрованих навчальних дисциплін валеологічного спрямування.

Перед програмами навчальних дисциплін стоять *завдання*:

- забезпечення високого рівня наукових знань з урахуванням новітніх досягнень у відповідній науковій галузі;
- генералізація навчального матеріалу на основі фундаментальних положень сучасної науки;
- структурування навчального матеріалу згідно з логічним змістом відповідної науки;
- усунення дублювання навчального матеріалу;
- здійснення міжпредметних зв'язків.

Якщо навчальні плани відображають лише потенційні можливості для включення до змісту освіти валеологічних елементів, то у програмах навчальних дисциплін ці елементи відображаються безпосередньо. Програми готують проєктований зміст для його включення у реальний освітній процес. Ці нормативні документи є вирішальною ланкою у науковій організації і плануванні навчального процесу закладів вищої та передвищої фахової освіти, вони визначають зміст і обсяг знань, які необхідно засвоїти і спрямовують діяльність викладача і студента.



На навчальні програми покладається ряд завдань:

- забезпечення високого рівня наукових знань з урахуванням новітніх досягнень у відповідній науковій галузі;
- генералізація навчального матеріалу на основі фундаментальних положень сучасної науки;
- структурування навчального матеріалу згідно з логічним змістом відповідної науки;
- усунення дублювання навчального матеріалу;
- здійснення міжпредметних зв'язків.

Структурно-логічна схема побудови програми курсу не повинна абсолютизуватися ні у змістовому, ні у формальному відношенні і кожен крок її складання має бути оригінальним і залежати від завдань і умов реалізації системного та інтегрованого підходів.

Зміст програми – важливий засіб і об'єкт успішного формування валеологічної культури, пов'язаний із завданнями формування валеологічної культури студентів.

Уведення валеологічного компонента до змісту навчальних дисциплін передбачає визначення блоків знань, умінь і навичок, створення системи понятійно-термінологічного апарату, які б на світоглядному, методологічному, теоретичному і практичному рівні найбільш повно відображали валеологічні аспекти взаємодії людини з навколишнім середовищем.

Нормативні навчальні дисципліни, які забезпечують професійно-педагогічну підготовку майбутнього вчителя, об'єднуються у три групи:

- цикл гуманітарних і соціально-економічних дисциплін (філософія, основи економічної теорії, соціологія, етика, правознавство, народознавство та ін.);
- цикл професійно-педагогічних дисциплін (загальна педагогіка, історія педагогіки, основи педагогічної майстерності, психологія та ін.);
- цикл природничо-наукових дисциплін (екологія, валеологія, безпека життєдіяльності, цитологія, гістологія, ботаніка, зоологія, мікробіологія, генетика, анатомія і фізіологія людини, молекулярна біологія, основи еволюційного вчення, хімія, фізика, географія та ін.).

Саме така організація змісту навчальних дисциплін, що складається із різних циклів, відкриває широкі можливості для формування валеологічної культури майбутнього вчителя. Проаналізуємо дисципліни трьох груп



дисциплін, які різною мірою впливають на процес формування валеологічної культури майбутнього вчителя.

Так, при вивченні циклу гуманітарних та соціально-економічних дисциплін, найбільш загальні закономірності, що розкривають стосунки людини з навколишнім середовищем, ставлення до власного здоров'я, містяться у курсі «Філософія». Засвоєння законів і категорій матеріалістичної діалектики забезпечує розуміння фундаментальних валеологічних ідей, як цілісність людини і навколишнього середовища, структуру цих зв'язків.

Вивчення філософії дає змогу:

- озброїти майбутніх учителів знаннями про виникнення і розвиток різних форм усвідомлення людиною зв'язків із навколишнім середовищем;
- антропоморфізм науки на ранніх стадіях її розвитку;
- сформувані антропологічні погляди;
- забезпечити формування валеологічного досвіду;
- поглибити розуміння складності зв'язків людини і навколишнього середовища;
- формувати індивідуальні погляди на оточуючий світ, стає важливим елементом підготовки майбутнього вчителя до поведінки у біосфері;
- конструювати перспективи керівництва валеологічною свідомістю студентів у процесі педагогічної організації взаємодії з середовищем існування.

При вивченні курсу «Основи економічної теорії» розуміння діалектичних зв'язків природи і суспільства, залежності популяційного здоров'я населення від екологічних факторів навколишнього середовища, конкретизується на матеріалі економічного життя різних соціальних формацій. Студенти засвоюють положення про працю як процес, що здійснюється між людиною і навколишнім середовищем, про те, що підвищення соціально-трудового потенціалу в сучасних умовах – одне з найважливіших соціально-економічних завдань суспільства. Рівень розвитку і ефективність використання соціально-трудового потенціалу виступають показниками зрілості природних і штучних системи, стану здоров'я працездатного населення, якості життя і можуть слугувати критерієм ефективності їхнього функціонування.

Вивчення курсу «Соціологія» дозволяє студентам отримати валеологічні знання з позицій суспільствознавчої дисципліни – соціальної екології – наукової дисципліни, яка вивчає специфічні взаємини в людському суспільстві з позицій їх оптимізації у напрямку раціонального природокористування,



охорони природи і забезпечення здорового життєвого середовища існування людини в контексті глобальних екологічних проблем.

При вивчаюченні курсу «Етика», студенти розуміють, що без вільного вибору вчинків та дій, без чого неможливе застосування до поведінки особистості морально-етичної оцінки, передбачає більш чи менш усвідомлену орієнтацію на ідеал, ціль, всезагальну норму поведінки, благоговіння перед життям. У процесі вивчення етики одне із завдань полягає в тому, щоб ставлення до навколишнього середовища і власного здоров'я набувало ціннісного характеру, сприймалося і усвідомлювалося як провідна характеристика особистості. Студенти мають усвідомити, що екологічний стан навколишнього середовища і здоров'я нації – показники цивілізованості держави, головний критерій ефективності всіх сфер господарської діяльності. У зв'язку з цим є актуальним формування громадянської відповідальності дітей та молоді за збереження і зміцнення власного здоров'я, оскільки їх підготовка до активної, соціально значущої, сповненої особистісного смислу життєдіяльності – найважливіша складова розвитку суспільства і держави.

У курсі «Правознавство» розкриваються еколого-правові аспекти раціонального природокористування та охорони навколишнього природного середовища, правові основи екологічної політики України, юридичні основи забезпечення права людини на екологічно безпечне життєве середовище, екологічні права і обов'язки громадян.

При вивченні курсу «Народознавство» майбутній фахівець має змогу усвідомити необхідність урахування народознавчого суспільно-історичного та морально-етичного досвіду оздоровлення душі і тіла, традицій ставлення до навколишнього середовища, використання цілющих сил природи для оздоровлення.

Вивчення курсу «Загальна педагогіка» озброює майбутніх учителів знаннями теоретичних основ сучасної педагогічної науки. Цей курс є провідним у системі професійно-педагогічної підготовки і покликаний закласти фундаментальні основи педагогічного мислення вчителя, здійснювати навчально-виховну діяльність згідно з педагогічними закономірностями. При його вивченні розглядаються теоретичні питання формування наукового світогляду, різних напрямів навчання і виховання, кожен із яких має і валеологічний елемент. «Екологічна педагогіка» спрямована на формування екологічної культури особистості шляхом екологічної освіти і виховання.



Курс «*Історія педагогіки*» сприяє ознайомленню студентів з історико-педагогічними аспектами розвитку валеологічної педагогічної думки, засвоєння яких дозволяє зрозуміти генезис основних педагогічних категорій, розуміти їх діалектику, бачити історичні й соціальні закономірності розвитку освіти та педагогічних ідей.

Курс «*Психологія*» розглядає процеси активного відображення людиною об'єктивної реальності у формі різних явищ психіки, яке регулює поведінку суб'єкта, забезпечує його взаємодію із середовищем. Це наближує психологію до валеології, яка також досліджує процеси регулювання поведінки людини у навколишньому середовищі. У цьому курсі відкриваються можливості для використання відомих психологічних закономірностей для формування екологобезпечної та здоров'язберігаючої поведінки особистості, валеологічної свідомості і мислення. Останнім часом як окремі галузі психологічної науки формуються екологічна психологія, психологія здоров'я і психовалеологія. Досягнення цих сучасних розділів психологічної науки доцільно використовувати для формування валеологічної культури у процесі вивчення курсу психології.

Найбільш важливі дисципліни для формування валеологічної культури майбутнього вчителя – це навчальні дисципліни екологічного спрямування, які входять до природничо-наукового циклу (основи екології, глобальна і регіональна екологія, екологія міста, екологія людини, охорона природи, радіобіологія).

У процесі вивчення дисциплін валеологічного спрямування (основи валеології, валеофілософія, валеоекологія, валеологічні технології, історико-народознавчі аспекти валеології, психофізіологічні основи здоров'я, основи медичних знань та ін.) відкриваються широкі можливості для формування валеологічної культури майбутнього вчителя, оскільки перед цими дисциплінами стоїть безпосереднє завдання із формування знань у студентів про здоров'я та вмінь і навичок здорового способу життя в умовах погіршення екологічної ситуації.

Курс «*Основи валеології*» дозволяє розглядати стратегію і тактику збереження здоров'я людини, шляхи оптимізації фізичного, психічного і духовного здоров'я, принципи побудови індивідуальних програм оздоровлення в умовах погіршення екологічної ситуації.

Важливий потенціал для формування валеологічної культури майбутнього



вчителя містить курс «Валеофілософія» – інтегрована навчальна дисципліна, яка синтезує у собі досягнення гуманітарного і природничо-наукового знання, розгорнутого у людському вимірі. Основоположним для цієї дисципліни є зв'язок філософії та валеології. Поле валеофілософії – пересічення матеріальної і смислової реальностей у людині та її життєвих вимірів, яке сприймається через призму здоров'я як найвищого блага людини. Валеофілософія – це світогляд гармонії, порядку, які мають свій початок в людині, а тому доступні їй для творчого вдосконалення, але вони продовжуються і за межами фізичного тіла людини, охоплюючи її соціальний простір, біосферу, Космос. Такий підхід визначає основний принцип валеофілософії: упорядковуючи і поліпшуючи себе, людина упорядковує і поліпшує світ.

Курс «*Основи безпеки життєдіяльності*» ознайомлює:

- із психофізіологією життєдіяльності людини та шляхами її оптимізації;
- із характеристиками навколишнього середовища, його небезпечними факторами та наслідками їхнього впливу на організм людини;
- із засобами і методами підвищення безпеки й екологічності технічних засобів та технологічних процесів;
- з основними положеннями теорії ризику;
- із способами захисту людини від вражаючих факторів аварій і катастроф природного і техногенного характеру;
- з основами проведення рятувальних та інших невідкладних робіт.

При вивченні проблем безпеки життєдіяльності, екологічні аспекти здоров'я людини мають пріоритетний характер. Це надає курсу основ безпеки життєдіяльності статусу одного з провідних у процесі формування валеологічної культури майбутнього вчителя.

Важлива роль у формуванні валеологічної культури майбутніх учителів біології і хімії, хімії та інформатики належить дисциплінам хімічного спрямування. Зі студентами на високому професійному рівні обговорюються різні питання хімічних процесів у біосфері та живих організмах, питання хімічного забруднення та хімічної безпеки, оскільки в їхній основі лежать хімічні реакції. Хімічні дисципліни дозволяють з'ясувати поширеність хімічних речовин у біосфері, їх властивості і значення для життя живих організмів. Найбільш глибокий і змістовний зв'язок між хімічними процесами в біосфері і організмі людини прослідковується у курсі біологічної хімії. За допомогою законів і категорій цієї науки розкриваються складні процеси, що протікають в



організмі людини.

Використання навчально-методичних комплексів:

- сприяє активізації свідомого набуття якісних валеологічних знань;
- посилює формування моральної відповідальності за навколишнє середовище як природну основу здоров'я людини;
- дозволяє вирішити суперечності між стрімким зростаючим обсягом і змістом навчального матеріалу та індивідуальними можливостями студентів свідомого засвоєння цього матеріалу;
- забезпечує розвиток пізнавальних здібностей, творчого мислення, уміння самостійно працювати.

А. Алексюк, В. Краєвський, І. Лернер, О. Савченко та ін. вважають, що підручники та навчальні посібники виконують інформаційну, трансформаційну, координуючу та розвивально-виховну функції і є основним джерелом знань у навчально-методичному комплексі.

Аналіз навчальної літератури засвідчив, що в сучасних умовах в Україні видана значна кількість підручників та навчальних посібників із загальної екології, екології людини і валеології. Кожному з них властиві свої особливості як за структурою, змістом, складністю, так і за послідовністю формування валеологічних понять. Однак, згідно з метою формування валеологічної культури майбутнього вчителя, для навчального процесу необхідна оригінальна навчальна література, побудована за принципом інтегрованих зв'язків екології з валеологією, професійної спрямованості, з урахуванням специфіки та фахової спрямованості професійно-педагогічної підготовки майбутнього вчителя. У зв'язку з цим актуальним є створення авторських навчальних посібників, необхідних для повноцінного забезпечення процесу формування валеологічної культури майбутнього вчителя.

У сучасних умовах інформатизації широко впроваджуються *електронні програмно-методичні навчальні комплекси*, які можна використовувати у процесі формування валеологічної культури це:

- відкриває нові можливості для моделювання та демонстрації різноманітних природних процесів і об'єктів;
- сприяє підвищенню інтересу і загальної мотивації навчання завдяки новим формам роботи і причетності до пріоритетного напрямку науково-технічного прогресу;
- активізує навчання завдяки використанню привабливих і



- швидкозмінних форм подання інформації;
- підвищує ефективність навчального процесу, зокрема, забезпечує індивідуалізацію та диференціацію навчання при різнорівневій підготовці;
- дозволяє об'єктивно перевірити та оцінити рівень навчальних досягнень студента.

Ефективність програмно-методичних навчальних комплексів можлива за умови залучення при їх використанні сучасних засобів комунікації, у тому числі мережі *Internet*. Це забезпечить відповідні умови для ознайомлення студентів із численними базами даних і знань різноманітного призначення, із сучасним інструментарієм технології мультимедіа, із можливостями використання засобів телекомунікації на рівні синтезу комп'ютерних мереж і реалізації телефонного, телевізійного, супутникового зв'язку, із метою інформаційної взаємодії та інформаційного забезпечення як окремих користувачів, так і навчальних закладів.

Програмно-методичні навчальні комплекси мають переваги порівняно з друкованими:

- інтерактивність;
- висока інформативність;
- швидкість пошуку інформації;
- мультимедійність;
- легкість використання інформації;
- гіпертекстовість;
- інтегрованість;
- конструктивність;
- технологічність;
- можливість постійного оновлення, удосконалення та модифікації окремих компонентів;
- наявність завдань для самоконтролю навчальних досягнень студента.

У процесі формування валеологічної культури майбутнього вчителя можна використовувати різноманітні *форми навчання*, які відображають зовнішні, організаційні особливості педагогічного процесу формування валеологічної культури студентів у єдності всіх його компонентів. Форми навчання виступають засобами здійснення взаємодії студентів та викладачів, у межах



яких реалізуються зміст та методи навчання.

Щодо конкретних форм організації навчальної діяльності студентів, то найбільш поширеними є лекція, семінарські та лабораторно-практичні роботи, науково-дослідна робота, навчально-польові та педагогічні практики. Однією з основних форм позанавчальної діяльності є членство студентів в екологічних громадських організаціях. Кожна з організаційних форм навчання характеризується своєю структурою, принципами упорядкованості її елементів.

Процес формування пізнавального інтересу до засвоєння валеологічної культури відбувається на *лекції* як найпоширенішій формі передачі та сприймання навчальної інформації. Завдяки лекції можна:

- послідовно і систематично викладати матеріал, виділяючи у темі, що вивчається, головне, акцентуючи увагу студентів на найістотніших аспектах, економно використовуючи час;
- звертати увагу на те, щоб лекція була змістовною, логічною, супроводжувалася розбором прикладів, демонстрацією наочного матеріалу;
- викликати живу зацікавленість лекційним матеріалом, активізуючи тим самим розумову діяльність майбутніх учителів;
- вводити активні методи навчання, нові нюанси у пізнавальну діяльність студентів, що різко підвищує ефективність навчального процесу, посилює пізнавальну активність, самостійність усіх учасників процесу навчання.

Організація активних дій мислення у процесі лекції забезпечується створенням проблемних ситуацій, умов для організації самостійної роботи, введенням ігрових ситуацій, викладанням навчальної інформації методом роздуму вголос, використанням у процесі лекції навмисних помилок тощо.

Семінарські заняття призначені забезпечити розвиток творчого професійного мислення, пізнавальної мотивації та професійного використання знань у навчальних умовах.

Завдяки застосуванню на семінарських заняттях різних активних методів навчання можна досягти активного перетворення теоретичних знань у практичні. У процесі вирішення різноманітних педагогічних задач відбувається не тільки теоретичне осмислення валеологічних процесів і явищ, але і здійснюється емоційне сприймання їх сутнісних характеристик, моделюється валеологічна діяльність майбутнього вчителя.

У процесі виконання *лабораторно-практичних робіт*:

- відбувається розширення та конкретизація теоретичних знань;



- поглиблюються та розвиваються експериментальні вміння і навички самостійної експериментально-пошукової діяльності;
- формуються вміння самостійно планувати діяльність і фіксувати, зіставляти проміжні та кінцеві результати;
- вимагають від студента вмінь аналізувати і синтезувати наукову інформацію;
- прогнозується подальший розвиток процесів і явищ;
- проявляються ініціатива і самостійність під час виконання конкретного виду завдань.

Однією з провідних форм оволодіння загальнонауковими, професійними та валеологічними знаннями є *самостійна навчально-пізнавальна діяльність студента*, яка:

- включає у себе постановку студентом перед собою усвідомленої мети та змісту роботи;
- визначає вибір ефективних способів і засобів її виконання;
- здійснює контроль за ходом її виконання і внесення коректив у хід та способи виконання;
- сприяє розвитку внутрішньої і зовнішньої самоорганізації майбутнього спеціаліста, активного перетворювального ставлення до одержаної інформації, здатності будувати індивідуальну траєкторію самоосвіти.

Більшість завдань є традиційними, але при системному використанні в навчально-виховному процесі вони сприяють формуванню асоціативних зв'язків і дозволяють формувати валеологічну культуру засобами різних навчальних дисциплін; забезпечують формування стійких зв'язків у змісті кожної екологічної дисципліни; створюють умови для проблемного навчання, оскільки студенти весь час працюють над вирішенням поставлених завдань; розвивають здатність до самостійності та сприяють реалізації творчого потенціалу студентів.

У пізнавальній діяльності важливим є те, наскільки самостійний студент у засвоєнні знань, формуванні вмінь і навичок. Засобами організації самостійної пізнавальної діяльності є пізнавальні завдання, виконання яких приводить до набуття студентами нових знань.

Самостійність студента у пізнавальній діяльності пов'язана із самостійністю мислення, усвідомленням вибору варіантів вирішення



пізнавальних завдань, виступає як умова його творчої діяльності. Самостійність – показник активності особистості та її здібностей до пізнавальної діяльності. Самостійна пізнавальна діяльність сприяє підвищенню інтелектуальних умінь, а саме: виділяти головне в інформації, що відшуковується, порівнювати та аналізувати факти та явища оточуючої дійсності, доводити й обґрунтовувати дію екологічних факторів на людину тощо.

Важливе місце в організації самостійної пізнавальної діяльності студентів займає *самостійна робота*. Під самостійною роботою Н. Сидорчук вбачає будь-яку діяльність особистості, яку вона здійснює з метою досягнення цілей, поставлених перед нею іншою особистістю – керівником, але без його безпосередньої участі. Самостійну роботу можна розглядати як складову самостійної пізнавальної діяльності.

Один із видів пізнавальних завдань – випереджуючі, які спрямовані на повне або часткове самостійне оволодіння матеріалом для його вивчення за програмою. Найбільш поширеними і традиційними завданнями такого виду є написання рефератів. Перелік рефератів обов'язково входить до навчально-методичного пакета, який студент повинен отримати перед вивченням будь-якої екологічної дисципліни. До кожної теми рефератів студентам надають список літератури та необхідні консультації щодо його підготовки. Студентам рекомендують такий алгоритм виконання цього завдання: постановка мети та окреслення проблеми; розробка плану виконання роботи; систематизація опрацьованої інформації; виконання творчого завдання (побудова схеми, таблиці, графіка тощо); формулювання висновків. Матеріали кращих рефератів можна рекомендувати для доповідей на засіданнях студентських наукових гуртків, для друкування в наукових збірниках та журналах.

Ефективною формою організації навчальної діяльності є *створення малих творчих колективів*, діяльність яких спрямовується:

- на вирішення складних за змістом та обсягом завдань у процесі виконання лабораторно-практичних робіт, екскурсій, науково-дослідної роботи;
- на розв'язання загальних проблемних питань всієї групи та вирішення власних завдань;
- на ефективний контакт з іншими членами групи для отримання необхідної інформації чи допомоги;
- на створення психологічної та емоційна рівноваги, коли жоден із членів мікрогрупи не відчуває психологічного та інтелектуального тиску з боку більш



розвинених студентів. Ступінь внутрішньої психологічної спільності визначає рівень згуртованості мікрогрупи.

Навчально-польові практики з природничо-наукових дисциплін (ботаніки, генетики, зоології, екології, сільського господарства тощо) дозволяють студентам:

- спостерігати різні зміни в природі, дають розуміння того, як господарська діяльність вносить масштабні зміни в природні екосистеми, пристосовуючи їх до своїх потреб, що призводить до порушення структури і функціонування природних територіальних комплексів;

- знайомитися з різними формами забруднення об'єктів навколишнього середовища та їх впливом на здоров'я людини, методами моніторингу негативних змін навколишнього середовища.

Пізнання складних взаємозв'язків у природі породжує позицію несприймання проявів негативного ставлення до природного навколишнього середовища, глибокої переконаності в необхідності його охорони та гармонізації власних стосунків з ним.

У період *навчально-польових практик студенти*:

- засвоюють методи польових ландшафтних, геоботанічних, гідробіологічних, гідрохімічних, біоіндикаційних методів досліджень;

- набувають уміння оцінювати екологічний стан різних об'єктів навколишнього середовища, санітарно-захисних зон, водозбірних площ;

- вчаться складати ландшафтні та інвентаризаційні карти, паспорти джерел питної води;

- досліджують і порівнюють антропогенні та еталонні екосистеми;

- вивчають вплив конкретного джерела забруднення на навколишнє середовище;

- аналізують характер міграції забруднюючих речовин в екосистемах;

- здійснюють статистичну обробку отриманих результатів. тощо.

Навчальний план таких практик складається з трьох взаємопов'язаних *організаційних форм*:

- екскурсій у природу з метою вивчення природних об'єктів і різних екосистем;

- виробничих екскурсій на різні виробничі та науково-дослідні установи з метою вивчення виробничої діяльності, пов'язаної з використанням і охороною природних об'єктів;



– виконання студентами індивідуальних навчально-дослідних завдань (ІНДЗ).

Науково-дослідна робота студентів – органічний складовий елемент у цілісному процесі формування валеологічної культури. У процесі науково-дослідної роботи у студентів поетапно формуються:

- якісні особистісні зміни, що забезпечують прискорений розвиток інтелектуальних і творчих здібностей;
- високі рівні творчої активності та індивідуального стилю пізнавальної діяльності;
- ситуації дослідної стратегії пізнавальної діяльності, складного комплексу пошуково-дослідних і комунікативних умінь і навичок;
- навички особистісного самовизначення, самореалізації та саморозвитку.

Організовувати науково-дослідну роботу необхідно так, щоб вона давала студентам не лише суму валеологічних знань, але й формувала б у них мотивацію до самостійного пошуку, удосконалення отриманих знань, сприяла б оволодінню методами науково-дослідної роботи, нестандартними прийомами вирішення актуальних валеологічних проблем, навчала б аналізувати і систематизувати потік валеологічної інформації.

Успіх науково-дослідної роботи студента у валеологічній галузі залежить від розвитку й удосконалення його дослідницьких умінь, особистісних якостей, оригінального творчого мислення, здатності глибоко проникати у факти і явища, знайти основний стрижень досліджуваної проблеми і, виходячи з цього, сформулювати поняття і положення.

Сприятливі передумови для формування у студентів професійної готовності до формування валеологічної культури складаються у процесі *педагогічних практик*, які створюють умови, максимально наближені до самостійної педагогічної діяльності майбутнього вчителя у школі та позашкільних закладах освіти (літніх оздоровчих дитячих закладах, станціях юних натуралістів тощо).

Методологічною основою організації педагогічної практики є особистісно-діяльнісний підхід до процесу професійного становлення майбутнього вчителя. Саме включення студента у різні види діяльності, що має чітко сформульовані завдання, і його активна позиція сприяють успішному становленню його як фахівця.

Педагогічна практика студентів виконує функції:



- навчаючу;
- розвивальну;
- виховну;
- діагностичну.

Вагоме значення для формування валеологічної культури має форма позанавчальної діяльності студентів – *членство у громадських екологічних організаціях*. У будь-якому демократичному суспільстві громадським екологічним організаціям належить важлива валеологічна просвітницька роль у всіх сферах життєдіяльності. Тому важливо, щоб освітній процес закладів вищої та передвищої фахової освіти, спрямований на формування валеологічної культури студентів, доповнювався неформальною освітою, що здійснюється громадськими екологічними організаціями. Порівняно з навчальними закладами, валеологічна просвітницька діяльність громадських екологічних організацій має певні переваги, а саме:

- високий рівень інформованості щодо сучасних валеологічних проблем;
- застосування нетрадиційних новітніх технологій навчання;
- широке використання наочності, інформаційно-пропагандистської літератури;
- залучення іноземного досвіду;
- відсутність примусового навчання;
- тісне співробітництво різних поколінь;
- робота з різними віковими групами.

Однією з форм участі у діяльності громадських організацій є *волонтерський рух*, що об'єднує на добровільних засадах усіх бажаючих.

Важливе місце у формуванні валеологічної культури майбутнього вчителя належить *методам навчання*. Методи навчання належать до провідних структурних компонентів навчального процесу. Метод – серцевина процесу навчання, ланка, яка зв'язує запроектовану ціль і кінцевий результат.

Процес навчання реалізується шляхом взаємодії діяльності викладача (викладання) і діяльності студента (учіння). Викладач здійснює різноманітні дії, які допомагають студентам оволодіти навчальним матеріалом, сприяють активізації їх навчальної діяльності; студент сприймає, осмислює, здобуває, розв'язує навчальні завдання, засвоює, розвивається, виховується.

Метод – це упорядкована взаємодія, співробітництво, партнерство. Саме ця



впорядкована взаємозв'язана діяльність викладача та студента є однією з основних ознак сутності методу навчання. Другою загальною ознакою методу є цілеспрямованість взаємодії діяльності викладача та студентів на досягнення завдань освіти, розвитку і виховання. Ці ознаки є суттєвими, але не єдиними.

У процесі навчання зв'язок методу з іншими компонентами є зворотним: метод є похідним від цілей, завдань, змісту, форм навчання; водночас він суттєво впливає на можливості їх практичної реалізації.

Педагоги-дидакти (А. Алексюк, Ю. Бабанський, Н. Бібік, В. Бондар, І. Лернер, М. Махмутов, І. Підласий, В. Онищук, О. Савченко, М. Скаткін та ін.) дослідивши сутність методу навчання, виділили його ознаки:

- спосіб отримання інформації та оволодіння студентами вміннями й навичками;
- спосіб спільної діяльності викладача та студента, керівництва навчально-пізнавальною діяльністю студентів;
- сукупність упорядкованих прийомів, дій і операцій, достатніх для одержання результатів спільної діяльності викладача та студента;
- спосіб і форма руху змісту навчального матеріалу за правилами індуктивної, дедуктивної чи традиційної логіки його розгортання;
- спосіб і рівень руху пізнавальної самостійності й активності студентів, спосіб стимулювання і мотивації учіння, спосіб емоційних переживань, спосіб формування оцінних суджень.

Найбільш загальним можна вважати таке визначення: методи навчання – це впорядковані способи взаємозв'язаної діяльності викладача і студента, спрямовані на розв'язування навчально-виховних завдань.

Методи навчання:

- виконують важливі загальні функції у процесі навчання;
- дозволяють студентам оволодівати змістом навчальних предметів;
- здійснюють управління пізнавальною діяльністю студентів;
- формують позитивні мотиви навчання;
- сприяють інтелектуальному розвитку студентів;
- формують особистісні якості;
- відбувається оцінка і корекція навчальних досягнень студентів.

Виходячи із особливостей, завдань і змісту формування валеологічної культури майбутнього вчителя, уточнюються *функції методів навчання:*

- стимулювальну;



- мотиваційну;
- освітньо-виховну;
- пошуково-розвивальну;
- дослідницько-розвивальну;
- комунікативну;
- контрольню-корекційну.

Обираючи метод навчання для реалізації того чи іншого завдання з формування валеологічної культури студента, викладач повинен знати, які функції може виконувати кожен із них і як їх спрямувати на посилення тієї чи іншої функції.

У процесі формування валеологічної культури необхідно підбирати такі методи, які дозволяють розвивати активне мислення студентів, уміння самостійно вирішувати нестандартні завдання, використовувати знання для творчого вирішення різних валеологічних питань.

Щоб реалізувати такі завдання, викладачеві треба володіти всією сукупністю сучасних методів, як традиційних, так й інноваційних. Класифікація методів навчання – це впорядкована за певною ознакою їхня система. У процесі формування валеологічної культури потрібні лише ті, які слугують його ефективності.

В основу першої класифікації покладено ознаку – рівень проблемності і самостійності студентів. Відповідно матимемо групу проблемно-розвивальних методів навчання. До неї входять такі методи: монологічний, діалогічний, наочний, проблемно-пошуковий, алгоритмічний, евристичний, проектно-дослідницький.

Якщо виходити із сучасної парадигми освіти – особистісно орієнтованого навчання, то студент у навчальному процесі може бути об'єктом, суб'єктом, суб'єктом взаємодії. Коли студент – об'єкт навчання, то застосовані методи за характером пізнавальної активності будуть пасивними. Якщо студент бере активну участь у здобуванні нових знань, стає суб'єктом навчання, то застосовані методи називають активними. Якщо ж студент – суб'єкт активної взаємодії з викладачем під час вивчення нового матеріалу, то застосовані методи називають інтерактивними. Інтерактивні методи навчання передбачають такі способи взаємозв'язаної діяльності, коли навчання відбувається у взаємодії викладача та студентів з метою спільного виконання навчальних завдань, розвитку особистості студента. Цей підхід є основою



другої класифікації методів навчання – групуванням методів за ступенем пізнавальної активності студентів і взаємодії викладача та студента.

Запропонована класифікація методів навчання поєднує традиційні та інноваційні методи, взаємодія яких може сприяти ефективному вирішенню завдань щодо формування валеологічної культури майбутнього вчителя. Кожен метод навчання має свої сильні й слабкі риси, які необхідно враховувати при виборі та поєднанні в процесі виконання поставлених завдань. Наприклад, методи лекції, розповіді називають традиційними, пасивними методами. Проте саме за допомогою цих методів успішно подаються великі блоки навчального матеріалу, зразки розв'язування проблем. Поєднуючи ці методи з активними й інтерактивними, такими як дискусія, рольова гра, виконання проекту тощо, викладач може досягти високого рівня активності студентів та рівня засвоюваності навчального матеріалу, підвищення мотивації навчання.

3.5. Критерії, показники та рівні сформованості валеологічної культури майбутнього вчителя

Валеологічна культура майбутнього вчителя виступає як мета і як результат педагогічного процесу щодо її формування. Необхідність зіставлення результату процесу формування культури і його мети, яка завжди є певною мірою ідеалізованою, ставить проблему визначення критеріїв та рівнів сформованості валеологічної культури.

Проблема вимірювання системи особистісних якостей людини, а певною мірою і духовного світу особистості, є надзвичайно складною як у теоретичній, так і практичній площині. Духовні явища важко піддаються класифікації і вимірюванню, а на думку багатьох учених деякі аспекти духовного світу людини взагалі не піддаються кількісним вимірюванням. Індивідуальна різноманітність кожної особистості не дозволяє виділити абсолютно загальні для всіх суб'єктів критерії і показники духовного і культурного розвитку.

Критерії і рівні сформованості еколого-валеологічної культури складають основу для реалізації програми самовиховання і самовдосконалення студентів.

Критерій – ознака, на основі якої здійснюється оцінка, визначення чи класифікація будь-чого; мірило судження, оцінки. Під критерієм розуміють ідеальний зразок, еталон, що виражає вищий, найдосконаліший рівень



сформованості будь-яких якостей особистості, порівняно з яким можна встановити ступінь відповідності. Проблема визначення критеріїв є дуже важливою для правильного, науково обґрунтованого підходу до формування культури особистості і цілеспрямований педагогічний вплив на особистість студента з метою формування певних визначених якостей.

Критерій поєднує дрібні одиниці виміру, що дозволяють відрізнити один рівень сформованості якості від іншого. Такими одиницями є *показники*. Якщо критерій, що характеризує отриманий результат у визначеному часовому відрізку, наділений сукупністю вимірювачів, то показник саме і є конкретним вимірювачем критерію. Один критерій може мати декілька показників.

Вивчення проблеми критеріїв у педагогічних дослідженнях показало наявність кількох основних підходів до їх розуміння. Ю. Бабанський рекомендує визначати ефективність освітнього процесу одночасно за кількома критеріями, основними з яких він пропонує вважати якість розв'язання навчально-виховних завдань, затрати часу в навчально-виховному процесі. П. Городов під критерієм розуміє показник, на підставі якого можна говорити про ефективність навчання і виховання взагалі, того або іншого педагогічного засобу і прийому впливу зокрема.

Існують загальні вимоги до виділення і обґрунтування критеріїв, які зводяться до того, що критерії повинні бути такими: простими і доступними для розуміння й використання; охоплювати специфіку і всі елементи структури явища, що вивчається; давати можливість якісно і кількісно оцінювати рівні розвитку процесу, що вивчається; відображати основні закономірності функціонування особистості; за допомогою критеріїв повинні встановлюватися зв'язки між усіма компонентами досліджуваної системи; критерії повинні бути розкриті через низку специфічних ознак, які відбивають усі структурні компоненти еколого-валеологічної культури; критерії повинні відбивати динаміку вимірюваної якості в часі.

При визначенні критеріїв необхідно дотримуватися вимог, що висувуються до педагогічних досліджень:

- об'єктивність і цілісність;
- ефективність;
- надійність;
- висока вірогідність;
- спрямованість;



- критерій повинен відбивати відносну значущість властивостей явища чи об'єкта, що оцінюється.

Вивчення літературних джерел, досвід переконують у важливості цілісного підходу до виявлення та оцінки валеологічної культури майбутнього вчителя. Ми визначаємо критерії валеологічної культури, виходячи із системного розуміння культури, виділення її функцій і структурних компонентів, розуміння культури як стану, як процесу і як результату творчого засвоєння і створення педагогічних цінностей, технологій у процесі професійно-творчої самореалізації особистості майбутнього вчителя.

Незважаючи на різні визначення критеріїв їх можна звести до чотирьох основних, які визначають мотиваційну, змістову, діяльнісну і рефлексивну сферу.

Найвищим критерієм сформованості валеологічної культури є практична діяльність, як суттєва характеристика, досягаючи своєї високої якості, сприяє найбільш повному розвитку внутрішнього світу людини. Тому при розробці критеріїв і показників сформованості валеологічної культури студентів ми виходимо з положень про те, що об'єктивною основою критеріїв є практичні справи і вчинки студентів. Суб'єктивною стороною критеріїв є мотиви цієї діяльності, у яких розкривається, як правило, суспільно значущий зміст валеологічної діяльності.

Відповідно до наведених положень ми запропонували систему критеріїв, на підставі яких можна здійснювати оцінку рівня сформованості валеологічної культури майбутнього вчителя. До неї увійшли мотиваційний, особистісний, когнітивний, діяльнісний та оцінний критерії.

Мотиваційний критерій визначає наявність сформованості мотивації студентів на формування та вдосконалення валеологічної культури, сформованість інтересу до питань валеологічної культури та її вдосконалення, наявність та ступінь сформованості особистісних і професійно значущих якостей у майбутнього вчителя. Сформованість валеологічної культури передбачає гуманний зміст мотивів особистості (потреб, нахилів, емоцій, настанов, ідеалів). Мотивація валеологічної поведінки передбачає усвідомлення аналізу і оцінки альтернатив. Особистісний вибір і прийняття рішення, відповідальність за свої вчинки. Найважливішою характеристикою мотиваційного критерію, як відмічав О. Леонтьєв, є збіг особистісного смислу і мотивації діяльності людини.



Серед показників характеру мотивації до формування та вдосконалення валеологічної культури є ступінь сформованості стійких мотивів:

– *стійка мотивація* (усвідомлене ставлення до оволодіння валеологічною культурою, наявність бажання до її вдосконалення, оволодіння професіоналізмом у практичній валеологічній діяльності, творчий підхід до вирішення валеологічних проблем);

– *ситуативна мотивація* (епізодична зацікавленість студентів до оволодіння окремими елементами валеологічної культури);

– *індиферентне ставлення* (відсутність у мотивах професійно-педагогічної спрямованості на оволодіння та самовдосконалення валеологічної культури).

Для виявлення сформованості мотивації можна застосовувати анкети й опитування, створювати ситуації вибору, спрямовані на виявлення мотивів, що свідчать про ступінь сформованості професійно-педагогічної спрямованості на формування і вдосконалення валеологічної культури.

Серед показників рівнів пізнавального інтересу до питань валеологічної культури ми обрали для аналізу стійкість, що визначається за методикою Г. Щукіної.

Виділяють види стійкості пізнавального інтересу:

– *стійкий інтерес*, який виявляється в активній зацікавленості та усвідомленому прагненні до формування валеологічної культури, її самовдосконалення, що пов'язано з переважанням внутрішніх стимулів над зовнішніми;

– *ситуативний пізнавальний інтерес*, коли інтерес до питань валеологічної культури виникає в окремих ситуаціях і зникає разом із ними і пов'язаний із зовнішніми стимулами та *відсутність інтересу*, який характеризується явним або прихованим небажанням студента займатися діяльністю по формуванню валеологічної культури.

Особистісний критерій відображає сформованість особистісних і професійно значущих якостей майбутнього вчителя як результат і узагальнене вираження стійких відносин його особистості, її професійної діяльності і поведінки.

Сформованість таких якостей особистості майбутнього вчителя, як *гуманність, громадянськість, відповідальність, ініціативність, обачливість, наполегливість, дисциплінованість* діагностується на основі оцінки й самооцінки, методом ранжування та інших методик.



Когнітивний критерій характеризує ступінь інтелектуального розвитку особистості і системи валеологічних знань. Філософська наука визначає інтелект як здатність мислення, раціонального пізнання. Традиційним є уявлення про інтелектуальну людину як про розумну, духовну, з високо розвиненим інтелектом. На початку XX століття німецький психолог В. Штерн визначив поняття інтелект як здібність до цілісного пристосування до умов, що змінюються. В умовах сучасного знання, що постійно змінюється, необхідності співіснувати в діалозі з різними культурними смислами, уявлення про інтелект як про здібність до креативного мислення і поведінки є, на наш погляд, небезпідставним.

Когнітивний критерій розвитку валеологічної культури особистості відображає гуманістичну спрямованість усіх знань, якими оволодіває студент, включення будь-якого знання до системи знань, що забезпечують стратегію виживання людства в умовах загострення екологічної кризи.

Показниками сформованості валеологічних знань можна використовувати повноту, що визначається кількістю валеологічних знань, та характер засвоєних валеологічних знань (творчий, реконструктивний та репродуктивний):

– *творчий* (наявність усвідомлених та систематичних валеологічних знань, вільна їх творча інтерпретація; глибока обізнаність у валеологічній галузі; здібність уявляти, спостерігати, відкривати невідомі сторони об'єктів, відчуття проблеми, оригінальність висновків; наполегливе й постійне прагнення до самоосвіти, розширення свого кругозору; здатність бачити нову проблему в традиційній ситуації);

– *реконструктивний* (володіння основними знаннями, частина з них вільно інтерпретується; уміння виконати послідовні навчальні дії, запам'ятати та відтворити необхідну інформацію; володіння знаннями про методи і способи репродуктивної діяльності);

– (володіння деякою частиною елементарних валеологічних знань без творчого їх переосмислення; обмежений еколого-валеологічний кругозір, невміння перенести знання у практичну площину; несформованість знань про методи пізнання і способи діяльності; упізнавання і відтворення готових знань; відсутність прагнення до самовдосконалення).

Сформованість показників когнітивного критерію визначалася шляхом проведення спостережень, анкетування, співбесід із студентами, тестування,



письмових контрольних робіт.

– *Діяльнісний критерій* відображає стан системи набутих еколого-валеологічних умінь і навичок, яка є результатом якісного розвитку її знань, інтересів, переконань, мотивів та настанов. Визначення рівня сформованості вмінь і навичок можна здійснювати шляхом аналізу поведінки студентів у різних спеціально створюваних еколого-валеологічних ситуаціях, коли для їх вирішення перед студентом постає необхідність здійснювати моральний вибір.

– *Оцінний критерій* характеризує розвиток рефлексивного мислення і здатності до оцінки й корекції власної еколого-валеологічної поведінки, ступінь спонукань до самовдосконалення еколого-валеологічної культури.

Показники оцінного критерію – це те, як студент здійснює самоконтроль і самооцінку своєї еколого-валеологічної поведінки, а саме: *здійснює, частково здійснює, не здійснює*.

Визначення показників оцінного критерію можна здійснювати за допомогою практичних завдань, які потребують самоаналізу власної поведінки та поведінки своїх колег.

Кожен із цих критеріїв відображає вищий рівень розвитку компонентів валеологічної культури і є зразком, при порівнянні з яким реальних явищ можна встановити ступінь їх відповідності, наближення до ідеалу. Наведені критерії відображають динаміку формування валеологічної культури в часі й культурно-педагогічному просторі та охоплюють основні види педагогічної діяльності.

Критерії виміру валеологічної культури майбутнього вчителя підпорядковані особливостям розвитку конкретних його особистісних потенціалів, їхній зміст відповідає структурним компонентам валеологічної культури.

Ураховуючи динаміку розвитку і саморозвитку особистості, критерії сформованості валеологічної культури, можна використовувати на будь-якому етапі професійно-педагогічної підготовки майбутнього вчителя та незалежно від віку в процесі його подальшої професійної діяльності.

На підставі встановлених критеріїв і показників для більш точного визначення рівня сформованості валеологічної культури доцільно виділити її рівні. Поняття рівень відбиває діалектичний характер процесу розвитку певної якості. Рівень розвитку культури – це інтегрована (узагальнена, цілісна) характеристика знань, мотивів і поведінки особистості.



Рівень сформованості валеологічної культури майбутнього вчителя залежить від ступеня сформованості її компонентів. Відмінність одного рівня валеологічної культури від іншого в індивідуально-особистісному плані виражається у різному ступені усвідомлення учителем своєї педагогічної позиції, у ступені засвоєння певної педагогічної техніки та технології, у розумінні своєї відповідальності за результати навчально-виховного процесу.

Аналіз літератури показав, що проблемі визначення рівнів сформованості педагогічної культури або її складових приділяється значна увага. При виділенні рівнів і показників ми спиралися на роботи Л. Виготського, П. Гальперіна, В. Давидова, О. Леонтьєва, С.Рубінштейна, у яких розроблено теорію діяльності та виділено рівні оволодіння особистістю діяльністю взагалі; на роботи В. Сластьоніна, А. Усової, Н. Яковлевої, у яких наведені класифікації рівнів розвитку професійно-педагогічної діяльності та рівні підготовки студентів до даної діяльності, а також виділені показники, котрі характеризують ці рівні.

В. Гриньова виділяє такі рівні сформованості педагогічної культури майбутнього вчителя: досконалий (творчий), базовий (евристичний), достатній (конструктивний) і елементарний (репродуктивний) [17].

Виділяють продуктивний, достатній та елементарний рівні сформованості валеологічної культури.

Для *продуктивного рівня* сформованості валеологічної культури характерним є:

- стійкий інтерес до питань формування валеологічної культури, сформованість стійкої ціннісної мотивації до оволодіння нею та подальшого удосконалення;
- усвідомлення значення наявності особистісно і професійно значущих якостей, необхідних для оволодіння валеологічною культурою;
- сформованість системи валеологічних знань, впевненість у їх істинності, наявність міцних, глибоких і дієвих знань про сутність валеологічної культури, постійна самоосвіта;
- сформованість системи валеологічних умінь і навичок та ґрунтовне володіння ними в будь-яких валеологічних ситуаціях, самостійний пошук способів дій в умовах проблемності, надання переваги завданням творчо-пошукового характеру; постійний аналіз і узагальнення фактів, досвіду, постійне прагнення до оволодіння новими способами і прийомами дій, постійна



постановка перспективних цілей; самостійні дослідження, пошук та відкриття нового;

– розвиненість рефлексивного мислення, здатність до об'єктивного самоконтролю та адекватної самооцінки власної валеологічної поведінки; самостійне визначення шляхів подолання труднощів, вимогливість до себе та постійне прагнення до самовдосконалення.

Достатній рівень сформованості валеологічної культури відзначається такими показниками:

– ситуативним пізнавальним інтересом студентів до валеологічної культури та ситуативною мотивацією до оволодіння нею;

– недостатнім усвідомлення значущості особистісно і професійно значущих якостей, необхідних для оволодіння валеологічною культурою;

– реконструктивним характером валеологічних знань, які достатньо ефективно застосовуються на практиці;

– валеологічні вміння і навички виявляються у більшості ситуацій, розуміння і виконання поставлених завдань, виконання послідовних навчальних дій здійснюється за інструкцією, дія за алгоритмом на основі систематизації та аналізу фактів, адекватне орієнтування у різноманітних валеологічних ситуаціях, але перевага надається реконструктивному характеру діяльності, спостерігається дефіцит оригінальних рішень, впевнені навички валеологічної поведінки;

– уміння здійснювати самоконтроль і самооцінку переважно мають несталий, імпульсивний характер, необхідне спонукання до самовдосконалення та подолання стереотипів у мисленні.

Елементарний рівень сформованості валеологічної культури характеризується:

– несформованою системою валеологічних цінностей; відсутністю стійкої мотивації до оволодіння валеологічною культурою та засвоєння норм і правил валеологічної поведінки, розвитку професійно-особистісних якостей, переважанням емоцій невпевненості, сумніву, байдужості до участі в практичній валеологічній діяльності;

– обмеженим запасом елементарних валеологічних знань без творчого їх переосмислення та невмінням перенести у практичну площину, звуженим валеологічним кругозором; несформованістю знань про методи пізнання і способи діяльності, упізнаванням і відтворенням тільки готових знань;



- несформованістю системи валеологічних умінь і навичок, надання переваги завданням репродуктивного характеру, пасивністю при використанні валеологічних знань, виконання окремих навчальних дій здійснюється за інструкцією; невмінням виконати декілька дій в певній послідовності; відсутністю позитивних результатів валеологічної діяльності;

- нерозвиненістю рефлексивного мислення та неадекватною самооцінкою своєї валеологічної поведінки.

Виявлені критерії і рівні, звичайно, не можуть претендувати на вичерпність. Їх можна вважати умовними, адже формування валеологічної культури – це безперервний процес, і передбачити заздалегідь співвідношення різних компонентів рівня її сформованості, їх вияв та непомітні зміни досить складно.

Визначення критеріїв і показників рівня сформованості валеологічної культури майбутнього вчителя безпосередньо пов'язане з проблемою їх діагностики. Діагностика передбачає визначення діагностичних засобів, які є адекватними меті і умовам педагогічного процесу по формуванню валеологічної культури. Діагностичні засоби – це сукупність методів і прийомів визначення рівня, корекції і прогнозування процесу формування валеологічної культури студентів.

При доборі діагностичних засобів необхідно враховувати: діагностичні засоби повинні бути валідними; надійними; доступними для масового використання; економними; інформативними.

Аналіз психолого-педагогічної літератури з проблем діагностування культури особистості та практичний досвід формування валеологічної культури студентів дозволяє виділити *вимоги* до цього процесу:

- діагностика повинна бути спрямованою на виявлення особливостей розвитку валеологічної культури конкретного студента, визначення прогресу, точок ризику, підвищення уваги до окремих індивідуально-особистісних аспектів її формування;

- діагностичне вивчення повинне бути багатократним, яке періодично повторюється впродовж тривалого часу;

- вивчення розвитку валеологічної культури студентів повинно вестися з урахуванням зон найближчого розвитку (Л. Виготський);

- робота зі студентами повинна проводитися з опорою на педагогічний оптимізм;



– при виборі методів і прийомів важливо враховувати вікові особливості студентів;

– система методів і прийомів повинна, по можливості, мати природний характер, звичні для студентів методи роботи;

– діагностика валеологічної культури не є самоціллю, а слугує основою для організації корекційної роботи, самовиховання і самовдосконалення студентів.

Отже, педагогічні умови, що забезпечують успішність формування валеологічної культури майбутнього вчителя – опора на життєво-освітній досвід студента та набуття нового досвіду у процесі практичної діяльності, створення сприятливого освітнього середовища, стимулювання студента до самоосвіти.

**KAPITEL 4 / CHAPTER 4****PROVIDING THE FUTURE TEACHER'S VALEOLOGICAL CULTURE
FORMATION**

*ЕФЕКТИВНІСТЬ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ФОРМУВАННЯ ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ МАЙБУТНЬОГО
ВЧИТЕЛЯ*

**4.1. Технологічне забезпечення процесу формування валеологічної
культури**

Існуючу у світі екологічну ситуацію і стан здоров'я населення, необхідність їх поліпшення через відповідну підготовку майбутнього вчителя, перелік у світлі екологічної ситуації вимог до особистості вчителя вважали провідною вимогою до формування змісту валеологічного складника змісту програм різних навчальних дисциплін.

Ця вимога дозволила визначити у процесі концептуальну ідею теоретичного обґрунтування та розробки валеологічного складника змісту навчальних дисциплін, сутність якого полягає у логічному поєднанні сучасних підходів до розуміння:

- сутності актуальних проблем навколишнього середовища та їхнього взаємозв'язку зі станом здоров'я людини та можливих шляхів їх розв'язання;
- місця і ролі як окремої особистості, так і суспільства в цілому у подоланні екологічних проблем;
- філософсько-культурологічних, медико-біологічних та соціальних теорій, які характеризують сучасний стан довкілля й здоров'я людини;
- комплекс наукових знань про функціонування біосфери, механізми та наслідки антропогенного впливу на неї як цілісну систему;
- ефективних педагогічних технологій формування екологобезпечної та здоров'язберігаючої поведінки людини у навколишньому середовищі.

Проектування змісту навчальних дисциплін, що максимально сприяє формуванню валеологічної культури майбутнього вчителя, передбачало визначення його джерел та базових елементів. Глобальним джерелом змісту освіти є соціальний досвід, який накопичений суспільством і зафіксований у



матеріальній і духовній культурі. Ціннісні взаємодії людини з навколишнім середовищем, які сприяють збереженню здоров'я людини і самого середовища, дозволяють виділити у складі соціального досвіду особливий компонент, який називаємо *соціальним валеологічним досвідом*. Соціальний валеологічний досвід знаходить відображення у валеологічній культурі суспільства.

Згідно із сучасними уявленнями про наукову організацію змісту освіти (В. Краєвський, І. Лернер, М. Скаткін, А. Хуторської та ін.) до базових елементів змісту навчальних дисциплін, що сприятиме формуванню валеологічної культури майбутнього вчителя, необхідно включати такі: досвід здійснення мотиваційно-ціннісних відносин – у формі ціннісних орієнтацій;

- досвід пізнавальної діяльності, фіксованої у формі її результатів – знань;
- досвід здійснення відомих способів діяльності – у формі вмінь діяти за зразком;
- досвід творчої діяльності – у формі вмінь приймати нестандартні рішення у проблемних ситуаціях.

Такий підхід до формування змісту заснований на загальнодидактичних позиціях і надає великі можливості для його інтеграції з іншими напрямками формування професійно-педагогічної культури майбутніх учителів.

У системі формування валеологічної культури значення мали практично всі навчальні дисципліни природничо-наукового циклу. У процесі насичення їхнього змісту – валеологічним матеріалом не було необхідності збільшувати обсяг програми та докорінно змінювати структуру курсу, що традиційно склалася. Еколого-валеологічного спрямування змісту того чи іншого курсу можливо досягнути за допомогою введення валеологічних понять до найбільш близьких тем, системи питань для самостійного опанування та самоконтролю, завдань, які мають зростаючу складність. З цією метою вилучають другорядний навчальний матеріал. Однак просте включення до змісту валеологічних понять неприпустиме. Важливо обґрунтувати оптимальне співвідношення між якісним і кількісним компонентом навчального матеріалу.

Програми, порівняно з іншими формами фіксації, відображають зміст у найбільш узагальненому вигляді. Це означає, що до змісту програм навчальних дисциплін валеологічні елементи ввійдуть тільки у тому випадку, якщо їхня питома вага буде відповідати питомій вазі інших елементів змісту програми. Якщо валеологічні знання становлять традиційний елемент змісту програми тієї



чи іншої дисципліни, то ця категорія знань у сучасних екологічних умовах буде відображена на найвищому рівні. Складнішою буде ситуація з відображенням у програмі питань, які стали предметом науки лише через загострення валеологічної ситуації. Питання про їхнє введення вирішити складно, оскільки питома вага цих знань у структурі науки неоднакова. У першу чергу до програми повинні ввійти валеологічні поняття, які стали загальновизнаними й масштаб яких можна зіставити з аналогічними елементами неекологічних і невалеологічних знань, що входять до програми.

При насиченні змісту навчальних дисциплін валеологічним матеріалом важливим є введення до змісту також психолого-педагогічних знань як важливої складової формування валеологічної культури майбутнього вчителя.

Названі критерії введення до змісту навчальних дисциплін валеологічних питань продиктовані перш за все інтересами цілісності змісту базових наук. Оптимальний критерій насичення валеологічним матеріалом таких дисциплін можна сформулювати за допомогою таких положень: програми всіх дисциплін повинні включати валеологічний складник, який відповідає одній або декільком ідеям системи узагальнених знань щодо цієї проблеми; на початковому і підсумковому етапі підготовки зміст програм повинен включати питання, які сприяють узагальненню валеологічних знань.

Уведення валеологічного складника до змісту навчальних дисциплін передбачало визначення переліку навчальних дисциплін, що найбільш оптимально сприяють формуванню валеологічної культури, визначення блоків знань, умінь і навичок, створення системи понятійно-термінологічного апарату, який відображає валеологічні аспекти взаємодії людини з навколишнім середовищем.

Аналіз програми «*Основи екології*» дає підстави стверджувати, що її зміст дозволяє забезпечити належний рівень формування валеологічної культури студентів.

«Екологія глобальна і регіональна»:

- передбачає знайомство студентів із фундаментальними і концептуальними основами глобальної екології;
- висвітлення сучасних глобальних і регіональних валеологічних проблем та формування у кожного студента особистого відношення до них;
- визначення ролі екологічної науки як основи екологічного та здоров'язберігаючого природокористування;



– формування чітких і обґрунтованих уявлень про взаємодію і взаємозв'язок всіх компонентів у природі, соціальній і технологічній сферах, про стратегію і тактику збереження і стабільного розвитку життя на Землі.

«Екологія людини» як навчальна дисципліна досить молода і вивчається не в усіх вищих педагогічних навчальних закладах, але має виключне значення як фундаментальна основа формування валеологічної культури.

Різке напруження радіоекологічної ситуації в багатьох регіонах України, яка викликана медико-екологічними наслідками аварії на Чорнобильській АЕС, збільшенням питомої ваги ядерної енергетики у загальному енергетичному господарстві країни, використанням радіоактивних джерел у медицині та наукових дослідженнях, підвищує роль курсу «Радіобіологія» у формуванні валеологічної культури.

У сучасних умовах інтенсивних процесів урбанізації та їхнього впливу на здоров'я міського населення актуальним є вивчення курсу «Екологія міста». Основна мета курсу – оволодіння студентами основами знань про місто як штучну екосистему, екологічні проблеми урбанізації; ознайомлення з основами раціонального природокористування та охорони навколишнього середовища урбоекосистем.

Кожна навчальна дисципліна, яка була базовою для формування валеологічної культури майбутнього вчителя забезпечується *навчально-методичним комплексом*:

- розробка концепції навчально-методичного комплексу;
- написання складових;
- апробація комплексу;
- внесення змін та доповнень за результатами апробації;
- упровадження комплексу.

Створення навчально-методичного комплексу для забезпечення процесу формування валеологічної культури студентів передбачає:

- розробку типових навчально-методичних матеріалів, які входять до його складу – пояснювальні записки до навчальних дисциплін;
- науково-методичне обґрунтування дисциплін;
- навчальні програми;
- робочі програми та тематичний план занять;
- навчальні посібники;
- тексти лекцій та методичні вказівки до проведення семінарських та



- лабораторно-практичних занять;
- завдання для самостійної роботи;
- тести для поточного, тематичного і підсумкового контролю навчальних досягнень із дисциплін та самоконтролю;
- завдання для комплексних контрольних робіт;
- теми індивідуальних навчально-дослідних завдань та методичні вказівки для їхнього виконання;
- необхідний набір наочності та роздавального матеріалу;
- список рекомендованої літератури до курсу;
- критерії оцінювання знань із дисциплін.

Усі розроблені реферати, повідомлення, презентації з позицій системного підходу та логіки розгортання змісту розглядають взаємодію людини з навколишнім середовищем, взаємозв'язок регіональних, національних і глобальних екологічних проблем, розкривають різні аспекти впливу природних і антропогенних екологічних факторів на стан навколишнього середовища та здоров'я людини, висвітлюють основні напрями оптимізації природокористування в умовах сучасної екологічної кризи.

Навчальний посібник «Медичні проблеми екології» містить характеристику патогенних механізмів впливу антропогенних факторів навколишнього середовища на здоров'я людини. Розглянуто заходи збереження здоров'я людини в умовах погіршення екологічного стану навколишнього середовища.

У навчальному посібнику «Екологічна безпека харчування людини» висвітлені проблеми раціонального та екологічно безпечного харчування в умовах забруднення навколишнього середовища. Розглянуті джерела хімічних, радіоактивних і біологічних забруднень та шляхи їхнього надходження в навколишнє середовище, продовольчу сировину та готові харчові продукти, питну воду. Описані токсичні властивості забруднювачів та їхнє перетворення в організмі людини. Значна увага приділена методам запобігання надходження забруднювачів до організму людини з продуктами харчування та виведення їх з організму, розглянуті проблеми безпеки генномодифікованих продуктів харчування.

Організовуючи процес формування валеологічної культури, звертають увагу насамперед на те, щоб потреба в її формуванні виражалася через постійну роботу студента над собою, через прагнення до гармонізації своїх стосунків із навколишнім світом, із самим собою, що дозволяло робити валеологічну



культуру необхідною і невід'ємною частиною його життя та духовного розвитку.

Необхідно довести важливість ролі вчителя у сучасному суспільстві, його місію у вирішенні валеологічних проблем, забезпеченні переходу суспільства до сталого розвитку. Орієнтували студентів на те, щоб навчання для студентів набувало особистісного життєвого сенсу та було спрямованим на самовизначення і професійне самоствердження, на оволодіння вчительською професією і розвиток своїх потенційних можливостей. Для цього знайомлять студентів із майбутньою професійною діяльністю, вимогами до знань, умінь і якостей учителя, створювали уявлення про педагогічну майстерність.

Перелічені мотиви реалізуються у процесі проведення бесід, лекцій, виховних заходів, семінарів-диспутів. Диспут – це публічне обговорення тієї чи іншої важливої для присутніх проблеми, одна із форм діалогічної діяльності. Специфіка диспуту полягає у накопиченні і використанні засобів і аргументів для доказу правомірності своїх поглядів, залученні для цього наукових теорій і положень з різних наук. Його мета, як і подібних діалогових методів, полягає у пошуку істини шляхом вирішення проблеми чи її окремих аспектів, розвитку творчих здібностей і вмінь студентів. Для її досягнення необхідно мобілізувати інформаційні, психологічні та часові резерви. Проведення диспуту дозволяє розвивати гнучкість мислення, уміння відстоювати свою точку зору й поважати чужу, відчуття такту, самокритичність та інші важливі для педагога якості.

Такі семінари-диспути проводяться у два етапи: I етап – підготовчий, який передбачає ознайомлення всіх його учасників з темою, основними питаннями та завданнями диспуту, розподіл позицій і функцій усіх його учасників, добір матеріалу для диспуту; II етап – проведення диспуту, по закінченню якого підводиться підсумок, де майбутні вчителі могли б виразити своє ставлення до валеологічної проблеми, що обговорюються.

У результаті проведення таких диспутів студенти отримують більш чіткі уявлення про цілі та завдання педагогічної діяльності, вимоги до особистості педагога, у них виникає більша зацікавленість професією вчителя, визначаються орієнтири їхнього життєвого шляху.

Навчання студентів буде ефективним і плідним за умови, коли вдається пустити в хід внутрішні спонукальні мотиви їхньої пізнавальної активності. Тому на результати навчання впливала пізнавальна діяльність студентів, а саме: з'ясування особистої значущості знань і вмінь, що набуваються; сприймання



навчальної інформації у процесі аудиторних занять та самостійної роботи; перетворення отриманої інформації; співвіднесення нової інформації з наявними знаннями, критична їхня оцінка; практичне застосування нових знань при аналізі ситуацій, здійсненні професійних дій; пошук відсутньої інформації; запам'ятовування інформації; самоконтроль упродовж виконання всіх елементів пізнавальної діяльності. Особливу увагу звертають на те, щоб студенти виступали суб'єктами свідомої навчально-пізнавальної діяльності та спілкування, відчували потребу в особистісному саморозвитку.

При плануванні змісту широко використовується матеріал місцевого, краєзнавчого характеру. Навчальний матеріал бажано подавати у максимально доступній формі, використовувати опорні схеми та узагальнюючі таблиці; для закріплення знань, умінь і навичок організовували самостійну та індивідуальну роботу, підкреслювали практичну значущість навчального матеріалу; надавали студентам необхідну свободу для виявлення своїх творчих можливостей. Щоб привернути увагу студентів, у навчальний матеріал залучалися цікаві факти, історичні відомості, інформація про незвичайні природні явища та феномени, футурологічні прогнози щодо розвитку екологічної ситуації у світі та його окремих регіонах; екологічний матеріал характеризувався з валеологічних позицій. Ставилися питання, характерні для ділових стосунків: «Що зацікавило?», «Що сподобалося?», «Чи переконані ви в цьому?». Основні питання тезисно виокремлювалися для запам'ятовування.

Для формування ціннісного ставлення до природи як біологічної основи здоров'я людини постійно вказується на значущість валеологічної науки на сучасному етапі розвитку людства як наукового фундаменту для розробки стратегії збереження і стабільного розвитку життя на Землі, формування моральної відповідальності кожної людини за власну поведінку у навколишньому середовищі.

Важливе значення для формування валеологічної культури мають вступні лекції. Їх будують так, щоб викликати у студентів інтерес до сучасних валеологічних проблем, дати їм перші уявлення про значення та сутність валеологічної культури, значущість у майбутній професійній діяльності, роль тієї чи іншої дисципліни в її формуванні. Для розвитку позитивних мотивів оволодіння валеологічною культурою, пізнавального інтересу до валеологічних проблем велике значення мало залучення в навчальний матеріал інформації про незвичайні природні явища та феномени, футурологічні прогнози щодо



розвитку екологічної ситуації у світі та його окремих регіонах, цікаві факти в галузі раціонального природокористування.

Від розкриття екологічних ризиків і загроз у ході лекції поступово переходять до розкриття шляхів їхнього розпізнавання, попередження, нейтралізації й передбачення, показують характер та силу споконвічних збалансованих зв'язків між усіма явищами і процесами, що відбуваються у біосфері та геосферах планети. Через усю лекцію червоною ниткою проводяться ідея перетворення філософії виживання у конкретні заходи. Підкреслюється, що єдиний вихід з екологічної кризи – духовна еволюція людини, сповідування філософії взаємозв'язку в природі всього живого і неживого, відмови від споживацького ставлення до природних ресурсів, формування валеологічної культури особистості як провідної стратегії її поведінки у біосфері.

На підвищення пізнавальної активності студентів, формування позитивної мотивації до оволодіння валеологічною культурою студентів розкриваються сутність і значущість валеологічної культури для подальшої професійної діяльності вчителя щодо вирішення ним різних питань, пов'язаних з охороною навколишнього середовища, попередженням екологічних криз, збереженням здоров'я людини.

Такий підхід до вступних лекцій дозволяє глибше усвідомити студентами глобальне значення екологічних та пов'язаних з ними валеологічних проблем, необхідність упровадження екологічних знань у життя, зайняти активну громадянську позицію, не залишатися байдужими до злочинів проти природи та власного здоров'я, сприймати свої екологічні обов'язки як обов'язки моральні.

Із метою формування творчого ставлення до професійної валеологічної діяльності, особистої причетності до вирішення валеологічних проблем велике значення має проведення *навчально-пізнавальних екскурсій* до музеїв (анатомії, природи, води, пожежної безпеки), санітарно-епідеміологічної станції, міських водоочисних споруд, об'єктів національного чи регіонального природно-заповідного фонду, ботанічного саду, зоопарку, міських центрів здоров'я, лікувальних закладів та профілакторіїв, науково-дослідних установ); відвідування тематичних лекцій у міському планетарії; зустрічі з відомими фахівцями у галузі екології, медицини та валеології.

Найважливішою характеристикою, що визначає мотиваційно-ціннісну



сферу поведінки людини, є переконання. Психологічною основою формування переконань у будь-якій галузі, у тому числі у валеологічній, слід уважати оволодіння принципами детермінізму та прийомами причинного мислення. Із методів навчання у даному випадку на перше місце висувуються проблемні методи, які дозволяють студентам самотійно доходити до істини.

Наприклад, при вивченні парникового ефекту зі студентами розглядають сучасні природні стихійні явища – повені, цунамі, землетруси, зсувні явища тощо. Для цього у процесі розповіді наводяться приклади з історії найбільших таких катаклізмів за останній час і роблять спробу разом зі студентами проаналізувати їхню еколого-геологічну природу, можливі фактори виникнення та наслідки. У процесі обговорення студенти поступово переконувалися, що серед причин їхнього виникнення значна роль належить антропогенній діяльності. Далі пропонували студентам висунути рішення щодо зменшення їхньої дії, відзначити найбільш ефективні пропозиції. У ході бесіди з'ясовували можливість практичної реалізації запропонованих заходів, визначають ймовірні труднощі.

Така організація заняття стимулює розвиток емоційно-ціннісних відносин, а саме: у студентів виникає подив від масштабності впливу антропогенних факторів на природні процеси; глибокі емоційні переживання виникали при розгляді завданої природними стихіями шкоди людині, значних людських жертв, величезних матеріальних збитків тощо. Емоції стимулюють інтерес до пізнання цих явищ, що сприяло формуванню переконаності у взаємозв'язку природних і антропогенних процесів у біосфері, необхідності для раціонального й екологічнобезпечного природокористування, виявлення характеру та меж дії цих зв'язків у межах тих чи інших природних і природно-господарських систем.

Прийомами організації змісту на таких заняттях є: акцентування уваги студентів на природних об'єктах і безпечних для навколишнього середовища та здоров'я людини наслідках природокористування, які при відповідних педагогічних впливах можуть викликати емоційні переживання; постановка проблемних питань, спрямованих на пошук природних зв'язків, залежностей стану природи й здоров'я людини від господарської діяльності людини; завдання на визначення оптимальних варіантів вирішення природоохоронних завдань.

Значущим аспектом формування у студентів особистої причетності до



вирішення валеологічних проблем є їх залучення до безпосередньої природоохоронної діяльності (проведення висаджування дерев, прибирання території, міських парків, очищення від сміття струмків та джерел тощо); виставки плакатів «Збережемо планету Земля для майбутніх поколінь», поробок-композицій із побутового сміття «Друге життя», тематичних ікебано з природних матеріалів, фотовиставок студентських робіт «Природа очима натураліста», операції «Ялинка») та свят («Свято врожаю», валеологічної акції «Здоров'я молоді – здоров'я нації», річниці від Дня Чорнобильської трагедії) виховних екологічних заходів.

Ефективність стимулювально-пізнавального етапу визначається індивідуально-диференційованим підходом до студентів (підбір дидактичних завдань з урахуванням інтересів студентів, розробка вправ для індивідуальної роботи над власним удосконаленням тощо). Важливим є формування атмосфери психологічного комфорту, яка передбачала створення ситуацій успіху, віри у пізнавальні можливості студентів, суб'єкт-суб'єктні взаємини учасників освітнього процесу, згуртованість колективу. Успіх у будь-якій діяльності надихає і окриляє, підсилює інтерес до цієї діяльності. Поразки, невдачі, непосильні труднощі, навпаки, розчаровують, засмучують, знижують інтерес. Якщо студент буде зазнавати постійних невдач, то ця ситуація буде супроводжуватися появою байдужості та негативного ставлення до оволодіння валеологічною культурою.

Для професійного становлення майбутніх педагогів велике значення має позитивний приклад, орієнтир у професійному розвитку. Виключно велике значення в цьому має *особистість викладача*, його цільова спрямованість на формування валеологічної культури студентів, організаторські та консультативні функції. Викладач виступає у ролі творця моделі змісту формування валеологічної культури, перед ним же постають завдання щодо його практичної реалізації на рівні педагогічного процесу. Позитивні професійно-педагогічні і людські якості викладача сприймаються студентами перш за все з точки зору вимог майбутньої професії, вони засвоюються студентами, входять у їхній досвід та педагогічну майстерність.

Отже, особливістю стимулювально-пізнавального етапу технології формування валеологічної культури була діяльність, спрямована на забезпечення мотивації, пізнавального інтересу, сприймання майбутніми педагогами цілей навчання; усвідомлення значущості валеологічної культури



для майбутньої професійної діяльності.

На *змістово-практичному етапі* розвивають всі компоненти валеологічної культури. Ефективність роботи на цьому етапі залежить від позиції особистості як активного суб'єкта діяльності, від осмислення практичного індивідуального досвіду, сполучення його із соціальним і професійним досвідом, від підтримання та заохочення у колективі індивідуально-творчих пошуків студентів. Розвиток творчого потенціалу майбутнього вчителя, підвищення рівня його валеологічної культури визначалися індивідуалізацією освітнього процесу на різних етапах валеологічної діяльності.

Організація індивідуально-творчого підходу у залученні студентів до різних видів практичної валеологічної діяльності дозволило досягти таких результатів:

- формування вмінь і навичок розумової діяльності;
- сприяння розвитку самостійності мислення;
- уміння логічно й послідовно викладати результати самостійної роботи;
- розвиток індивідуальності, самостійності, творчого потенціалу особистості.

У процесі формування у студентів валеологічних знань необхідно сполучати ці знання із розвитком у них мислення, із виявленням власної позиції. Саме на це спрямовується викладання навчального матеріалу, яке здійснюється не шляхом передачі готової інформації, яку студенти повинні були механічно запам'ятати, а так, щоб розмірковували, ставили запитання, спираючись на аналіз свого життєво-освітнього досвіду; моніторинг та якісний аналіз процесу навчання студентів; чітка структуризація навчального матеріалу, його новизна, глибина та нестандартність з одночасним творчо-пошуковим характером його засвоєння.

Реалізації цих підходів сприяють проблемні лекції, бінарні лекції, лекції-прес-конференції, лекції-консультації, які дозволяють розширити коло думок, викликати більшу зацікавленість, залучити їхній досвід і знання до вирішення поставлених завдань.

Сутність *проблемних лекцій* полягає у створенні викладачем проблемної ситуації, яка вирішується ним при участі студентів. Головне тут полягає не в тому, що викладач послідовно дає вирішення проблеми, а в тому, що він розкриває логіку цього розв'язку, показує труднощі, які виникають, та шляхи їх



подолання. Студенти слідкують за виникненням проблемної ситуації, за можливими принциповими напрямками поступового просування до її вирішення, за зіставленням цих напрямів і вибором найбільш раціонального з них, і, нарешті, за змістом вирішення проблеми і аналізом результатів. Студенти у процесі проблемної лекції стають співучасниками наукового пошуку вирішення проблеми, а це створює певне розумове напруження, розвиває творчі здібності студентів.

Проведення лекцій-консультацій дозволяє актуалізувати і систематизувати знання студентів, усвідомити специфіку діяльності вчителя у валеологічній галузі, сприяло активізації розумової діяльності та розвитку творчої самостійності студентів.

На лекційному занятті звертають увагу на структурні компоненти валеологічної культури і прагнуть до активізації їхнього функціонування; формують систему знань про здоров'я людини, вплив на нього різних екологічних факторів, загальну цінність навколишнього середовища; докладають зусилля щодо формування навчально-інтелектуальних умінь, а саме: уміння виділяти головне у поданій інформації (поняття, терміни, закони тощо), порівнювати та аналізувати дію різних екологічних факторів на організм людини.

Для того, щоб з'ясувати, як студенти зіставляють та оцінюють нові валеологічні знання з уже набутими, створюють ситуації для практичного застосування отриманих знань, самостійного пошуку відсутньої інформації.

Важливе місце в процесі активізації пізнавальної діяльності мали різні організаційні підходи до проведення семінарських занять.

На семінарських заняттях багато проблем вивчають за допомогою методу мозкового штурму – форма колективної роботи, яка характеризується спільною спрямованістю на мислення та має на меті розробку ідей і підходів до вирішення певної проблеми. На дошці або на великому аркуші паперу записували питання до проведення мозкового штурму, а всі висловлені думки записували нижче. У штурмі беруть участь усі студенти групи, і чим вище його темп, тим краще, тому що найоригінальніші та найсміливіші думки виникають, коли немає паузи. При проведенні мозкового штурму необхідно дотримання правил: говорити вголос усе, що виникає у думках щодо цієї теми; не пояснювати свої думки і не захищати її; не обговорювати і не критикувати ідеї інших. Оцінка та аналіз – це частина аналітичної роботи, яку проводять у кінці



мозкового штурму. Мозковий штурм досить ефективний для засвоєння різних валеологічних понять. Його результати свідчать про характер і рівень відображення студентами валеологічних проблем, рівень валеологічної спрямованості їхньої свідомості.

Доступним методом формування валеологічних знань у студентів є *евристичні бесіди*, які дозволяють активно готувати студента до самостійної пошукової діяльності. У процесі традиційної евристичної бесіди переважають основні та навідні питання викладача, ефективність евристичної бесіди значно підвищується у тому випадку, коли студент потрапляє у таку ситуацію, яка змушувала його ставити запитання – викладачеві, автору наукового джерела, колегам з дискусії.

Професійно-ділове спілкування в процесі бесід при всій його складності, творчій імпровізації і достатній непередбаченості все ж базується на певних стандартах і нормах, яких дотримувалися в процесі формування валеологічної культури, а саме: бесіда – це рівноправний, спокійний, доброзичливий діалог з метою поглиблення знань за вивченими джерелами, виявлення і усунення білих плям у знаннях; бесіда починається із запитань студентів – викладачеві, товаришу, авторові праці, а продовжується коментарями викладача, відповідями на усні й письмові завдання, що готувалися заздалегідь; відповідь на запитання відшукуються разом, шляхом висловлення і обговорення різних точок зору, демонстрації цитат, побудови узагальнень і висновків; кожен, якщо він чесно, старанно і сумлінно працював, заслуговує позитивної оцінки.

У процесі аналізу та обговорення доповідей студентів, пропозицій, доповнень, думок інших учасників семінару, спільного вирішення різноманітних питань, пов'язаних із темою доповіді, особливе місце посідали дискусії. Дискусія – це метод навчання, що ґрунтується на обміні думками з певної проблеми. Точка зору, яку висловлює студент у процесі дискусії, може відображати як його власну думку, так і спиратися на інші. Вдало проведена дискусія має велику виховну і навчальну цінність, виробляє вміння висловлювати свою точку зору, сприяє більш глибокому розумінню проблеми, готує майбутнього вчителя до практичної роботи.

Культура проведення дискусії вимагає від її учасників знання основних вимог до її ведення. Тому перед дискусією студентів необхідно ознайомити з 10 правилами її проведення, що відображають основні вимоги до поведінки її учасників, а саме: мета дискусії – пошук істини, а не сперечання заради



сперечання; умій вислухати опонента, зрозуміти висунуту ним тезу та оцінити аргументацію; умій у висловлюваннях опонента знайти раціональне зерно, необхідне для пошуку істини; цінуй час: перш ніж виступати із захистом своєї тези, чітко й коротко сформулюй її, обміркуй аргументи; не переходь під час обговорення проблеми на особистості, виступай лише за сутністю питання; якщо впевнився в помилковості своєї позиції, май мужність і такт визнати це; будь у своєму виступі щирим; поважай точку зору інших, навіть якщо вона не збігається із твоєю; не дозволяй емоціям запаморочити розум; під час виступу не критикуй, а, критикуючи, пропонуй, а, пропонуючи, бери на себе відповідальність.

Існує багато видів обміну думками, що є згорнутою формою дискусії. До них належать: круглий стіл – бесіда, у якій беруть участь 5-6 студентів, які обмінюються думками між собою та з іншою частиною аудиторії; засідання експертної групи – панельна дискусія, зазвичай 4-6 студентів із попередньо призначеним головою, на якій спочатку всіма учасниками обговорюється визначена проблема, а потім вони висловлюють свою точку зору. При цьому кожен виступає з коротким повідомленням; форум – обговорення, схоже на засідання експертної групи, у якому беруть участь усі учасники; симпозіум – це дещо триваліші виступи учасників, після яких вони відповідають на поставлені запитання; засідання парламенту або так звані дебати, коли дві команди учасників готують виступи; судове засідання – обговорення, яке імітує судове слухання; прес-конференція, на якій обговорюються різні проблеми вивчених тем чи аналітичного читання.

Організація дискусії вимагає розвитку мислення студентів, оволодіння логічною культурою. У процесі обговорення перед студентами ставили такі питання, які вимагали аналізу навчальної інформації та власного досвіду, розуміння значущості валеологічних знань.

Правильно організована дискусія дозволяє формувати валеологічні знання одночасно з розвитком мислення. Цьому сприяло викладення матеріалу не інформативним шляхом, а стимулюванням студентів до роздумів, аналізування свого життєво-освітнього досвіду; новизна та нестандартність матеріалу; жива мова та ентузіазм під час доповіді.

У кінці семінару керівник робить підсумок роботи семінару, відзначає кращих, найбільш активних учасників, називає кращий результат. Викладач звертає увагу студентів на вирішальну роль особистої позиції кожного члена



суспільства при вирішенні тих чи інших валеологічних проблем.

При формуванні валеологічної культури важливим завданням є вироблення у майбутнього вчителя умінь приймати обґрунтовані рішення у валеологічних умовах, наближених до реальних. Ефективним способом для цього є *ситуаційні семінари* (метод кейсів), які дозволяли імітувати практичне вирішення валеологічної ситуації. Інформація подається у вигляді фактів, що базується на реальній ситуації і завдання студентів полягає в її аналізі та виробленні рекомендацій щодо її вирішення. Конкретна ситуація – це опис реальної ситуації, у якій існує необхідність вирішення однієї чи декількох проблем. Ці рішення, як правило, не очевидні й не однозначні. Існує багато можливих рішень однієї й тієї ж проблеми, іноді такого рішення немає взагалі.

Метод кейсів сприяє розвитку вміння аналізувати ситуації, оцінювати альтернативи, вибирати оптимальний варіант і скласти план його здійснення. Багатократне використання такого підходу до організації семінарів дозволяло виробити у студентів стійкі навички вирішення практичних задач. Для роботи з кейсом необхідні були групи з 3-5-7 чоловік, які студентами формувалися самостійно. Чим менша кількість учасників у групі, тим більшою була залученість кожного студента до роботи над кейсом і підвищувалася його персональна відповідальність за результат. Кожна група обирає керівника – модератора, роль якого полягала у розподілі питань між учасниками, відповідальності за роботу групи та прийнятті рішення. Після завершення роботи модератор доповідав про висновки, які зробила група. Роль викладача в аудиторії полягала у спрямуванні бесіди або дискусії (наприклад, за допомогою проблемних питань), контролі часу роботи, залученні всіх студентів групи у процес аналізу кейса.

Студентів із вищим рівнем знань і вмінь постійно заохочують до виконання ролі ведучих на семінарських заняттях, які б спрямовували роботу інших студентів. Колективна співпраця у роботі відігравала позитивну роль у формуванні таких якостей як відповідальність і вимогливість до себе.

При формуванні валеологічної культури особлива увага приділяється проведенню тренінгів, які орієнтовані на вирішення та закріплення ефективних моделей валеологічної поведінки, максимально активну участь студентів, взаємообмін досвідом та використання ефективної групової взаємодії. *Тренінг* можна визначити як групу методів розвитку здібностей до навчання й оволодіння будь-яким складним видом діяльності та як спосіб



перепрограмування наявної у людини моделі керування поведінкою і діяльністю.

Тренінг базується на принципах, що кардинально відрізняють його від традиційного навчання. До принципів, покладених в основу тренінгу, відносять: принцип активності, дослідницької (творчої) позиції, об'єктивації поведінки, партнерського спілкування.

У системі формування валеологічної культури місце тренінгу – це заплановані та систематичні зусилля з розвитку та вдосконалення знань, навичок, умінь та настанов людини на валеологічну поведінку за допомогою емпіричних засобів навчання. У ході тренінгу досягають набуття студентами знань та навичок для ефективного вирішення того чи іншого завдання, формування певних професійно-особистісних якостей майбутнього вчителя.

Так, у сучасних умовах екологічної кризи альтернативою антропоцентричної свідомості, яка продукує споживацьке ставлення людини до природи, висувається необхідність формування природоцентричної свідомості. Із цією метою був проведений *еколого-психологічний тренінг*, який заснований на методології соціально-психологічного тренінгу і передбачає формування суб'єктивної моделі ставлення особистості до природи.

Необхідно зазначити, що у структурі суб'єктивного ставлення людини до природи виділяють перцептивно-афективний, когнітивний і поведінковий компоненти: перцептивно-афективний компонент характеризує рівень етичного та естетичного освоєння об'єктів природи, чуйність на їхні вітальні прояви. Цей компонент показує також чутливість людини до свого організму, ставлення до свого здоров'я; когнітивний компонент відображає рівень змін у мотивації та спрямованості пізнавальної активності, пов'язаної з прагненням відшукувати та переробляти інформацію про природні об'єкти, екологічні фактори, проблеми збереження здоров'я в умовах трансформації навколишнього середовища; практичний компонент дає уявлення про рівень готовності до практичної діяльності щодо охорони природи, збереження й поліпшення свого здоров'я в несприятливих екологічних умовах; поведінковий компонент характеризує рівень активності особистості, спрямованої на зміну її оточення згідно зі своїм суб'єктивним ставленням до природи. Цей компонент відбиває вчинки людини стосовно збереження свого здоров'я та оточуючих людей.

Еколого-психологічний тренінг саме й був спрямований на формування цих компонентів. Він мав на меті як загальні, так і спеціальні цілі. До загальних



цілей належать: актуалізація знань про взаємодію людини з природою; допомога в дослідженні й вирішенні психологічних проблем особистості; поліпшення психічного здоров'я; вивчення психологічних основ спілкування; розвиток самосвідомості з метою самовдосконалення й корекції поведінки; сприяння особистісному росту та саморозвитку. Спеціальною метою було формування суб'єктного ставлення до природи.

Еколого-психологічний тренінг спрямований на вирішення наступних завдань: корекція, формування та розвиток валеологічних настанов особистості; подолання антропоцентричного прагматичного ставлення до природи; корекція цілей взаємодії майбутнього педагога з природними об'єктами; розвиток перцептивних можливостей суб'єкта при його контактах із природними об'єктами; розширення індивідуального екологічного простору; формування системи вмінь і навичок взаємодії з природою.

Серед провідних методів, максимально спрямованих на пробудження та розвиток особистості, ми використали методи проектного навчання. *Проект* – це самодіяльність студентів, конкретна практична творча справа, поетапний рух до поставленої та усвідомленої мети. Метод проектів не є принципово новим у світовій педагогіці. Він виник ще в 20-ті роки ХХ сторіччя в США. Його називали також методом проблем та пов'язували з ідеями гуманістичного напрямку у філософії та освіті, які були розроблені американським філософом і педагогом Дж. Дьюї.

Проектна діяльність як один із методів особистісно орієнтованого навчання спрямована на формування самостійних дослідницьких умінь, розвиток пізнавальних навичок студентів, умінь самостійно конструювати свої знання, орієнтуватися в інформаційному просторі, критично мислити, виявляти компетенцію в питаннях, пов'язаних із розробкою та реалізацією проектів. Вона сприяє розвитку творчих здібностей, об'єднує знання, які були отримані в ході навчального процесу, залучає студентів до вирішення життєво важливих валеологічних проблем.

Проекти класифікуються за такими видами: домінуючим видом діяльності (дослідницькі, інформаційні, творчі, рольово-ігрові, практико-орієнтовані); предметно-змістовою галуззю (монопроекти та міжпредметні проекти); характером контактів (внутрішні, регіональні, міжнародні); кількістю учасників проекту (індивідуальні, парні, групові); тривалістю (короткочасні, середньої тривалості, довготривалі).



Н. Нікітіна виділяє сім етапів підготовки роботи над проектом: пошук або формулювання проблеми; організація творчих груп для роботи над проектом; планування роботи над проектом; пошук і збирання інформації; аналіз інформації; оформлення і подання проекту; аналіз та оцінка результатів роботи над проектом.

Перший крок на етапі розробки проекту – постановка проблеми. Такою проблемою є, зокрема, відновлення та збереження здоров'я людини в умовах погіршення екологічного стану навколишнього середовища. Наступні етапи такі: аналіз проблеми, визначення альтернативних шляхів її вирішення, відбір найкращого варіанта, усвідомлення мети та завдання проекту. Мета – це результат дій, який вирішує поставлену проблему. Відповідно до мети визначаються його завдання – специфічні результати, що в комплексі досягають мети проекту. Розрізняють завдання, які створюють продукт, та завдання, які збільшують потенціал, тобто створюють нематеріальний продукт.

Під час організації навчального проектування, педагог повинен координувати весь процес роботи над проектом, допомагати в пошуку джерел, необхідних для роботи над проектом, самому бути джерелом інформації, підтримувати і заохочувати студентів, забезпечувати неперервний рух у роботі над проектом.

У нашій роботі особливу цінність мали валеологічні проекти, які ґрунтувалися на краєзнавчому принципі вивчення й охорони здоров'я населення на тлі загальних екологічних проблем. Саме завдяки цьому валеологічні проблеми ставали більш зрозумілими та вирішуваними. Наприклад, сутність проекту «Моя система здоров'я» полягала в тому, що студенти повинні були спроектувати спосіб життя, який забезпечує здоров'я, виходячи з особливостей свого способу життя, наявного рівня здоров'я та екологічного стану навколишнього середовища. Для успішного виконання цього проекту в студентів повинні бути сформовані поняття про фактори, що визначають здоров'я, зміцнюють і послаблюють його, критерії самооцінки здоров'я, компоненти здорового способу життя. Крім того, для того, щоб обґрунтувати позитивний вплив складників здорового способу життя (тренування, загартовування, уміння боротися зі стресами тощо), необхідні знання про механізми їхнього впливу на функціональний стан організму.

Успішне виконання цього проектного завдання передбачало формування у студентів валеологічних умінь, пов'язаних із проведенням самооцінки стану



здоров'я та аналізуванню отриманих даних, аналізуванню і оцінкою свого способу життя з точки зору його впливу на стан здоров'я, умінням узагальнювати наявні знання та використовувати їх для планування способу життя, спрямованого на зміцнення здоров'я.

При підготовці валеологічних проектів важливим було чітке уявлення студента про валеологічну проблему, постановка коректної мети, підбір адекватних методик виконання проекту. Цей метод завжди орієнтований на самостійну діяльність студентів, яку вони виконують упродовж певного відрізка часу.

Високу ефективність для формування валеологічних умінь і навичок мають *лабораторно-практичні роботи*.

У процесі виконання лабораторно-практичних робіт студенти оволодівають навичками роботи з різними вимірювальними приладами, якісними та кількісними методами визначення екологічного стану різних об'єктів навколишнього середовища, знайомляться з нормативною документацією, яка регламентує вплив тих чи інших факторів на навколишнє середовище та організм людини.

Зазвичай лабораторно-практичні заняття проводяться фронтально, що не виключає можливості пасивного виконання завдань одними студентами за рахунок інших. Щоб уникнути таких негативних тенденцій, використовують систему індивідуальних завдань. Такий підхід дозволяє стимулювати індивідуальну творчо-пошукову роботу кожного члена групи.

Використання у процесі формування валеологічної культури *ігрових методів* має на меті формування оцінно-аналітичних навичок студентів, а також навичок їхнього поведіння у різних, у тому числі нестандартних екологічних ситуаціях. У студента відбувається формування дворівневих дій (інваріантна основа й варіативна оболонка). Інваріантна основа виявлялася у типових ситуаціях, варіативна частина спрацьовувала в нестандартних і неструктурованих ситуаціях.

Гра як метод навчання та виховання забезпечує встановлення більш тісного зв'язку теорії з практикою, удосконалення професійних умінь та навичок.

Ігрова модель навчання покликана реалізовувати, крім основної дидактичної мети, ще й комплекс цілей, а саме: забезпечення контролю емоцій; надання можливості самовизначення; сприяння й допомога в розвитку творчої



уяви; надання можливості вдосконалення навичок співпраці в соціальному аспекті; надання можливості висловлювати свої думки.

Учасники навчального процесу згідно з ігровою моделлю перебувають в інших умовах, ніж у традиційному навчанні. Студентам надають максимальну свободу інтелектуальної діяльності, що обмежується лише конкретними правилами гри.

У своїй роботі використовують сюжетно-рольові ігри, які імітують реальність призначенням ролей учасникам і наданням їм можливості діяти наче насправді. Кожен учасник у рольовій грі повинен розуміти зміст своєї ролі й мету рольової гри взагалі.

Мета сюжетно-рольової гри – визначити ставлення до конкретної життєвої ситуації, набутти досвіду шляхом гри, допомагати навчитися через досвід та почуття. Рольову гру також слід використовувати для набуття конкретних навичок, зокрема безпечної поведінки за певної ситуації.

Так, у процесі проходження *навчально-польових практик* (з екології, зоології безхребетних, ботаніки, фізіології рослин, генетики, сільського господарства студенти спостерігають за екологічним станом природних біотопів, де проходять екскурсійні маршрути, аналізують дію на них різних екологічних факторів антропогенного походження, реєструють зміни у видовому складі флори та фауни.

Ефективність проведення кожного заняття навчально-польової практики знаходилося в пропорційній залежності від його дидактичного забезпечення, що включало навчальні посібники, дидактичні матеріали, технічні засоби навчання, спеціальне екскурсійне та лабораторне обладнання. Із цією метою було визначено алгоритм кожного заняття, яке передбачало теоретичну, практичну, екскурсійну та заключну частини.

Теоретична частина заняття передбачала теоретичну підготовку до проведення відповідної екскурсії в той чи інший біотоп. Другий етап – практична робота студентів у природі під керівництвом викладача на маршруті екскурсії. Заключний етап польової практики проводився в камеральних (лабораторних) умовах, де студенти опрацьовували зібраний матеріал, переносили записи польових спостережень та дослідів із блокнотів у щоденники.

Науково-дослідницькі вміння студентів – важливий складник їхньої еколого-валеологічної культури, а їхнє формування складова системи *науково-*



дослідної роботи студентів. Ефективність процесу формування дослідницьких умінь забезпечувалася дотриманням наступної сукупності дидактичних умов: формуванням ціннісного ставлення до науково-дослідницької діяльності та її результатів; організацією оптимальної взаємодії студент-викладач, створенням дослідницько-творчого середовища, яке забезпечує єдність поглибленого вивчення навчальних дисциплін; розвитком творчої активності кожного студента на основі надання свободи вибору тематики дослідження, використання інтегрованого характеру змісту науково-дослідної роботи та обліку індивідуального пізнавального досвіду; навчанням науковим методам пізнання і технологіям вирішення дослідницьких завдань і проблем.

Різноманітні види студентської науково-дослідної роботи, які виявили ефективність у процесі формування валеологічної культури, можна умовно поділити на декілька груп. До першої групи належали науково-дослідні роботи, пов'язані з виконанням навчальних завдань (елементи наукової творчості в процесі виконання лабораторно-практичних робіт, виконання індивідуальних навчально-дослідних завдань, курсових, дипломних і магістерських робіт, які присвячені валеологічній проблематиці).

В умовах кредитно-модульної технології навчання важливе місце у формуванні навичок належить *індивідуальним навчально-дослідним завданням (ІНДЗ)*. Тематика ІНДЗ спрямована на самостійне вивчення частини програмного матеріалу, узагальнення та практичне використання валеологічних знань студента в повсякденному житті.

ІНДЗ студенти виконують у позааудиторний час упродовж усього терміну вивчення дисципліни на основі знань, умінь і навичок, одержаних у процесі аудиторних занять. Воно охоплювало декілька тем навчального курсу і завершувалося захистом із обов'язковою комп'ютерною презентацією доповіді.

Курсові, дипломні і магістерські роботи як самостійні навчально-наукові дослідження дозволяють виявити здатність студентів застосовувати одержані валеологічні знання під час вирішення конкретних проблем, їхню схильність до аналізу та самостійного узагальнення матеріалу за темою дослідження. Завдання на курсову роботу формулювалися по можливості так, щоб її тема могла бути покладена в основу дипломної чи магістерської роботи, або одного з їхніх розділів.

До другої групи належала участь студентів у наукових гуртках та клубах. Це найбільш розповсюджена і масова форма участі студентів молодших курсів



у науково-дослідній роботі. Технології для клубних об'єднань були різноманітними: зустрічі з відомими педагогами, валеологами, лікарями, науковцями; проведення вікторин; демонстрація кінофільмів за певною тематикою; обговорення публікацій у засобах масової інформації; розв'язування спеціальних завдань і обговорення життєвих ситуацій; відвідування наукових установ тощо.

Третя група студентських науково-дослідних робіт включає участь старших студентів у фундаментальних і прикладних наукових дослідженнях кафедр виконанні госпдоговірних і держбюджетних робіт, різних наукових проектів, залучення до науково-дослідної діяльності наукових шкіл, співпрацю з провідними науковими та науково-педагогічними працівниками свого вищого навчального закладу, наукових установ галузевих академій наук тощо.

Багаторічні спостереження дозволяють зробити обґрунтований висновок про те, що *педагогічні практики* активний чинник формування валеологічної культури студентів, підготовки їх до професійної еколого-валеологічної діяльності. Високу ефективність педагогічних практик можна забезпечити тільки в тому випадку, якщо вони спираються на глибоку загальнонаукову теоретичну, психолого-педагогічну та валеологічну підготовку. Проведення настановчих конференцій та індивідуальних консультацій перед початком практики давало змогу здійснити професійну актуалізацію теоретичних знань студентів, збагатити їх та скоригувати стосовно конкретного тематичного змісту уроків і позакласних заходів, які планувалися для проведення в період проходження практик.

Ураховуючи мету формування валеологічної культури, важливого значення набувало оптимальне визначення переліку валеологічних знань і вмінь, якими повинен оволодіти студент у період педагогічної практики. Для цього необхідно було чітко формулювати завдання та включати їх до програми педагогічної практики. Виділялися такі завдання: ознайомлення зі станом валеологічної роботи школи, класу, де планується проходити практику; складання на цій основі індивідуального плану роботи на весь період практики; підготовка розгорнутих планів-конспектів та проведення уроків із залученням валеологічного матеріалу; підготовка сценаріїв і самостійне проведення валеологічних виховних заходів; ознайомлення з досвідом проведення уроків та заходів досвідченими вчителями та іншими студентами, їхній аналіз та обговорення; організація експериментальної, науково-дослідної роботи



студентів, спрямованої на дослідження проблем валеологічного виховання школярів. Особливе значення мав особистий приклад керівників педагогічної практики, виховуюча спрямованість їхньої діяльності, форм і методів керівництва педагогічною практикою.

У період проходження *педагогічної практики в літніх дитячих оздоровчих закладах* для студентів відкривалися можливості брати безпосередню участь у здійсненні комплексу валеологічних завдань, які стоять перед такими закладами щодо оздоровлення дітей на лоні природи. Така практика сприяла закріпленню знань про сутність здоров'я, про зміцнюючі та послаблюючі його фактори, ознайомленню із арсеналом форм і методів оздоровчої роботи з використанням цілющих сил природи, включенню у практичну професійно-педагогічної діяльності щодо формування валеологічної культури своїх вихованців.

Важливою формою позааудиторної діяльності студентів – їхня участь в ініціативних групах *громадських екологічних організацій*, валеологічних центрах тощо. Такі організації, з метою підтримки валеологічної освіти населення, займаються реалізацією різноманітних просвітницьких програм; екологічних та природоохоронних акцій; проведенням конференцій, навчальних семінарів та курсів, презентацій; незалежною екологічною експертизою якості харчових продуктів та питної води; незалежним екологічним моніторингом екологічного стану окремих об'єктів навколишнього середовища; забезпеченням технічної допомоги та підтримки інших ініціатив; підтримкою електронних ресурсних бібліотек та випуском інформаційних бюлетенів та буклетів; організацією зеленого туризму, літніх екологічних таборів, екологічних експедицій тощо.

Таким чином охарактеризовано змістово-практичний етап технології формування валеологічної культури майбутнього вчителя, для якого є характерним формування валеологічних знань, умінь і професійно-особистісних якостей студентів у процесі їхнього включення в активну аудиторну та позааудиторну валеологічну діяльність.

На *аналітико-результативному етапі* формування валеологічної культури передбачалося ознайомлення студентів із основними поняттями про рефлексію, рефлексивними вміннями й навичками, шляхами їхнього формування та значущістю для майбутньої професійної діяльності; ознайомлення з критеріями ефективності роботи в цьому напрямі, методами контролю і самоконтролю.



Необхідна умова розгортання рефлексії – це створення рефлексивного середовища, яке передбачає певну логіку, організацію навчально-виховного процесу, використання відповідних форм і методів роботи. Рефлексивна спрямованість формування валеологічної культури передбачає переосмислення особистістю досвіду минулого й теперішнього, колективного й особистого. Такий підхід до навчання створює у свідомості індивіда ситуацію витіснення попередніх поглядів, уявлень і сприяє народженню нових проблем, активного пошуку вирішення труднощів, що виникають.

Створення рефлексивного середовища в нашій роботі забезпечувалося створенням рефлексивних ситуацій у діяльності, мисленні, спілкуванні. Воно було ефективним завдяки високому рівню проблемності, що виникала як в особистісному просторі кожного учасника, так і в груповій діяльності. Джерелом проблемності була багатоманітність зворотного зв'язку, який отримував учасник, і необхідність його інтеграції, а також проблемні ситуації, які створювалися викладачем і вимагали відповідного осмислення й вирішення. Необхідною була процедура групової рефлексії та саморефлексії студентів, яка давала змогу зафіксувати індивідуальні та групові відкриття, набуття в галузі самопізнання, групової взаємодії, просування шляхом професіоналізації.

Розрізняють як індивідуальну, так і групову форму рефлексії, рефлексію з різним часовим вектором: синхронну, ретроспективну та прогностичну. Так, індивідуальну форму рефлексії здійснювали у процесі виконання студентами творчих домашніх завдань (екологічні твори-есе, самоінтерв'ю тощо). На активізацію і розвиток індивідуальної рефлексії студента спрямовували такі прийоми, як ведення студентами щоденникових записів, які дозволяли б відтворити внутрішній діалог із самим собою, складання рефлексивного автопортрета “Я очима інших”, рефлексія вслух (монолог-імпровізація на задану тему) тощо. Такі вправи включали студентів в атмосферу рефлексивного середовища, загострювали рефлексивну чутливість до своїх товаришів, активізували процеси самоусвідомлення.

Ретроспективна рефлексія – дзеркало заднього виду – спрямовувалася на аналіз подій, які відбулися в минулому. При цьому часовий діапазон минулого досвіду був різним: від подій із власного шкільного життя до тільки що проведеного заняття.

Синхронна або включена в дію рефлексія була найбільш складною в оволодінні й актуалізувалася в методах і прийомах, які засновані на механізмі



децентрації, виходу в сторонню позицію стосовно поточної події. Серед вправ, що тренують такий вид рефлексії, найбільш доступний і найбільш ефективний був прийом рефлексії вслух при вирішенні проблемної задачі (коментування своїх розумових операцій).

Прогностична рефлексія має орієнтацію на майбутнє, але пов'язана з уже накопиченим досвідом студента. Вона розвивалася, наприклад, як при аналізі студентами методичного замислу свого майбутнього уроку, так і при виконанні вправ, заснованих на аналізі сконструйованих подій майбутнього за принципом «А що якби...?».

Серед прийомів технології рефлексивного мислення, які дозволяли майбутнім учителям здійснювати рефлексивний аналіз своїх дій, настанов, поглядів, особистісно-професійних якостей, примушували їх досліджувати власну валеологічну поведінку та діяльність, були такі: рефлексивний консилиум – групове обговорення конкретної валеологічної проблеми, аналіз її підґрунтя, пошук альтернативних шляхів вирішення, рефлексний прогноз ефективності та ін.; рефлексивні дебати – ігровий прийом подібний до сократичного діалогу; рефлексивне інтерв'ю – комунікативна методика, яка розвивала як мистецтво задавати питання, так і внутрішню настанову на вдумливий пошук відповідей; рефлексивні заняття – залучення студентів у процес навчання з його наступним аналізом. Практичний досвід свідчить, що групова робота сприяє більш інтенсивному розвитку рефлексивних умінь.

На заняттях доречним було цілеспрямоване використання нестандартних педагогічних ситуацій, які вимагають оцінки їх студентами, висловлювання своєї думки. Ставили запитання тому, хто відповідав із проханням пояснити та дати обґрунтування своїх дій. Аналіз таких ситуацій здійснювали в процесі групового обговорення за принципом трьох дзеркал: сам суб'єкт, який він є в дійсності; суб'єкт, яким він бачить самого себе; суб'єкт, яким він бачиться іншому. Ці три позиції розвиваються з боку кожного із суб'єктів, а також з боку інтегрованого суб'єкта, яким була група. Таким чином конструювався процес подвоєного взаємовіддзеркалення суб'єктами один одного, зміст якого полягав у відтворенні особливостей кожного, що виявилися в ході програвання ситуації і взаємного обговорення.

При формуванні вміння здійснювати рефлексію власної еколого-валеологічної поведінки дотримувалися такого алгоритму: спостереження нюансів поведінки та дії учасників процесу; пояснення нюансів, що



спостерігаються, тобто переведення наочно образних уявлень в умовиводи; реалізація власних сконструйованих дій. Цей алгоритм можна використовувати як для самоаналізу й рефлексії власної поведінки в майбутній професійній діяльності у взаєминах з учасниками педагогічного процесу, так і для роботи щодо створення цілісної суб'єктивної картини педагогічної діяльності.

Дослідники В. Гриньова і М. Васильєва зазначають, що для здійснення рефлексії в процесі занять найбільш прийнятні такі прийоми: надання студентам можливості відстоювати власну позицію; постановка питань, які мають декілька варіантів відповідей або шляхів вирішення; прийом сумісного думання, коли інформація подається не у вигляді готових висновків, результатів, уже отриманих наукою, а у формі пошуку істини, рухові думки від незнання до суперечності, що вимагає знання, і до знання як підсумку його руху; елементи дискусії; прийом імітації помилок, пошуку помилок студентами; провокування питань своєрідною зоною невизначеності, постановка задач із несформульованим, замаскованим питанням, спрямованим на уміння бачити проблему; використання логічних задач на індукцію, дедукцію, порівняння, зіставлення, аналогію, аналіз, синтез, виділення головного тощо.

Навчально-виховний процес по формуванню валеологічної культури намагалися організовувати так, щоб він сприяв накопиченню досвіду творчої діяльності, розвитку творчого педагогічного мислення (уміння аналізувати еколого-валеологічні ситуації, давати оцінку як валеологічній поведінці інших студентів, так і власній, знаходити шляхи виходу з валеологічних ситуацій тощо).

При вивченні екологічних дисциплін роботі з інформацією надавали творчого характеру: студентам пропонували визначити в ній еколого-валеологічну проблему, висунути гіпотезу, скласти план діяльності на основі проведених раніше оцінних суджень, написати висновки та зробити узагальнення; розробити й використати оригінальні способи розв'язання валеологічних задач та проблем у різноманітних ситуаціях із постійним здійсненням аналізу й самоаналізу власної діяльності та діяльності інших студентів.

При повідомленні нового матеріалу враховували індивідуальні особливості його сприймання та з'ясовували, як студент побудував особистісну модель валеологічного процесу чи явища, що пояснював викладач.



При вирішенні валеологічного завдання спонукали студентів до постійного самоконтролю за своєю діяльністю. Для цього студентам пропонували здійснити аналіз змісту завдання, сформулювати мету, обґрунтувати вибір оптимальних шляхів його вирішення, виявити труднощі та спрогнозувати можливі результати.

Завдання для практичних занять підбирали так, щоб крім відпрацювання матеріалу на алгоритмічному рівні, можна поступово вводити елементи евристики. При цьому велику увагу приділяли наочності змісту матеріалу, можливості розгляду досліджуваного поняття в різних ракурсах, що забезпечує більш глибоке формування загальної картини досліджуваного матеріалу. Застосування проблемних і ситуаційних завдань сприяло формуванню інтелектуальних умінь.

Виконання будь-яких самостійних завдань повинно завжди супроводжуватися обов'язковою перевіркою в різних формах, аналізом допущених помилок. Дієвою формою в нашому дослідженні була самоперевірка та взаємна перевірка студентами таких завдань своїх колег, перевірка за допомогою комп'ютера, проведення контрольних робіт із використанням тестових завдань.

У процесі формування валеологічної культури використовували лекцію з помилками. Для цього зміст лекції друкували на окремих аркушах і пропонували студентам для самостійного вивчення. Вони повинні були відшукати в тексті спеціально допущені помилки й обґрунтувати їхню сутність під час наступного колективного обговорення тексту лекції. Така форма сприяла формуванню рефлексивних умінь.

Психологічні умови тренінгу виводили майбутнього вчителя в рефлексивну позицію стосовно себе і своєї діяльності, спонукаючи до самоаналізу й осмислення себе в професійно значущій ситуації, самооцінки своїх валеологічних знань, умінь і навичок, оволодіння методикою підготовки уроку з використанням валеологічного матеріалу. Такий тренінг сприяв стимулюванню й активізації рефлексивних процесів, професійному зростанню майбутнього вчителя та створювало умови для усвідомленого засвоєння своєї професійної ролі.

Перед початком педагогічної практики цінною була рефлексія досвіду попередніх практик, яка дозволяла студентам краще усвідомити їх цілі, зміст, особливості. Особлива увага зверталася на проблеми, труднощі валеологічної



діяльності студентів під час практики, адекватне усвідомлення їхніх причин та пошук тих засобів, які могли б сприяти подоланню цих труднощів. Це дозволяло студентам більш ґрунтовно підійти до складання індивідуального плану практики, посилити відповідальність за його реалізацію.

Важливе завдання практики взаємовідвідування уроків, їх аналіз та групове обговорення. Коли педагогічна практика добігала кінця, проводили підсумкове заняття, основними процедурами на якому були групова рефлексія проблем валеологічної діяльності в ході практики та саморефлексія кожного студента щодо набутих особистісно-професійних якостей.

Цікавою формою групової рефлексії була відеорефлексія – колективне проглядання й аналіз відеозаписів проведених студентами під час практики уроків та позакласних валеологічних заходів.

Проаналізувавши той чи інший вид діяльності, у студента виникало бажання до самореалізації, тобто актуалізації закладеного природою потенціалу, саморозвитку, самозбереження та самодопомоги.

4.2. Підготовка майбутнього фахівця до формування валеологічної культури дітей та молоді

За роки незалежності в Україні зроблено суттєві кроки в розбудові національної системи освіти, що відкрило для освітян можливість ввійти у світовий педагогічний простір, залучитися до передових технологій управління освітнім процесом, переглянути і збагатити свій досвід у галузі формування, збереження і зміцнення здоров'я учнівської і студентської молоді, педагогічних кадрів.

Головними пріоритетами системи освіти в Україні, згідно із Законом України «Про освіту», Державною програмою «Освіта (Україна XXI століття)», Національною програмою «Діти України», Національною доктриною розвитку освіти України у XXI столітті; від 05.09.2017 №2145-VIII Закон України «Про освіту»; від 01.07.2014 №1556-VII Закон України «Про вищу освіту»; від 16.01.2020 №463-IX Закон України «Про загальну середню освіту» та іншими нормативними документами, є збереження і зміцнення фізичного і морального здоров'я учнівської молоді, формування удітей та студентів свідомого та дбайливого ставлення до здоров'я, дотримання принципів здорового способу



життя, забезпечення різнобічного розвитку людини як найважливіших умов освіченої, творчої, культурної, духовної особистості, виховання громадян України, досягнення економічного та соціального прогресу держави.

Серед суб'єктивних та об'єктивних причин зниження рівня здоров'я стоїть не тільки соціально-економічна криза, але й глобальні екологічні проблеми, недосконала система охорони здоров'я в нашій країні і вкрай відстала валеологічна культура дітей та дорослого населення.

Формування культури здорового способу життя почало стрімко входити у освітній процес закладів дошкільної освіти, шкіл та вищих закладів освіти. Батьки, педагоги, учнівська молодь все більше переконуються у тому, що здоров'я – фізичне, моральне, духовне, психічне – це не просто відсутність хвороб, а це якість найдорожчого, що має людина – її життя.

Існуюча освітня система надає школярам достатній обсяг знань, але не може повною мірою виконати соціальне замовлення суспільства – зберегти здоров'я підростаючого покоління. Підтвердження цьому – катастрофічний стан захворюваності дітей України, нестійка мотивація у них до збереження свого здоров'я, відсутність механізмів введення принципів валеології в масову практику освітніх закладів.

Формується нова стратегія сучасної загальноосвітньої школи, в якій здоров'я розглядається як необхідний компонент освіти. Звідси як важливе педагогічне завдання постає виховання культурного і валеологічно грамотного школяра, здатного нести відповідальність за своє здоров'я. Від того, наскільки успішно вдасться сформувати і закріпити валеологічні орієнтації і навички здорового способу життя в молодому віці, залежить у майбутньому реальний спосіб життя людини.

Утвердження здорового способу життя підростаючого покоління сьогодні розглядається як один із пріоритетних напрямів гуманізації освіти. Інтерес до індивідуального здоров'я людини великий, що закономірно викликане не тільки проблемою, яка постала перед людством - погіршенням здоров'я людей, - але й ідеєю духовного відродження українців.

Турбота про своє здоров'я – обов'язок кожної людини. Це особливо актуально для підростаючого покоління. Саме молодь з найменшою відповідальністю, без належної уваги ставиться до свого здоров'я, закладаючи тим самим фундамент майбутніх хвороб, раннього зниження розумової та фізичної працездатності. Значною мірою такий стан пояснюється недостатніми,



а інколи і помилковими уявленнями про здоровий спосіб життя та низькою валеологічною культурою.

«Дивно і незрозуміло, чому під час утвердження особистості школа не дає людині ніяких знань про неї, про людину – а саме, про те специфічне, що возвеличує людину над світом живого: про людську психіку, мислення і свідомість, про емоційну, естетичну, вольову і творчу сфери духовного життя. Той факт, що людина, по суті, нічого не знає про себе, часто буває джерелом великої біди, за яку суспільству приходится дорого розплачуватися», – наголошував В.Сухомлинський.

Проблема здоров'я невід'ємна від інших проблем людини, вона виникає разом з індивідом і змінюється відповідно до руху людської культури. Тільки здорова людина може виконати свою історичну місію на Землі.

Учені погоджуються з тим, що людина як предмет пізнання – ключ до всієї науки про її природу і здоров'я. Багато сказано і про її практичну (виробничу, творчу) діяльність. Це підсилює уявлення про те, що людина – природне благо. Однак потрібно врахувати не тільки кількість, але і «якість» людей. Відомо, що більше половини практично здорових людей знаходяться в так званому третьому стані, коли людина розпоряджається тільки частиною, нерідко меншою, здоров'я і психологічних можливостей, закладених у ній природою. В силу цього протягом віків люди створюють менше матеріальних і духовних цінностей, ніж могли б, розраховуючи повною мірою на здоров'я.

Для того, щоб людина могла виконати історичну місію на Землі і в Космосі, вона повинна бути здоровою. Сучасній людині в техногенно зміненому навколишньому середовищі, насиченому багатьма небайдужими для організму факторами фізичної, хімічної, і біологічної природи, великим обсягом психоемоційних впливів, – зберегти здоров'я непросто.

Пора дитинства – це шлях людини до становлення, під час якого вона виконує більш складну, більш напружену, ніж дорослі, роботу із саморегуляції, саморефлексії, самопобудови, самоконтролю тощо. Якщо дитина пасивна в цьому процесі, то порушується її соціалізація, руйнується здоров'я. У динаміці її росту і розвитку виникає широкий «розподіл» всіх анатомо-фізіологічних параметрів. Дитина – це «людина-процес» надзвичайної інтенсивності й унікальності.

Постановка завдання і розгляд його з позиції психолого–педагогічної єдності, безсумнівно, прогресивні, але утруднюються в силу відриву від



біоенергетичної сутності кожного індивіда, участі його у вирішенні цих проблем, від недостатності знань.

Культура самооздоровлення, ведення здорового способу життя не дається людині спочатку, а є результатом її навчання, виховання і саморозвитку. Оволодіння знаннями, вміннями, розвиток здібностей людини у дотриманні здорового способу життя, здійсненні безперервного самооздоровлення в будь-яких умовах і ситуаціях – ось та мета, яку переслідує сучасне життя.

Усвідомлена стратегія у взаємозв'язку Природа – Людина – Розвиток – Культура є еволюцією всього існуючого, всіх форм життя у часі і просторі на шляху безкінечного удосконалення. Необхідність включення людини в цей процес продиктована отриманням загальнолюдських знань, основою яких є процес освіти. Виконання цього завдання можливе, якщо реалізувати валеологічну освіту, зміст якої забезпечує валеологічний супровід індивідуального освітнього маршруту майбутнього фахівця, готовність формувати його особистість, зберігати власне і покращувати здоров'я дитини, здійснювати діяльність зі створення умов, повноцінних для цього.

Валеологічна освіта, в свою чергу, обумовлює реалізацію валеологічного принципу – пізнання своїх індивідуально-особистісних здібностей, що проявляються у здоровому способі життя, рефлексії, індивідуальних енергетичних можливостях і знаннях, що виражаються в життєвих основах валеологічної культури.

Мета валеологічної освіти виходить з її значення для формування здоров'я людини, її світоглядних установок на збереження здоров'я. Вона дає відповідь на питання дидактики у підготовці спеціалістів: «Чому і як вчити?».

Валеологічна освіта розглядається як процес і результат концептуальної взаємодії нових освітніх структур з існуючою системою освіти (Т. Бойченко, А. Капська, І. Потапнюк. Вона виконує завдання «соціалізації індивіда», анімації здібностей (інтелектуальних, енергетичних, духовних), знань і творчих енергетичних якостей людини. Валеологічна освіта створює умови для самореалізації і саморефлексії, потреби в самоосвіті. У свідомості людини є такі феномени, які виникають і існують лише тому і в тій мірі, в якій вони активно виявляються, досліджуються, наслідуються і відтворюються. Якщо їх активно не відтворювати, то самі по собі вони не виникають. Рефлексивні проєкції на культурні варіанти загальнолюдського досвіду і власного досвіду пов'язують самопізнання валеологічної культури, накопиченої людством.



Феномен особистості дозволяє обґрунтувати валеологічну культуру з матеріального і соціального рівня, співвіднести з поняттями: цінність, валеологічна культура суспільства і валеологічна культура особистості; технологічність як наявність механізмів пристосовно-перетворюючого ставлення особистості до середовища; продуктивність як характер буття, що породжує творчість; стереотипність як здатність відтворення норм і цінностей.

Валеологічна мета освіти дозволяє виявити її специфіку, що полягає у «професіоналізації» сутності функції людини – передачі соціального і культурного досвіду, накопиченого людством, і, відповідно, формування культуро-творчої функції вчителя. Необхідні результати у валеологічній діяльності пов'язані з подоланням професійної обмеженості, зі здатністю розглядати вузькі професійні питання з широких, філософсько-методологічних і соціально-культурних позицій.

Як показало вивчення змісту і динаміки мотиваційно-ціннісного ставлення особистості фахівця до валеологічної діяльності, висока професійна компетентність і загальна культура особистості ще не є гарантом добросовісності, а тим паче творчої і самовідданої роботи вчителя. В реальній валеологічній діяльності професійні і моральні якості фахівця проявляються в єдності з педагогічною мораллю. «Справжній професіоналізм» та професійна культура вчителя, за визначенням Л.І. Мічик, «являє собою упорядковану сукупність загальнолюдських ідей, професійно-ціннісних орієнтацій та якостей особистості, універсальних способів пізнання і гуманістичної технології педагогічної діяльності», даючи змогу студентам розпізнавати власний внутрішній світ, у той же час викладачам вивчати і діагностувати рівень їхнього розвитку, відкривати перед ними основи духовного життя людства.

Об'єктивна єдність загальнокультурного, соціально-морального і валеологічного розвитку особистості педагога, закладена в професійній меті педагогічної освіти, і складає її специфіку, обумовлює необхідність використання поняття *валеологічна культура*, яке є підґрунтям такого розвитку. Не вдаючись у дефінітивні суперечки з питання феномена культури, відзначимо, що у філософській літературі до сфери культури включається як сама діяльність людини, так і її технологічна культура, тобто сукупність засобів і механізмів, завдяки яким вона мотивується і здійснюється. Важливо те, що розглядається культура як цілісне явище, в якому центральний ланцюг – людина як суб'єкт культурного розвитку.



Поняття «культура» у найширшому смислі виражає якісну характеристику того, наскільки конкретні люди зуміли піднятися над своєю біологічною природою, розвинувши свою соціальну природу. Культурою є лише те з виробленого людиною, що спрямоване на саморозвиток і самовдосконалення її самої, її здатності до розвитку і самовдосконалення своїх творчих можливостей у вирішенні нестандартних завдань, у здійсненні своїх професійних функцій.

В.І. Луговий деталізує визначення педагогічної культури, вважаючи це поняття полікомпонентним: «її необхідними і достатніми складниками для здійснення повноцінного освітнього процесу є, по-перше, педагогічні потреби, здібності, уміння, по-друге, педагогічна уява, мислення, емоційність, товариськість, художній таланти, по-третє, педагогічна методика і стиль, по-четверте, загальний і педагогічний досвід». «З огляду на загальну і спеціальну підготовку педагогічного працівника, - вважає автор, - його культура містить загальноосвітню, спеціально-професійну та спеціально-предметну складову». Важливою умовою культурологічного підходу є особистісна зверненість педагогічного процесу, яка дає змогу розглянути як повноправні суб'єкти освіти і культури вихованців і педагога, а зміст освіти розкривати в контексті загальної і професійної культури.

Слід відзначити, що для сучасного періоду характерний інтегральний, соціальний феномен, який В. Біблер називає «соціумом культури». Культура із маргінального явища суспільного життя все більше зсувається в епіцентр сучасного буття, де одночасно існують східні і західні культури, освіта і т.д.. Культурні спектри мають смисл по відношенню один до одного у діалозі нашої реальної сьогоденної свідомості. Це проблема не тільки мислення, але й дійсного буття кожної сучасної людини. Людина найближчого майбутнього буде поставлена перед необхідністю вибору свого соціуму культури, в якому вона й стане здійснювати власне духовне самовизначення.

У виборі такого соціуму і духовного визначення важливу роль відіграє валеологічна культура. Вона характеризує внутрішнє багатство особистості, рівень розвитку її духовних потреб і здібностей, рівень інтенсивності їх проявів у творчій практичній діяльності. За глибокою своєю суттю валеологічна культура виражає валеологічні ціннісні орієнтації особистості. Іншими словами, валеологічна культура – це насамперед гармонія культури знань, культури почуттів, спілкування і творчої дії. Тому валеологічна культура вчителя розглядається нами як необхідна сукупність загальнолюдських ідей і



цінностей, професійно-валеологічних орієнтацій і якостей особистості, універсальних способів пізнання і валеологічних технологій педагогічної діяльності. Наявність такої культури дозволяє вчителю вивчати і діагностувати рівень розвитку вихованців, розуміти їх, вводити у світ культури, організовувати духовно насичену спільну діяльність.

Специфіка валеологічної освіти, пов'язана з реалізацією культуро-творчої функції вчителя, вимагає культурологічного підходу до формування змісту професійної підготовки педагога. А це передбачає реалізацію двох основних умов. Перша умова пов'язана з відбором такого змісту освіти, який забезпечив би розвиток особистості майбутнього педагога у всій сукупності її індивідуально-психологічних особливостей, духовних потреб і соціально-моральних якостей, що складають зміст її власної освіти. Друга умова вимагає визначення змісту конкретної сфери соціального досвіду, який згодом стане суттю і змістом його професійно-валеологічної взаємодії з вихованцями.

Зміст валеологічної освіти згідно з цими умовами повинен бути спрямований, насамперед, на широку загальнокультурну підготовку. Реалізація першої умови передбачає введення знань у контекст загальнолюдської культури, а другої – поглиблене вивчення в цьому контексті галузі знань, що відповідають професійно-валеологічній спрямованості.

Таким чином, культурологічний підхід до формування змісту професійної спрямованості валеологічної культури педагога вимагає занурення майбутнього фахівця в контекст загальнолюдської культури у всій її своєрідності. Практична педагогічна валеологія базується на загальній освіченості особистості педагога. Отже, загальнокультурний компонент змісту валеологічної освіти повинен мати одне із провідних місць у структурі підготовки і діяльності фахівця. Основним засобом реалізації культурологічного підходу є валеологічне виховання в змісті педагогічної освіти.

Дослідження показало, що зміст загальнокультурної підготовки сам по собі «не спрацьовує», що підтверджують результати дослідження. Не виявлена суттєва різниця у рівнях розвитку мотиваційно-ціннісного відношення індивідів у валеологічній діяльності. Як показав аналіз причин названих факторів, індивіди, особливо з молодших курсів, не усвідомлюють того, що саме єдність валеологічної і професійної підготовки відкриває їм можливість для творчого розвитку особистості, валеологічної індивідуальності. Професійна підготовка майбутнього фахівця тому й пов'язана насамперед зі створенням умов для



активного творчого, практичного освоєння загальнолюдської культури. Вона передбачає відомий ступінь свободи вибору її змісту і форм, що ґрунтується на тому, що у них є мотивації, задоволення інтересу до конкретної, а іноді, специфічної спрямованості змісту валеологічної освіти.

Отже, валеологічна культура повинна проникнути в саму суть професійної підготовки майбутнього фахівця. В цьому головна перспектива валеологічного змісту педагогічної освіти і її основна трудність, так як не просто відшукати шлях такого проникнення і ще складніше здійснити його. Це пояснюється тим, що проникнення повинне бути не формальним, а торкатися глибинної суті міждисциплінарних зв'язків філософії і соціології, фізіології і нетрадиційної медицини тощо. Тому під валеологічною освітою слід розуміти зміни принципів міждисциплінарної взаємодії і взаємовідношень дисциплін, детермінуючих формування валеологічної культури, виходячи з сучасних соціально-педагогічних ситуацій і найбільш пріоритетних її компонентів (культура життєвого самовизначення; культура педагогічної праці; інтелектуальна, моральна, екологічна і фізична культура; культура спілкування і сімейних стосунків). Виокремлені компоненти базової валеологічної культури і складають вирішення основних завдань валеологічного змісту в професійній підготовці фахівця.

Валеологічний зміст освіти передбачає, насамперед, підвищення ролі дисципліни, пов'язаної з соціальним пізнанням, з усвідомленням загальнолюдських цінностей. Мова йде про якісний зміст соціальних дисциплін, яких недостатньо людині в її дійсному, соціальному, природному, об'єктивному і суб'єктивному бутті. Ця ж думка підкреслюється Т. Кузнецовою, яка вважає, що основоположним принципом відбору змісту соціальних дисциплін є ціннісний антропоцентризм, а не формально-догматичні вимоги реалізації програмових і директивних розпоряджень.

Основу валеологічного змісту освіти складає філософська освіта, яка передбачає освоєння філософії як феномена людської культури, як «квінтесенції духовної культури», як реального фактору розвитку духовності педагога, систематизації його світоглядних орієнтацій.

Враховуючи основні функції культури як соціального явища і беручи до уваги їх особливості, і також дослідження з теорії культури і власного культурологічного напрямку, були виділені основні особистісні функції валеологічної культури, що спрямовані на збереження, підтримку і розвиток



системи, зокрема: гносеологічна, гуманістична, комунікативна, інформаційна, навчаюча, виховуюча, нормативна.

Кожна функція відображає багатогранність розв'язання майбутнім фахівцем методологічних, інноваційних, дослідницьких, дидактичних та інших педагогічних задач.

Збереження і відтворення здоров'я знаходиться у прямій залежності від рівня валеологічної культури, яка відображає міру усвідомлення ставлення людини до себе. Валеологічна культура передбачає не тільки наявність певної системи знань про здоров'я, але й відповідну поведінку для його збереження і зміцнення, що базується на моральних засадах.

Однак спостерігається невідповідність між потребами людини в здоров'ї та її зусиллями, спрямованими на збереження й зміцнення свого фізичного і психічного благополуччя. Кожна людина не бажає бути хворою, але навіть у стані хвороби люди нерідко поводять себе цілком неадекватно до свого стану. Очевидно, причина невідповідності між потребами у здоров'ї та його дійсною повсякденною реалізацією полягає у тому, що здоров'я, зазвичай, сприймається людьми як те, що дане їм природою. У стані повного фізичного і психічного благополуччя потреба у здоров'ї начебто не помічається людиною, зникає з поля зору і набуває характеру актуальної життєвої необхідності. Актуалізація потреби у здоров'ї обумовлюється його погіршенням або втратою, вона відразу ж активізує дієву турботу індивіда про своє фізичне і психічне благополуччя. Здається, що специфіка мотивів валеологічної поведінки є основною умовою адекватного і неадекватного ставлення людини до здоров'я. Будучи продуктом цілеспрямованого виховання й індивідуального досвіду особистості не тільки активізує потреби у здоров'ї, але й спрямовує поведінку на самозбереження.

Ціннісними можуть бути біологічний і психофізичний стан людини (життя, здоров'я, норма та ін.), умови суспільного життя (соціальні і природні), в яких проходить формування та розвиток особистості, задоволення її потреб, а також предмети і засоби їх реалізації – продукти матеріального і духовного виробництва. Мотиваційно-особистісне ставлення індивіда до здоров'я може виражатися не тільки у формі певної практичної поведінки, але й у вигляді психологічного контролю, думок, суджень. Цінність здоров'я не зменшується навіть тоді, коли вона не усвідомлюється людиною; вона може бути прихованою (латентною).

Система валеологічної освіти повинна бути побудована із врахуванням



базових потреб тих, хто навчається. У цьому випадку: по-перше, створюються умови для їх індивідуально-гармонійного розвитку; по-друге, забезпечується загальний комфорт і домінування в учнів позитивного настрою; по-третє, формується стійке позитивне ставлення до освітньої діяльності і загальноприйнятих правил поведінки. Лише в цьому випадку особистість найбільш повно розвиває свої здібності, пізнає особисту унікальність, безпомилково самоутверджується у житті, у неї адекватно формуються основні компоненти валеологічної культури.

У розумінні суті і призначення валеологічної освіти переважає тенденція глибокого філософського, гуманістичного осмислення проблеми збереження здоров'я людини і довкілля. Виникає необхідність формування нового мислення молоді, яка навчається, що забезпечить відповідальне ставлення до навколишнього і соціально-природного середовища, до власного здоров'я і здоров'я оточення [22].

Таке мислення протистоїть техногенному, що руйнує значущість освіти як соціального феномена і призводить до відчуження людини від природи, до її духовного спустошення. В. Зінченко зазначає, що суттєвою особливістю технократичного мислення є погляд на людину як на компонент системи, що навчається та програмує, як на об'єкт різнобічних маніпуляцій, а не як на особистість для якої характерна не тільки самостійність, але й свобода у ставленні до можливого простору діяльності. Так як діяльність людини є основою її життя у довкіллі, то й зміст образів, що мотивують цю діяльність, лежить у площині досвіду активного людського ставлення до природи – людини – суспільства.

У відповідності до сучасних уявлень про життєдіяльність суспільства, людина живе і взаємодіє в декількох важливих для неї сферах:

- ноосфері (космічній, виробничо-економічній, екологічній);
- соціосфері (системі виробничих, правових, моральних відношень);
- психосфері (сфері розуму, раціонального регулювання поведінки, вроджених механізмів реагування);
- сфері спонтанного прояву закладених природою життєвих сил, обдарувань, здібностей, механізмів пристосування до життя.

Усвідомлення процесів психосфери відкриває дорогу до саморегуляції, збереження свого здоров'я та інших людей, мікросфери, полегшує шлях до досягнення гармонії з власним «Я – образом» і навколишнім середовищем.



Система функціонування валеологічної культури буде ефективною тоді, коли вона ґрунтується на знаннях внутрішніх механізмів її засвоєння (інтеріоризації), на розумінні того, як проходить у свідомості учнів відображення і перевтілення різнобічної інформації, яку вони сприймають під час освітнього процесу.

«Рушіями» даного механізму є накопичені у педагогічному процесі протиріччя між пізнавальними і практичними завданнями, спрямованими на засвоєння молоддю, яка навчається, основ валеологічної культури. Не менш значущі й інші суперечності часткового характеру: між логікою викладення валеологічних знань і специфічними особливостями їх засвоєння; між рівнем розуміння учнями матеріалу, що викладає учитель, між теоретичним характером засвоєння валеологічних знань та умінь і можливістю їх застосовувати на практиці.

Основні умови перетворення цих протиріч у рушійну силу пізнавально-виховного процесу – їх співвідношення з інтелектуальними можливостями учнів, облік їх індивідуально-особистісних якостей.

Внутрішній динамізм процесу засвоєння тієї чи іншої інформації створює фундамент для руху молоді, що навчається, від незнання до знань, від невідомого до відомого і далі, до апробування тих чи інших способів діяльності (поведінки). Особливість даного процесу полягає в тому, що пошук засобів успішного його вирішення особистість починає, як тільки усвідомлює суперечності свідомості і діяльності. Цей пошук буде тим ефективнішим, чим більшою педагогічною майстерністю володіє учитель-предметник або класний керівник.

Учитель, який знає рівень здоров'я своїх дітей та індивідуальні особливості їхнього психічного стану, не буде обурений їхнім нерозумінням, неухважністю. Він не проведе контрольну роботу після чергової хвороби дитини, не буде дотримуватися «єдиних жорстких» правил для всіх.

Дослідження показують, що при різних умовах у класах з безкомпромісним владним учителем, що притримується жорстких вимог, поточна захворюваність в 2 рази вища; майже втричі більше дітей з так званою мікросимптоматикою, що свідчить про порушення нервово-психічного здоров'я, ніж у паралельному класі з м'яким, доброзичливим вчителем. А скільки щорічно мікростресів створює вчитель, щоб, креслячи червоними чорнилами зошити, показати учню, який той безграмотний, а потім публічно



влаштувати «рознос».

Г. Данилова зазначає, що проблема здоров'я повинна розглядатися через призму філософського і науково-практичного світу. Пріоритетом тут може бути перехід на валеологічну парадигму освіти і соціально-акмеологічну стратегію валеологічного виховання. Валеологічна парадигма навчання і виховання формується на єднанні традиційних та інноваційних підходів до збереження і зміцнення здоров'я учнів. Особливо актуальними стають такі ціннісні орієнтації, як знання та вміння, котрі дозволяють вибрати моделі поведінки в межах норм власної і суспільної безпеки. Важлива роль у розвитку суспільства відводиться валеологічній грамотності населення – у тому числі й педагогів.

Аналіз моральної атмосфери у школі, сім'ї, громадських закладах показує, що діти не захищені від авторитарних методів впливу дорослих. Існуючі правила і вимоги, що не враховують стан здоров'я дітей, будь-які прояви подвійної свідомості і поведінки призводять до моральної дезорієнтації особистості, як зазначали А. Капська, М. Касьяненко.

Відомо, що погіршення здоров'я проходить прямо пропорційно до навчального перевантаження учнів, їхньої невдоволеності своїм учителем і негативного ставлення до предмета, що вивчається. Багато бід і стресів приносять дітям батьківські збори, після яких тиск на дітей і конфлікти з ними досягають критичної позначки. Як відомо, сама школа, її атмосфера стала небезпечною для здоров'я дітей. І одним із перших правил валеології, ймовірно, має стати: навчаючи і виховуючи, необхідно знати – чи не нашкодить це здоров'ю учня, вихованця?

Щоб відповісти на це запитання, звернемося до заповідей лікаря Гіпократ (460 – 337 р.р. до н.е.), який сформулював один із головних законів здорового способу життя. Опираючись на нього, можна сформулювати одне з головних правил валеології – закон міри. Суть його заключається в тому, що для здоров'я людини добре те, що в міру. У зв'язку з цим завдання педагога полягає в тому, щоб пояснити, переконати, мотивувати свого вихованця, щоб він у всіх або в крайньому разі в більшості своїх життєвих ситуацій дотримувався цього закону, орієнтуючись на власне почуття міри. Це почуття міри необхідно періодично стимулювати і підтримувати на рівні постійного свідомого осмислення того, що можна і що не можна, а якщо можна, то до якої міри.

Наші дослідження показали, що домінуючі захворювання педагогів також пов'язані з неправильною організацією їхнього життя і, в першу чергу,



освітнього процесу. Це захворювання органів дихання, кровообігу, кістково-м'язової системи (56,5%), кишково-шлункового тракту (9,4%). Найбільш поширені захворювання нервової системи (42%). Причин цього багато, але необхідно виділити головні: відсутність постійного режиму дня, оптимального фізичного навантаження; високе нерве напруження і відсутність психофізичної регуляції, пов'язаної із зняттям нервово-емоційного напруження; недостатність розвитку комунікативної культури, що включає систему знань, норм, цінностей і зразків поведінки в діловому і емоційному спілкуванні; знання правил і вимог особистої гігієни, загартування та ін.. Все це, на жаль, ще не стало предметом турботи педагогів і медичних працівників, частиною загальної багатоаспектної проблеми – збереження фізичного, психічного, соціального, морального і духовного здоров'я, етичної атмосфери освітнього процесу. Внаслідок міждисциплінарних розбіжностей спеціалісти слабо інформовані про те, що робиться в суміжних і тим більш віддалених від них науках. Це впливає на якість інтеграційних процесів у освіті.

Виникнення науки валеології, спрямованої на формування індивідуального здоров'я людини в особистісно-зорієнтованому підході, в основі якого лежить опора на стратегічний орієнтир самої природи, на її об'єктивні закони, значно спрощує багато завдань, але не знімає проблеми. Подальший розвиток людства залежить також від моральних звичок, а не від рівня технічних досягнень, як стверджував А. Ейнштейн. А моральні звички – це здоровий дух, який формується в суспільстві, у здоровому тілі протягом життя людини, організованого за законами природи. Нездоров'я – це погане пристосування до навколишнього світу чи навіть повне зневаги ставлення до неї.

Культура самооздоровлення, ведення здорового способу життя не дається людині спочатку, а є результатом її навчання, виховання і саморозвитку. Оволодіння знаннями, вміннями, розвиток здібностей людини у дотриманні здорового способу життя, здійсненні безперервного самооздоровлення в будь-яких умовах і ситуаціях – ось та мета, яку переслідує педагогічна валеологія.

У наш час, з розвитком тенденцій ринкової економіки, потреби людей, у тому числі й наших учнів, все більше зміщуються в бік матеріальних, що завдає збитків розвитку духовності і не сприяє духовному самовдосконаленню особистості. Матеріальне багатство знаходиться поза людиною з часом витрачається і повинне відновлюватися. Духовне багатство, як наука і мистецтво, передається з покоління в покоління і зберігається. Воно не має



обмежень для свого росту. Необмежений ріст матеріальних потреб стає для людини шкідливим і гальмує її духовний розвиток (наприклад, гонитва за речами позбавляє людину духовних радостей і гармонійного розвитку, а надмірна їжа призводить до ожиріння).

Спосіб життя людини, її поведінка і мислення, якщо вони забезпечують збереження і зміцнення здоров'я, можуть бути названими здоровим способом життя. Але необхідно мати на увазі, що це лише один, хоча і важливий фактор збереження і підтримання здоров'я.

Ю. Лісіциним встановлено, що здоров'я залежить від наступних факторів: 50% від способу життя, 20% - спадковості, 20% - екологічної обстановки, 10% - охорони здоров'я. Відомо, що найбільш сприятливі умови здорового способу життя – це рухова активність, раціональне харчування, відмова від шкідливих звичок, вміння керувати собою і своїм здоров'ям. У зв'язку з цим оцінка здорового способу життя визначається звертанням уваги на фізичне навантаження, правильне харчування, уміння керувати собою у стресових, конфліктних або інших екстремальних ситуаціях, боротьбою зі шкідливими звичками.

Таким чином, психологічний аспект, інтегрований валеологізацією педагогічного (освітнього) процесу, передбачає вивчення індивідуальних властивостей та якостей особистості учня, його психологічної суті і потенційних можливостей, а також механізму засвоєння знань, умінь і навичок валеологічної культури.

Педагогічний аспект даної проблеми включає визначення шляхів і засобів підвищення валеологічної підготовки учнівської молоді у освітньому процесі з урахуванням їхніх вікових та індивідуальних особливостей. Мова йде про науково-обґрунтовану систему валеологічної діяльності, починаючи з предметів природничо-біологічного і гуманітарного циклів (міжпредметна валеологізація) і поширюючись на валеологічно насичену позакласну і позашкільну діяльність учнівської молоді.

Оздоровлення нашого суспільства передбачає усвідомлення великої ролі освіти в утвердженні самооцінки людської особистості, пріоритету загальнолюдських цінностей. У зв'язку з цим серед багатьох проблем сучасної педагогічної науки особливої актуальності набуває проблема формування валеологічної культури особистості вчителя як важливої соціально-педагогічної значущості. Від її розв'язання залежить якість підготовки сучасних молодих



спеціалістів, розвиток і використання інтелектуального потенціалу суспільства, його здоров'я.

4.3. Дослідження ефективності валеологічного виховання учнів початкової школи.

Учні початкової школи мають загальні уявлення про будову тіла людини, про гігієнічні навички, про необхідність підтримування правильної постави, але гігієнічні навички не доведені до автоматизму тому, що немає внутрішньої мотивації цих дій, у зв'язку з відсутністю ґрунтовних знань і розуміння необхідності виконання гігієнічних процедур.

Для покращення валеологічного виховання у початковій школі вчителі:

- систематизують подачу знань з валеології під час виконання дітьми режимних моментів, подавають знання у вигляді валеохвилинок;
- проводять семінари-практикуми, відкриті заняття, круглі столи, обговорюються новинки педагогічної літератури з питань валеології тощо;
- залучають сім'ї до валеологічного виховання дітей (консультації, лекторії, виготовлення папок-пересувок, батьківські збори з запрошенням лікаря).

Вчителі проводять ґрунтовну роботу з підготовки до навчання дітей валеології:

- визначають напрямки валеологічного виховання та знання з валеології які вони хотіли б дати учням;
- знайомлять дітей з зовнішніми і деякими внутрішніми органами та системами: будовою тіла людини, органом зору – очами, органом слуху – вухами, зубами, ротом та органами травлення, носом та органами дихання, будовою та функціями шкіри, руками, скелетом і м'язами, серцем та кровоносною системою;
- складають графік вивчення відібраних тем, куди входять: теми занять, ігри, бесіди, досліді спостереження, екскурсії;

На основі сітки вчителі виробляють систему, яка містить вибрані теми, види діяльності, які вони б хотіли використати:

- спостереження;
- бесіди;
- розгляд картин та ілюстрацій;



- урок;
- використання джерел народної творчості;
- проведення дослідів;
- валеохвилинки;
- валеологічні ігри та вправи;
- рухливі ігри;
- народні ігри;
- навчання правил догляду за органами;
- проведення екскурсій тощо;
- участь учнів у валеологічних розвагах і святах.

Педагоги обирають одну із тем і до кожного пункту підбирають матеріал, намічають валеологічні теми бесід, готують до них запитання, планують спостереження, шукають картини та ілюстрації, підшукують загадки, прислів'я, вирішують, які досліди і як провести з даної теми, домовляються з медичними установами з приводу проведення у них екскурсій, готують свята-розваги з валеологічної тематики. Валеохвилинки – найбільш дохідлива, ефективна форми роботи, які тривають 5–10 хвилин і проводяться як складова частина навчання чи виховання або у процесі повсякденного життя.

Вчителі початкової школи:

- відображають у планах освітньої роботи форми і методи впровадження у програму знань з валеології;
- організовують виставки матеріалів до кожної теми;
- оформляють інформаційний куточок на валеологічну тему, де висвітлюють матеріали, які вивчали учні;
- знайомлять з наробками, які передають досвід роботи закладів освіти з валеології;
- вивчають досвід роботи вчителів України;
- відвідують методичні об'єднання з валеології;
- звітують перед колегами про новини у галузі валеології;
- виготовляють наочний матеріал для занять з валеології;
- проводять спортивні змагання, естафети, конкурси, ігри.

Для підвищення загального рівня освіченості вчителів початкової школи, проводять семінари-практикуми з валеології. З метою поглиблення знань з методики викладання основ валеології використовується форма роботи з педагогами «Круглий стіл – банк ідей» де розглянуті теми:



- «Використання гри для валеологічного виховання дітей»;
- «Активізація пізнавальної діяльності школярів у процесі ознайомлення з валеологією»;
- «Тренуйте розум дитини»;
- «Лікувально-профілактична і соціально-педагогічна допомога дітям з вадами опорно-рухового апарату».

Вчителі початкової школи з метою підготовки дорослих до проведення у дію програми навчання учнів валеології, проводять роботу з батьками і залучення сім'ї до валеологічного виховання дітей.

Родинне виховання і виховання існують, як дві окремі ланки: вдома інколи дитина дістає одні настанови, зразки поведінки, у школі – інші. Батьки хочуть бачити своїх дітей здоровими, однак у них не завжди вистачає необхідних знань, педагогічних умінь і навичок. Вони не володіють формами і методами передачі знань дітям, часто їм бракує вільного часу для спілкування з дітьми. Батьки інколи не вміють виділити головну інформацію, яку треба у даний час подати дітям. У таких випадках на допомогу батькам приходить педагогічний колектив. Тому, що тільки єдність вимог здорового способу життя у родині і в школі сприятиме формуванню у дитини свідомого ставлення до свого здоров'я.

Вчителями ведеться поглиблена робота з батьками із валеологічного виховання у *напрямах*:

- надання теоретичної допомоги (бесіди, Дні відкритих дверей, конференції, лекторії, організація інформаційних куточків, виставки методичної літератури);
- заходи практичної допомоги (індивідуальна робота з питань валеології, консультації, дискусії, диспути, практичні заняття з батьками).

Вчителі проводять батьківські збори, на яких батьки і вчителі обирають реальні, ефективні шляхи співпраці. Батьки виявляють бажання проводити у життя програму валеологічного виховання дітей і навчатися цьому, підтримують вчителів у прагненні ознайомити дітей із зовнішніми і деякими внутрішніми органами і системами, мотивувавши це поясненням, що дана тема більш-менш знайома батькам і вони зможуть впевненіше відповідати на запитання дітей.

Вчителі разом з лікарем готують повідомлення:

- «Екологічні аспекти здоров'я молодшого школяра».



- «Здоров'я дітей – здоров'я нації».
- «Медико-біологічні фактори здоров'я дитини».

На батьківських зборах *батьки*:

- знайомляться з особливостями росту і розвитку дітей молодшого шкільного віку, з їх психикою;
- засвоюють поняття про чинники здоров'я, вплив природного, суспільного довкілля та зовнішніх факторів на здоров'я дітей;
- ознайомлюються з екологічними особливостями України та регіонів проживання, про стан здоров'я дітей на Україні.
- слідкують за тим, щоб дитина не була відірвана від законів природи, виховувати у дитини любов до природи, бажання бути завжди з природою.

Для підвищення у батьків зацікавленості валеологією вчителі проводять з ними *дискусії* на теми:

- «Емоційне і психічне здоров'я. Ваше розуміння».
- «Здоровий спосіб життя».
- «Взаємозв'язок людини з природою, Всесвітом. Їх вплив на здоров'я маленької дитини».
- «Емоційне і психічне здоров'я».

Під час дискусії звертається увага батьків на соціальні умови здоров'я, взаємовідносини між батьками і дітьми у плані формування здорового способу життя. Проводиться пропаганда здорових взаємовідносин між усіма членами сім'ї, загострюється увага батьків на зв'язку між шкідливими звичками батьків і здоров'ям і звичками дітей.

Вчителі, лікар готують для батьків *семінари-практикуми* за темами:

- «Дотримування дітьми правил особистої гігієни».
- «Нетрадиційні методики оздоровлення дитячого організму».
- «Розучування комплексів гімнастики».
- «Масаж в оздоровленні дитини. Оволодіння практичними навичками».

Батькам запропоновано на особистому прикладі навчати дітей правильно чистити зуби, язик, виконувати масаж ясен, дотримуватись правил особистої гігієни стосовно інших частин тіла, привчати дітей слідкувати за поставою під час різних видів діяльності, навчати дітей самомасажу, точковому масажу, добиватися ретельного дотримування режиму дня, систематичного загартовування, щоденного виконання дитиною ранкової гімнастики.

На практиці показують батькам, як треба робити:



- масаж долоні і пальців дитини;
- ігрові вправи для розвитку моторики і масажу пальців рук та долоней;
- методику навчання дітей правильному диханню;
- ігрові вправи з язиком;
- гімнастика і масаж носа.
- масаж вушних раковин.

Вчителями і лікарем проводяться *консультації* для батьків:

1. «Особливості статевого виховання».
2. «Як уберегти дитину від гострих кишково-шлункових захворювань?».
3. «Рекомендації щодо організації рухової активності».
4. «Нетрадиційні методи лікування».

Батьки прислуховуються до рекомендацій педагогів та лікаря, беруть участь в індивідуальних і загальних бесідах за темами:

1. «Загартування дитини вдома»,
2. «Раціональне харчування».
4. «Рух – це життя».
5. «Емоції і здоров'я».

Під час бесід батьки діляться враженнями від спілкування з власними дітьми, своїми наробками з питань виховання дітей, цікавими спостереженнями і педагогічними знахідками. Вони читають методичну літературу з валеології і разом з вчителями організують виставку новинок методичної валеологічної літератури, оформляють папки, в яких висвітлюються теми:

1. «Поговоримо про плоскостопість».
2. «Якщо у дитини – простуда».
3. «Правильна поведінка у довкіллі».

У День відкритих дверей батьки запрошуються на уроки, прогулянки, інші режимні моменти. Вони спостерігають за поведінкою, емоційністю, відкритістю, рівнем знань своїх дітей, звертають увагу на методику проведення уроків, валеохвилинок, фізкультури, нові підходи до виховання і навчання дітей.

Батьки беруть участь у спортивних святах «Тато, мама і я – спортивна сім'я», «Зростаємо здорові», «Днях здоров'я».

Під час спілкування з дітьми, вчителі намагаються не завищувати обсяг знань, користуються у роботі простими, доступними розумінню дітей, наочними посібниками, забезпечуючи валеологічну спрямованість кожної



частки валеологічного процесу: заняття з фізичної культури, математики, зображувальної, ігрової, трудової, побутової діяльності.

Більшість батьків свідомо цікавляться програмою валеологічного виховання дітей, виявляють готовність співпрацювати з педагогами у процесі надання дітям знань з валеології. У багатьох батьків виникло бажання підвищити власний рівень знань з питань валеології, вони зверталися до методичної літератури, приходили на консультації, лекторії, бесіди, брали участь в обговорюванні запропонованих вчителями питань.

Головне завдання педагогів, які займаються втіленням в життя програми валеологічної освіти, полягає у правильному підборі інформації, що буде подаватися учням. Вона повинна бути науковою, доступною для сприймання, зорієнтованою на формування у школярів практичних навичок дбайливого ставлення до свого здоров'я. Також, відповідаючи вимогам «Базового компоненту» дитина повинна:

- вміти визначати і правильно називати частини свого тіла;
- знати їхнє призначення і дію;
- орієнтуватися у будові органів і систем свого організму;
- мати уявлення про їх призначення та умови нормального функціонування;
- усвідомлювати, що всі органи і системи організму працюють як єдине ціле;
- орієнтуватися в основних проявах органів чуттів: око – бачить, вухо – чує, ніс – відчуває запах, язик – смак, шкіра – дотик і температуру;
- сприймати відчуття свого тіла, різних його частин, диференціювати їх.

Виходячи з вищезгаданих вимог, вчителі підбирали теми, розглядання яких буде цікавим для учнів, в зв'язку з їх доступністю і наочністю. Спочатку діти ознайомились з будовою зовнішніх органів, потім вивчали будову і функції внутрішніх органів і систем: «З чого складається тіло людини?», «Орган зору», «Орган слуху», «Зуби», «Органи дихання», «Шкіра», «Наші руки», «Скелет і м'язи», «Серце, кровообіг», «Органи травлення». Під час навчання дітей використовують *методи*:

- *наочні* (спостереження, досліди, розгляд картин, ілюстрацій);
- *словесні* (бесіди, розповіді, читання художніх творів фольклорного жанру, вивчення загадок, прислів'їв);
- *практично-ігрові* (вправлення у догляді за органами тіла, вивчення



валеологічних пам'яток).

А також різноманітні *форми роботи*:

– розігрування ситуацій на валеологічну тему під час сюжетно-рольових ігор «Лікарня», «Сім'я», екскурсії, валеохвилинки, спортивна розвага «Зростаємо здоровими».

Для більш детального ознайомлення учнів з будовою тіла проводились спостереження у навколишньому. Метою спостережень було закріпити вміння дітей розрізняти і називати окремі частини тіла, вміти визначати за розміром і зовнішнім виглядом частин тіла стать і належність людини до відповідного вікового періоду. На уроках, під час мовленнєвого спілкування та індивідуальної роботи дітям пропонувалося описати дівчинку або хлопчика, визначити спільні і різні риси зовнішнього вигляду. Для розширення уявлень учнів про будову тіла людини під час бесіди вчителі користувалися ілюстраціями, картинами, атласами з зображенням тіла людини, книгою «Рости здоровим», «Великою енциклопедією для школярів». За допомогою наочних засобів учні засвоювали більш детальні назви частин тіла. На голові: чоло, скроня, вилиця, потилиця, брова, вія, ніс, рот, підборіддя, шия. На тулубі: ключиця, грудина, живіт, статеві органи, лопатка, поперек, сідниці. На руках: плече, лікоть, передпліччя, зап'ястя, кисть. На ногах: стегно, коліно, гомілка, литка, щиколотка, стопа, п'ята, пальці ніг.

Звертали увагу дітей на наявність у кожної людини волосся і нігтів. Після спостережень за однолітками, вчителями і батьками учні робили висновки, що волосся може бути різного кольору, має різну структуру і довжину.

Для створення позитивного емоційного фону і для закріплення вивченого матеріалу під час бесід і у повсякденному спілкуванні вчителі використовували різні види усної народної творчості: загадки про частини тіла, вірши, примовлянки, загадки-добавлянки. Щоб переконати учнів у важливості кожного органу вчителі проводили досліди, під час яких було запропоновано:

- роздивитись картинку з зав'язаними очима;
- пройти по класу на одній нозі;
- зав'язати шнурок однією рукою;
- прослухати і повторити пісню з затуленими вухами;
- з'їсти цукерку, не розкриваючи рота тощо.

На власному досвіді діти зрозуміли, що виключення з роботи будь-якого органу спричиняє людині безліч незручностей, і дійшли до висновку, що треба



берегти свій організм у цілому і кожний орган окремо. Для підтримування пізнавального інтересу у школярів проводились валеохвилинки – невеличкі бесіди за даною темою, в яких вчителі розповідали дітям цікаві відомості про частини тіла людини.

Під час ігрової діяльності учні перевіряли набуті знання, а вчитель планомірно направляв гру в потрібне русло. Так, в сюжетно-рольовій грі «Лікарня» школярам пропонували розіграти сюжет в травмпункті, де учні заходили до лікаря, називали, які частини тіла в них травмовані, а лікар надавав першу допомогу і пропонував заходи профілактики травматизму і давав поради щодо догляду за тілом. Учні усвідомлювали необхідність дотримування правил гігієни і без нагадування виконувати гігієнічні процедури. В учнів зріс пізнавальний інтерес щодо власного організму, стали задавати питання стосовно різних органів тіла, їх функцій в організмі людини.

При ознайомленні дітей з *органом зору – очима* під час спостережень вчитель пропонував дітям подивитися один одному в очі і описати, якого вони кольору, згадати, якого кольору очі в мамі, тата, інших родичів. Визначити закономірність: в одній родині колір очей батьків і дітей в основному співпадає. Відмітити, що в очах знаходиться у самому центрі, яку мають форму, подумати, що це за шкірка з волосинками, яка прикриває око. Діти спостерігаючи за сплячою людиною, впевнилися у тому, що коли люди сплять, їхні вії закривають очі, щоб вони відпочивали. Метою спостережень було виявити рівень знань дітей про будову і значення очей для людини. Проводили індивідуальні і колективні бесіди, метою яких було розширення знань про орган зору. Учням подавалась інформація про те, що за допомогою очей ми розрізняємо колір предметів, їх форму, розмір, давалася установка на необхідність бережливого відношення до очей, тому що їх легко пошкодити. Використовувався прийом аналогії і порівняння з райдугою: багато кольорів має райдуга – райдужна оболонка ока надає забарвлення нашим очам, тому вони різного кольору.

Щоб виявити рівень усвідомлення учнями поданої інформації, вчитель проводив періодичне експрес-опитування:

1. Якого кольору бувають очі?
2. За допомогою чого ми бачимо?
3. Що захищає наші очі?
4. Чи потрібно робити гімнастику для очей?



5. Як можна зберегти очі?
6. Де знаходиться зіниця ока?
7. Згадати про око прислів'я тощо.

Для розширення уявлення про різноманітність форм, кольору очей учням були запропоновані ілюстрації, картини з зображенням людей різних рас, щоб вони змогли наочно впевнитися у різноманітності розрізу очей людей, що проживають в різних регіонах планети.

Щоб заволодіти увагою учнів, розвивати їх пам'ять, збагачувати словниковий запас вчителі використовують і вивчають з учнями загадки, прислів'я, вірши, на тему, яку вони опрацьовують.

Для закріплення набутих знань проводять досліді. Учні повинні виконати наступні завдання:

- пройти по покладеній на підлозі мотузці з розплющеними, а потім з заплющеними очима;
- роздивитися картину в темній кімнаті;
- сидіти з широко розплющеними очима, не моргачи очима;
- описати картинку, піднісши її до самих очей;
- попасти в ціль, закривши одне око.

Під час проведення дослідів учні переконуються, що завдяки здатності бачити, ми можемо орієнтуватися у просторі, координувати свої рухи. Для того, щоб гарно роздивитися предмет необхідне гарне освітлення і відстань від очей до предмета не повинна бути ні занадто близькою, ні занадто далекою. Людині зручніше дивитися, використовуючі обидва ока, а повіки служать для захисту очей.

Для закріплення знань з поданої теми можна провести *валеологічну гру* «Що змінилося?».

Хід гри. За сигналом учень закриває очі. У цей час ховають якийсь предмет або переставити речі. Він має сказати, що змінилося.

З метою переконання учнів у необхідності збереження очей, проведення профілактичних заходів, а також для з'ясування наслідків неухважного ставлення до очей, бажано провести екскурсію у магазин «Оптика» і бесіда з працівниками цього закладу, роз'яснити дітям причини погіршення зору, методи діагностики і лікування, медикаменти, окуляри, тренування очей.

Отримані знання закріплюються у сюжетно-рольових іграх «Лікарня», «Сім'я» під час яких, діти запам'ятовують слова офтальмолог, окуліст,



самостійно, виготовляють таблиці для перевірки гостроти зору. Для профілактики захворювання очей, під час проведення валеохвилинок, вчителі вивчали з учнями «Правила збереження зору», а також навчали їх робити гімнастику для очей. Ознайомлення з органом зору – очами, учні розуміють будову і функції очей, їх роль у повноцінному житті людини, необхідність збереження очей і профілактику їх захворюваності, вчать робити гімнастику для очей, з метою укріплення м'язів, за допомогою яких рухаються очі. Знайомляться з професією офтальмолога, запам'ятовують назву цієї спеціальності, мають уявлення про зміст роботи лікаря-офтальмолога. Проводять розвагу «Світ очима дітей».

Щоб ознайомити учнів з будовою та функцією *органу слуху* – *вухом* педагоги проводять спостереження у класі і природі. Учні пропонують роздивитися вуха однокласників і зробити висновок, що у дітей вуха менше, ніж у дорослих, що вуха можуть бути маленькі, великі, прилягати до голови але всі вони схожі за формою. Вчителі роз'яснюють, що зовнішня частина вуха називається вушна раковина, і для кращого запам'ятовування пропонують роздивитися морську черепашку, яка за формою нагадує вушну раковину, розглядають вуха собаки, кішки, хом'ячка, який живе у куточку природи, описують вуха слона, ведмедя, віслюка, коня, білочки, зайця.

Для закріплення знань про зовнішній вигляд вуха з дітьми проводять дидактичну гру «Де чий вуха». Вони отримують малюнки, на яких зображені люди і тварини, які не мали вух і школярі повинні були домалювати їм потрібні вуха, не забувши правильно розташувати їх на голові. Для розвитку логічного мислення вчитель не завжди видає повну інформацію, а спонукає дітей до співставлення фактів і визначення логічного зв'язку між причинами і наслідками. Так, учням пропонується самостійно визначити функції вуха і аргументувати свої висновки. Вони встановлюють, що приємніше слухати не гучну музику і не голосну розмову, а якщо говорити дуже тихо, то промовця буде погано чути, а шепіт важче розуміти, ніж голос. Для розвитку зв'язного мовлення і з метою виявлення повноти розуміння учнями поданої інформації, вчителі проводять з ними бесіди, під час яких задавають питання:

- Як називається орган слуху у тварин?
- Як називається зовнішня частина вуха?
- Як, на вашу думку, треба доглядати за вухами?
- Що треба робити, якщо у вухо потрапила комашка?



– Чому не можна слухати гучну музику?

Для покращення розуміння учнями поданої інформації, вчителі використовують фольклорні твори: загадки, вірші, прислів'я, оповідання про слух, вуха. Під час валеохвилинок вони отримують додаткову інформацію, навчилися робити масаж вух. Для тренування слуху учнів і розвитку їх здатності розпізнавати різні звуки, педагогами підбирають *дидактичні ігри* і вправи, що відповідають поставленій меті:

– «Впізнай за голосом». Учень, не дивлячись, впізнає за голосом однокласника, що покликав його або за допомогою запису відгадати голос якої тварини прозвучав.

– «Кого покликали». Вчитель кличе тихенько когось з учнів і він повинний вчасно зреагувати.

– «Впізнай за звуком». Педагог стукає паличкою по предметам, зробленим з різного матеріалу, а учні повинні відгадати, не дивлячись, з чого зроблений цей предмет.

– «Відгадай, що я роблю». Вчитель переливає воду з однієї склянки в іншу, розриває папір тощо. Учні, не дивлячись, відповідають.

Познайомившись з будовою і функціями органів слуху, учні самостійно роблять висновок, що у світі все живе має здатність слухати і чути. Вуха мають дуже складну будову для того, щоб не пошкодити внутрішнє вухо. Школярі запам'ятали, що вуха треба берегти, мити щоденно. Не можна у вуха вкладати ніяких предметів, особливо гострих, бо вони можуть поранити вухо, а це дуже небезпечно – може порушитися слух.

Для поглиблення знання учнів про *зуби, рот та органи травлення*. вчителі знайомлять школярів з будовою зубів, органів травлення, їх функціями, роллю у житті людини, переконують учнів у необхідності догляду за зубами і контролю за споживанням солодоців і режимом харчування. Для зацікавленості даною темою вчителі проводять разом з дітьми спостереження, під час яких розглядають зовнішню будову зубів, а також на макеті щелепи, взятої у кабінеті протезиста. Діти вказують на наявність у них молочних і постійних зубів, описують їх, акцентувавши увагу на відмінність в їх зовнішньому вигляді. Також педагоги повідомляють дітям про те, що зуби мають корні, які знаходяться в яснах. Школярі розглядають на картинках зовнішній вигляд зубів тварин і порівнюють їх з зубами людини, роздивляючи будову ротової порожнини, відмічають, що там знаходиться язик, зуби, ясна.



Щоб зрозуміти, наскільки усвідомили учні подану інформацію, вчителі проводять з ними бесіду за темою «Що ви скажете про зуби», під час якої задавали питання:

- Для чого людині зуби?
- Які бувають зуби?
- Навіщо чистити зуби?
- Чому у звірів різні зуби?
- Чи чистять звірі зуби?
- Чи є в зубів корні?
- Навіщо людині ясна?
- Як треба доглядати за зубами?
- Для чого треба їсти тварин?

Для заохочення учнів на вивчення теми і для підтримки у них гарного настрою, вчителі використовують у роботі загадки, вірші, прислів'я на тему, яку опрацьовують на даний момент. Після заняття для закріплення одержаної інформації вчителі проводять разом з учнями *дослід*, метою якого є зрозуміти роботу шлункового тракту, уявити, що відбувається у шлунку з їжею.

Обладнання: Скибки хліба, м'ясорубка, склянка води, посуд для демонстрацій.

У ході дослідження показано значення зубів і язика шляхом прокручування шматочків хліба через м'ясорубку і змочування їх водою. Це було пов'язано з аналогією роботи шлунку.

Під час проведення валеохвилинок діти вивчають правила догляду за зубами, вдосконалюють вміння чистити зуби, доглядати за порожниною рота.

У кінці даної теми готують і проводять свято «Учись бути здоровим», на якому школяри в ігровій формі демонструють будову зуба, як він кріпиться в яснах, чому корисно споживати сирі овочі і фрукти.

При розгляді теми «*Ніс, органи дихання*», вчителі проводять спостереження, під час якого знайомлять учнів з зовнішнім виглядом носа. Учні порівнюють носи своїх однокласників, роздивляються у дзеркало власні носи і роблять висновок, що дуже важко знайти однакові носи. Вчителі пропонують школярам роздивитися ілюстрації з зображенням людей різних рас, щоб вони могли побачити різницю у зовнішньому вигляді їх носів.

Учні малюють обличчя людей, що належать до різних рас, а потім грають у дидактичну гру «Кому належить цей ніс». На одних картинках зображено



голови птахів і тварин, на інших – різноманітні носи. Ігрове завдання: підібрати відповідний ніс до голови і пояснити, чому тій чи іншій тварині або птахові підходить саме такий ніс. Педагоги пропонують учням самостійно визначити функції носа, поставивши перед ними проблемне завдання: «Навіщо людині ніс?». Щоб виконати це завдання, проводять *досліди*:

- Учні закривають рукою ніс і сидять хто скільки витримає.
- Учням зав'язують очі, а вчитель ароматизовані стрічки роздає учням.

Вони, не дивлячись, називають чим пахне стрічка.

– Школярі вдихнули повітря через ніс, а потім видихнули його на долоню. Вони відчули, що долоня стала теплою. Таким чином, з'ясували, що ніс виконує терморегулювальну функцію.

– Вчитель бере в одну руку щітку, а с другої долоні дмухає на неї борошно. На ворсинках щітки залишилось це борошно. За допомогою цього досліду діти уяснили собі, що на волосинках носа залишається пил та бактерії і визначили захисну, очищувальну функцію носа.

Після того, як учні визначили функції носа, вчителі познайомили їх з будовою дихальної системи. З призначенням легенів ознайомились також у ході *досліду*. Для цього взяли губку і посудину з водою. Стиснуту губку занурювали у воду і відпускали. Губка вмить набирала воду – цей процес аналогічний вдоху. Потім воду відтиснули. Це – видих.

Щоб закріпити надані учням знання, вчителька проводить бесіди, під час яких діти відповідають на поставлені запитання:

- Навіщо людині ніс?
- Які функції носа ви знаєте?
- Для чого потрібні волосинки в носі?
- Назвіть будову дихальної системи.
- Де розташовані легені?
- Чи знаєте ви, де знаходяться бронхи?

Для поглиблення знань про ніс і органи дихання, педагоги використовують загадки, прислів'я, вірші.

Після уроків школярі грають у *рухливі ігри*:

– «Утримай сніжинку». Діти повинні рухатися від риски до риски, утримуючи у повітрі паперову сніжинку, постійно дмухаючи на неї.

– «Прокоти кульку». Зміст подібний, але кульку треба котити по підлозі також постійно піддмухуючи її.



Для закріплення знань дітей використовують валеохвилинки, подаючи у них інформацію, згідно темі, що опрацьовується.

Для того, щоб ознайомити учнів з *будовою і функціями шкіри*, зрозуміти, яка у людини шкіра, проводять спостереження, за допомогою збільшувального скла роздивляють шкіру, яка має непростий вигляд. У ній є маленькі дірочки – пори, волосинки і дуже багато тоненьких рисочок. Вчитель пояснює, що малюнок з рисочок на пальцях людини індивідуальний, ніколи не повторюється у різних людей. Щоб впевнитись у цьому, учням пропонується провести дослід.

Обладнання: чорна фарба, поролон, аркуш паперу.

Хід: Учні прикладали палець до пропитаного фарбою поролону і робили відтиски на білому аркуші. Потім вони порівнювали свої відтиски з іншими і робили висновок, що, дійсно, жодного разу не був повторений малюнок. Також роздивлялися шкіру власну і бабусину і визначали, що у дитини шкіра пружна, гладенька, біла, а у старої людини – зморшкувата. Вчитель дає поняття дітям, що шкіра може бути різного кольору. Щоб краще засвоїти цю інформацію, учні роздивляються ілюстрації з зображенням людей з різним кольором шкіри: білою, чорною, червонуватою, жовтуватою.

Під час спостережень і бесід про шкіру, педагоги використовують вірші, загадки, прислів'я.

Для закріплення проводять валеологічні ігри та вправи:

– «Впізнай на дотик». Учні з зав'язаними очима повинні впізнати на дотик предмети різної структури.

– «Можна – не можна». Учні пропонують розглядати картинки, на яких зображені різні дії дітей. Одні дії загрожують пошкодженню шкіри, інші – ні. Учні повинні їх класифікувати.

Для закріплення знань, вчителі проводять бесіди, мета яких встановити рівень знань учнів з даної теми. Під час бесід учні відповідають на різноманітні питання:

1. Що було б, якби у нас не було шкіри?
2. Яка шкіра у людей різного віку?
3. Якого кольору буває шкіра у людей?
4. Як змінюється колір вашої шкіри у різні пори року?
5. Чи можна впізнати предмет, торкаючись його пальцями, не дивлячись?
6. Чи може шкіра відчувати зміни у погоді?
7. Які причини захворювання шкіри?



8. Як надавати першу допомогу при ушкодженнях шкіри?

Для закріплення знань, вчителі періодично проводять валеохвилинки, під час яких учнів спонукають висловлювати свої думки, робити висновки з приводу почутого і побаченого.

Після завершення циклу бесід і занять на тему ознайомлення зі шкірою, як підсумок провести розвагу «Чистота – запорука здоров'я», в якій учні беруть безпосередню участь.

Щоб розширити уявлення учнів про орган тіла – руки, діти, як завжди, починають зі спостереження. Перш за все, вони порівнюють руки власні і руки дорослих і приходять до висновку, що дитячі руки менші за розміром, більш пухкі і ніжні. Учні роздивляються зовнішню будову рук, відмічають, що у них є долоня, пальці, і всі пальці мають різний розмір. Під час спостережень, вчителі вивчають з ними вірші про пальці, загадують загадки про руки, знайомлять з прислів'ями і приказками, проводять з дітьми бесіду про те, що на кожному пальці є такі місця, як крапочки, які можуть допомогти бути здоровим. Але для цього їх треба вміло масажувати. Вони навчають школярів точкового пальчикового масажу. Також спостерігають за тим, як використовують лапи тварини, і розуміють, що функції лап тварин багато в чому співпадають з функціями рук людей.

Учні з зацікавленістю розглядають ілюстрації, з зображенням будови рук людини і верхніх кінцівок мавпи, а також дій, які виконують люди і мавпи за допомогою верхніх кінцівок, і приходять до висновку, що вони дуже схожі за будовою і функціями.

Вчителі дають учням поняття про те, що розвиваючи дрібні м'язи рук, вони тренують мозок. Якщо дитина вміє ліпити, малювати, викладати мозаїку, вирізувати ножицями, то вона швидше навчиться писати і краще буде вирішувати логічні завдання, ніж литина, яка не володіє переліченими вміннями.

Для того, щоб довести дітям необхідність мити руки з милом, вчителі проводять дослід.

Обладнання: дві миски з теплою водою, мило, два рушника.

Хід досліду: перший учень, що бере участь у досліді миє брудні руки в одній мисці без мила і витирає їх рушником. Діти бачать, що вода в мисці не дуже забруднилася, а на рушнику з'явилися чорні смуги. Друга дитина ми

брудні руки з милом в іншій мисці і також витирає їх рушником. Учні



відмічають, що вода в другій мисці стала набагато бруднішою, але рушник залишився чистим.

Вчителі проводять валеохвилинки, щоб закріпити в учнів знання про руки та правила догляду за ними.

Також вчителі проводять з дітьми бесіду, під час якої задають дітям запитання:

- Для чого руки потрібні?
- Поясніть назви кожного пальця та ін.

Розглядаючи тему «Скелет і м'язи», учні проводять спостереження за власним тілом і розповідають, що під м'якою і пружною шкірою знаходяться тверді кістки і кінцівки можуть згинатися тільки в окремих місцях, які називаються суглобами. Учні спостерігають за тваринами, птахами, торкалися їхнього тіла і роблять висновки, що під шкірою тварин і птахів також знаходяться тверді кістки.

Для кращого розуміння будови тіла людини пропонується учням розглянути макет скелета людини, а також ілюстрації, на яких зображено будову скелета. Вчитель пояснює, що тіло людини складається з більш ніж двохсот кісток і називає основні з них: череп, хребет, ребра, тазові кістки, верхні кінцівки, нижні кінцівки.

Для того, щоб уточнити наскільки діти засвоїли тему вчителі проводять підсумкову бесіду, під час якої задають вихованцям наступні запитання:

- Що таке скелет?
- Що є опорою організму?
- З чого складається хребет?
- Які основні кості скелету ви знаєте?
- Як зберегти красиву поставу?
- Як запобігти плоскостопості?

Щоб навчити дітей визначати наявність чи відсутності плоскостопості, з ними проводять дослід:

Обладнання: поролон, змочений жовтою фарбою, аркуш білого паперу, вогка ганчірка.

Хід: Учні спочатку наступають на пофарбований поролон, потім роблять відтиск на білому папері і порівнювали відбиток своєї стопи з малюнком, на якому були зображені відбитки здорової і плоскостопної ноги, визначаючи стан власної стопи. А також вчителі проводять бесіди з техніки безпеки,



розповідаючи про травми, які можна отримати, неакуратно поводячись на прогулянці і в класі, стрибаючи з обладнання.

З учнями опрацьовують тему: «Серце і кровоносна система».

Спочатку учням пропонують знайти, де розташоване серце в них і в товаришів, послухати, як воно б'ється, потім діти знаходять місця на руці і на шиї, де найкраще відчувається пульсування жилки – пульс. Вчителі розповідають, що таке пульс, і як його рахувати. Також учні уважно роздивляються власне тіло і помічають, що воно все пронизано синіми жилочками різної товщини, і деякі діти згадали, що саме з цих жилочок на згині ліктя в лікарні в них брали аналіз крові. І, коли вони травмують шкіру, з ранок виділяється кров. Тобто вони самі здогадуються, що в синіх жилах тече червона кров.

Потім розглядають ілюстрації, на яких було зображено серце і кровоносна система. Учні спостерігають, що серце схоже на мішечок, а все тіло обплетено сіткою кровоносних судин. Вчителі пояснюють, що головна судина називається аортою, є також артерії і вени. Учні вивчають загадки і прислів'я про серце і кров.

Щоб закріпити надані знання вчителі проводять бесіди, під час яких учні відповідали на запитання:

- Роль серця в організмі людини.
- Назвіть складові серця.
- Як називаються судини, по яким тече кров, збагачена киснем?
- Яка кров тече по венам?
- Як рахувати пульс?
- Від чого виникають синці?
- Як треба обробляти рану?

Під час вивчення даної теми вчителі періодично проводять валеохвилинки, на яких розповідають про склад крові, знайомили їх з поняттям кров'яний тиск. Для розширення кругозору дітей вчителі розповідають їм про донорів, про ситуації, коли необхідно зробити переливання крові, про групи крові, які визначають у кожної людини. Також вони організовують екскурсію на станцію переливання крові, де діти спілкуються з лікарями.

Для тренування серця і організму в цілому вчителі зацікавлюють учнів *рухливими іграми*:

– «Іменинний пиріг» – гра з ходьбою, бігом, рівновагою;



- «Мисливці та звірі» – гра з киданням та ловінням предметів;
- «Діти і вовк» – гра з повзанням і лазанням;
- «Горобчики» – гра зі стрибками;
- «Знайди і промовчи», «Піжмурки» – ігри на орієнтування у просторі.

Для того, щоб діти не розгубились, якщо травмують шкіру, їх навчають практично надавати першу допомогу при ушкодженні шкіри.

Завершуючи вивчення теми вчитель пропонує учням взяти участь у розвазі «Мандрівка у країну Валеологію».

Отже, учні:

- набувають знання і уявлення про зовнішній вигляд людини, про наявність, назви і функції зовнішніх органів;
- розуміють взаємозв'язок між органами і системами організму;
- вчаться свідомо виконувати гігієнічні процедури;
- вивчають правила догляду за органами тіла;
- здатні засвоїти наукову інформацію, адаптовану до дитячого сприйняття;
- формують уявлень про закономірності росту і розвитку організму в цілому;
- звертають увагу на факторах, корисних для здоров'я.

Більш успішному засвоєнню учнями валеологічних знань сприяє використання різноманітних форм і методів роботи: заняття, екскурсії, дидактичні та сюжетно-рольові ігри, валеохвилинки, спостереження, розгляд картин та ілюстрацій, розповіді, бісиди, використання у ході навчання народних джерел, а також додаткових приладів під час проведення дослідів.

Сформовані у дітей валеологічні знання є регулятором їх поведінки у повсякденному житті. Наявність таких уявлень допомагає учням передбачати наслідки своїх дій, спонукає контролювати поведінку для уникнення негативних наслідків. Це сприяє засвоєнню дітьми валеологічно доцільних норм поведінки як особливо значущих.

Учням після закінчення вивчення тем з валеологічного виховання запропонували взяти участь у *бесіді* «Чи знаєте ви свій організм?». Кожне питання оцінювалося за трьохбальною системою.

1. Які органи ви знаєте?
2. Які системи організму ви можете назвати?
3. Яку будову мають вуха?



4. Яких правил треба дотримуватися, щоб мати гарний слух?
5. Які функції виконують очі?
6. Яку будову має око, його захисні органи?
7. Що ти можеш розповісти про зуби?
8. Які органи беруть участь в процесі травлення?
9. Розкажіть про будову і функції носа.
10. Які органи беруть участь в процесі дихання?
11. Назвіть функції шкіри. Розкажіть про кожну з них.
12. Які властивості шкіри?
13. Скільки органів чуття є в людини?
14. Яке значення для людини має скелет?
15. Навіщо людині руки?
16. Назвіть основні кістки скелета.
17. Яку роботу виконує серце?
18. Назвіть органи кровообігу.
19. Як обробляти синці та рани?
20. Розкажіть правила догляду за зубами .

Для визначення реального рівня підготовленості вчителів початкової школи до валеологічної роботи згідно вимогам сьогодення до валеологічної освіти проводять *семінар*. Для того, щоб чітко уявити собі картину зміни рівня знань педагогів, їм запропонували відповісти на запитання, подібні до запитань:

1. Як часто Ви фіксуєте в планах освітньої роботи завдання з валеологічного виховання?
2. Як Ви навчаєте учнів дотримуватися правил особистої гігієни?
3. Яку дослідницько-пошукову роботу з валеологічного виховання Ви проводите?
4. Чи контролюєте Ви правильність постави дітей, коли вони сидять за столами?
5. Які дидактичні вправи та ігри з валеології Ви знаєте?
6. Назвіть декілька тем валеохвилинок.
7. Як Ви гадаєте, який рівень знань з валеології у школярів.
8. Чи вчите Ви дітей робити точковий масаж?
9. Які форми роботи з батьками з валеології Ви використовуєте?
10. Чи знайомі Ваші діти з призначенням органів тіла людини?
11. Чи проводите Ви з дітьми бесіди з профілактики порушень гостроти



зору і слуху?

12. Назвіть теми розваг з валеології.

13. Як часто з дітьми спілкується лікар з питань валеології?

14. Які авторські програми з валеології Ви використовуєте в роботі?

15. Як Ви виховуєте в дітей дбайливе ставлення до свого здоров'я?

16. Якою літературою Ви користуєтесь під час підготовки бесід з валеології?

Для підтвердження висновків, використовують метод *анкетування* серед вчителів початкової школи . Питання можуть бути іншими, ніж в бесіді, для оцінки, чи змінився стан валеологічного виховання після проведення поглибленої роботи в цьому напрямку.

У планах роботи вчителів початкових класів розписують види діяльності валеологічної направленості:

- спостереження;
- бесіди
- розгляд картин, ілюстрацій;
- уроки;
- загадки, приказки, які будуть використані під час занять з дітьми;
- досліди;
- валеохвилинки;
- валеологічні ігри, вправи;
- рухливі ігри валеологічної направленості;
- сюжетно-рольові ігри;
- екскурсії;
- теми валеологічних свят.

Поспілкувавшись з вчителями, проаналізувавши їх відповіді на запропоновані нами запитання під час бесіди, анкетування, уважно прочитавши їх плани навчально-виховної роботи, ми змогли констатувати, що підхід вчителів до валеологічної освіти став більш науковим, змістовнішим, цілеспрямованішим, що одразу ж відзначилося на рівні знань дітей.

Для того, щоб зрозуміти, чи змінилося відношення батьків після поглибленої підготовки до валеологічної освіти і доцільності валеологічного виховання, батькам були запропоновані наступні запитання:

1. Чи цікавитеся Ви, тим що вивчає Ваша дитина ?

2. Чи розповідаєте Ви дітям, як треба берегти здоров'я?



3. Чи навчаєте Ви дітей на особистому прикладі чистити зуби?
4. Чи нагадуєте Ви дитині, щоб вона доглядала за порожниною рота?
5. Чи навчаєте Ви дитину правилам догляду за очима і вухами?
6. Чи контролюєте Ви правильність постави дитини коли вона сидить за столом?
7. Чи навчаєте Ви свою дитину прийомам самомасажу?
8. Чи дотримуетесь Ви режиму дня для дитини?
9. Чи ви навчаєте дитину правилам обробки ран і синців?
10. Чи ваша дитина без нагадувань додержується правил особистої гігієни?
11. Чи ви розповідаєте дитині про функції органів тіла людини?
12. Чи ви проводите з дитиною спеціальні бесіди з валеології?
13. Чи використовуєте Ви художнє слово під час виконання дитиною гігієнічних процедур?
14. Чи ви цікавитесь рівнем знань дитини з питань будови і функцій її організму?
15. Чи часто Ви звертаєтесь за консультацією з питань валеології до вчителя, лікаря?
16. Чи звертаєтесь Ви до літератури, щоб знайти інформацію з валеологічного виховання?
17. Чи подобаються Вам ті форми роботи, що проводяться з дітьми з валеологічного виховання ?
18. Чи намагаєтесь Ви позбавитись від шкідливих звичок?
19. Чи ви віддаєте перевагу при лікуванні дитини народним методам?
20. Чи часто хворіє Ваша дитина?

У зв'язку з наявністю ґрунтовних знань з валеології, а тому і внутрішньої мотивації дій, у дітей спостерігається тенденція до вироблення звичок самостійного виконання гігієнічних процедур.

Ми впевнені, що надання школярам валеологічних знань шляхом цілеспрямованого навчання, сприяє розвитку їх позитивного відношення до здорового способу життя, розвиває їх пізнавальний інтерес, бажання передавати свої знання молодшим братам та сестрам, батькам, одноліткам, свідомо піклуватися про оточуючих.

Немає такої частини педагогічного процесу, в який не можна було б включити валеологічний зміст Ми вважаємо, що про фізичне, психічне, соціальне, духовне здоров'я слід дбати з молодшого шкільного віку.



Забезпечення дітей необхідним обсягом знань про функції органів і систем організму, збереження і зміцнення здоров'я, формування позитивного відношення до здорового способу життя у дітей – це один із найактуальніших, найперспективніших напрямів роботи початкової школи.

Вчителям необхідно дбати про набуття учнями власного досвіду (чуттєвого, розумового, дієвого). Важливо, щоб це був переважно позитивний досвід як життя батьків, так і спілкування, щоб діти навчились і вміли жити в злагоді з собою і світом. Під час валеологічного виховання педагогам слід використовувати надбання народної педагогіки, народної медицини, надавати знання про традиції, звичаї народу.

Ми впевнені, що розуміння учнями знань про власне тіло, догляд за ним, впливає на усвідомлення ними умов, необхідних для нормального життя людини і, внаслідок цього, на свідомий вияв турботи про своє життя. Це дає нам підставу зробити висновки про необхідність надання дітям, а також батькам і вчителям, валеологічних знань шляхом цілеспрямованого навчання.

Під час спілкування з дітьми, вчителі намагаються не завищувати обсяг знань, користуватися в роботі простими, доступними розумінню дітей, наочними посібниками, забезпечувати валеологічну спрямованість кожної частки валеологічного процесу, ігрової, трудової, побутової діяльності. В ході експериментально-пошукової діяльності вони накопили певний практичний досвід, який допоможе їм в подальшій роботі.

Після детального знайомства з напрямками валеологічного виховання і обсягом знань, що планується для надання учням, більшість батьків зацікавилися програмою валеологічної освіти дітей. Вони виявили готовність співпрацювати з педагогами в процесі навчання дітей валеології.

У багатьох батьків виникло бажання підвищити власний рівень знань з питань валеології. Вони зверталися до методичної літератури, приходили на консультації, лекторії, бесіди, брали участь в обговорюванні запропонованих вчителями, лікарем, психологом питань.

При цілеспрямованому навчанні діти здатні засвоїти наукову інформацію, адаптовану до дитячого сприйняття. Більш успішному засвоєнню учнями знань сприяє використання різноманітних форм і методів роботи: уроки, екскурсії, дидактичні та сюжетно-рольові ігри, валеохвилинки, спостереження, розгляд картин та ілюстрацій, розповіді, бісиди, використання в ході навчання народних джерел, а також додаткових приладів під час проведення дослідів.



Ми впевнені, що набуті учнями знання про функції і життєдіяльність окремих органів сприяють формуванню уявлень про закономірності росту і розвитку організму в цілому. Наявність уявлень про стан здоров'я і стан хвороби організму, його залежності від способу життя людини, допомагає дітям усвідомити необхідність прагнення до здорового способу життя. Сформовані у дітей початкові валеологічні знання є регулятором їх поведінки в повсякденному житті. Вони допомагають передбачати наслідки своїх дій, спонукають контролювати поведінку для уникнення негативних наслідків. Це сприяє засвоєнню дітьми валеологічно доцільних норм поведінки .

Вчителі намагаються, щоб кожне повідомлення валеологічного змісту було відкриттям для дитини, кликало до самоаналізу, дальшого розвитку. В своїй роботі вони досягають позитивного результату, розвиваючи в учнів чітке і постійне бажання бути здоровими, спритними, гнучкими, бадьорими і веселими. Вони вчилися аналізувати кожне явище, дію з точки зору корисності чи шкідливості.

У роботі з формування, зміцнення і збереження здоров'я вчителі ставили за мету забезпечити характерний для валеології принцип превентивності, який полягає в тому, що знання, які можуть знадобитися людині в конкретний момент її життя суб'єкт навчання одержує упереджено.



SCHLUSSFOLGERUNGEN / CONCLUSIONS

Доведено актуальність цілеспрямованого формування валеологічної культури майбутнього вчителя як гуманітарно-освітньої стратегії переходу суспільства до сталого розвитку та основи ціннісного ставлення до індивідуального й популяційного здоров'я та навколишнього середовища, розуміння їхньої взаємозалежності та взаємозумовленості.

Розкрито методолого-теоретичні засади формування валеологічної культури, які ґрунтуються на системному, культурологічному, інтегрованому, компетентнісному, гуманістичному, аксіологічному та особистісно-діяльнісному підходах, що дозволило визначити валеологічну культуру майбутнього вчителя як цілісне інтегроване особистісно-психологічне утворення, складний конгломерат валеологічних ціннісних орієнтацій, знань, умінь і якостей, які набули особистісного змісту в структурі його педагогічної свідомості та стали спонукальними мотивами професійної валеологічної діяльності.

Доведено, що валеологічна культура - це інтегрована єдність мотиваційно-ціннісного, когнітивного, процесуально-діяльнісного та рефлексивно-оцінного структурних компонентів, динаміка розвитку яких залежить від цілеспрямованості й інтенсивності педагогічного впливу на кожний з них у процесі формування, створення відповідного психоемоційного фону, врахування індивідуальних особливостей і особистісних потреб, інтересів, прагнень та життєво-освітнього досвіду майбутніх учителів. Взаємозв'язок структурних компонентів і функцій валеологічної культури відображають різноманітні внутрішні та зовнішні зв'язки досліджуваного феномена як інтегрованого утворення.

Виділено основні функції культури: гуманістично-аксіологічну, навчально-виховну, продуктивно-процесуальну, діагностично-корекційну. Кожна функція відбиває різноманітність вирішення майбутнім учителем методологічних, інноваційних, дослідницьких, дидактичних та інших педагогічних завдань.

Розроблено й науково обґрунтовано модель науково-методичної системи забезпечення формування валеологічної культури майбутнього вчителя, яка становить цілеспрямований керований навчально-виховний процес, що забезпечує розвиток позитивних настанов, ціннісних орієнтацій, професійно-особистісних якостей, сприяє усвідомленому вибору мотивів та цілей



поведінки, розвитку валеологічних знань, умінь і навичок, здатності до самовдосконалення, професійно-творчої самореалізації, спрямована на обґрунтування концептуальних засад формування валеологічної культури майбутнього вчителя в умовах його професійно-педагогічної підготовки. Завдання розробки моделі передбачають цілісний процес формування структурних компонентів валеологічної культури.

Обґрунтовано спеціальні принципи, що відбивають специфіку формування валеологічної культури: міждисциплінарності, інтеграції екологічного й валеологічного знання; урахування глобальних, національних і регіональних аспектів валеологічних проблем; єдності та гармонійного співіснування людини з природою.

Визначено умови, що впливають на ефективність процесу формування валеологічної культури майбутнього вчителя: опора на життєвий і освітній досвід студента та набуття нового досвіду у процесі практичної діяльності, створення сприятливого освітнього середовища, стимулювання студента до самоосвіти. Дотримання цих взаємопов'язаних умов сприяє формуванню оптимального освітнього середовища, яке забезпечує розвиток особистісних мотивів навчання студента, наближення його навчально-пізнавальної діяльності до характеру майбутньої діяльності, перехід студента на більш високий рівень здійснення валеологічної діяльності.

Модель включає комплекс засобів формування валеологічної культури, який передбачає внесення проектування змісту професійно-педагогічної підготовки студентів з урахуванням валеологічного складника, використання активних форм і методів аудиторної та позааудиторної навчально-пізнавальної діяльності студентів.

Уточнено критерії сформованості валеологічної культури майбутнього вчителя, які виявляються у низці показників. Сукупність виявлених критеріїв дозволяє оцінити характер ставлення до еколого-валеологічних проблем, сформованість інтересу до оволодіння валеологічною культурою, розвиток професійно-особистісних якостей; повноту й характер засвоєних валеологічних знань; сформованість валеологічних умінь і навичок; розвиток здатності до рефлексії власної поведінки. Диференційовано рівні сформованості (продуктивний, достатній та елементарний) валеологічної культури майбутнього вчителя, які дають узагальнену характеристику валеологічних знань, мотивів і поведінки особистості.



Розроблено технологію формування валеологічної культури, яка передбачає організацію процесу формування валеологічної культури майбутнього вчителя на засадах гуманізації, співробітництва та співтворчості, індивідуалізації і диференціації, професійної спрямованості, самовдосконалення й саморозвитку, нерозривного взаємозв'язку з формуванням загальної та професійно-педагогічної культури майбутнього вчителя.

Технологія формування валеологічної культури передбачала такі етапи: підготовчий, що спрямований на внесення змін до змісту програм навчальних дисциплін, підготовку відповідного навчально-методичного супроводу; стимулювально-пізнавальний, який орієнтований на забезпечення пізнавального інтересу, мотивації до оволодіння валеологічною культурою, усвідомлення її значущості для майбутньої професійної діяльності; змістово-практичний, у процесі якого відбувалося розширення спектра валеологічних знань, формування комплексних валеологічних умінь і професійно-особистісних якостей та аналітико-результативний, який передбачав аналіз та оцінку отриманих результатів із метою їх корегування.

Охарактеризовано конкретні зміни, що відбулися в різних експериментальних групах, а саме:

Ефективність процесу формування валеологічної культури можна суттєво підвищити за умови теоретико-методологічного обґрунтування її сутності, структури та розробки моделі науково-методичної системи забезпечення її формування в процесі професійно-педагогічної підготовки майбутнього вчителя. Виявлено позитивний вплив розробленого науково-методичного забезпечення на якість професійно-педагогічної підготовки й активізацію процесів особистісно-професійного становлення майбутнього вчителя.



Verweise / References

1. Барановський В.А. Екологічна географія і екологічна картографія / Барановський В.А. – К.: Фітосоціоцентр, 2001. – 252 с.
2. Бардов В.Г. Загальна гігієна і екологія людини / В. Г. Бардов, І.В. Сергета. – Вінниця: Нова книга, 2002. – 223 с.
3. Безпека життєдіяльності, цивільна оборона та охорона праці: інтегральна навчальна програма. – К.: Освіта України, 2006. – 15 с.
4. Біда О.А. Підготовка майбутніх учителів до здійснення природознавчої освіти у початковій школі: теоретико-методичні засади: [монографія] / Біда О. А. – К.: Науковий світ, 2002. – 322 с.
5. Білик Л.І. Екологічна відповідальність студентів: Теоретико-методичні аспекти: [монографія] / Білик Л.І. – Черкаси: Вертикаль, 2005. – 340 с.
6. Білявський Г. О. Основи екології: [підруч. для студ. вищ. навч. закл.] / Білявський Г.О., Фурдуй Р. ., Костіков І. – К.: Либідь, 2004. – 407 с.
7. Бойченко Т.Є. Структура змісту інтегративного курсу // Валеологія – наука про здоровий спосіб життя: Інформ.-метод. зб. Вип. 1. К., 1996. С. 19-20.
8. Бойчук Ю.Д. Еколого-валеологічна культура майбутнього вчителя: теоретико-методичні основи формування: [монографія] / Ю.Д. Бойчук – Суми: ВТД “Університетська книга”, 2008. – 357 с.
9. Бобрицька В.І. Формування здорового способу життя у майбутнього вчителя: [монографія] / Бобрицька В. І. – Полтава: Скайтек, 2006. – 431 с.
10. Васянович Г.П. Вибрані твори у 7 т. / Г.П. Васянович – Т.3: Педагогічна етика: навчальний посібник Львів: Норма, 2015. – 420 с.
11. Вернадский В. И. Биосфера / Вернадский В. И. – М.: Ноосфера, 2001. – 244 с.
12. Галузінська М.І. Теорія і практика підготовки майбутніх учителів до впровадження креативних технологій навчання: монографія / М.І. Галузінська. – Умань: ВПЦ «Візаві», 2020. – 185 с.
13. Гончаренко М.С. Екологія людини: [навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл.] / Гончаренко М.С., Бойчук Ю.Д.; за ред. Н.В. Кочубей. – [2-ге вид., випр. і допов.] – Суми: ВТД “Університетська книга”, 2008. – 391 с.
14. Гончаренко М. С. Еколого-валеологічна культура майбутнього вчителя як актуальна проблема вищої педагогічної освіти / М. С. Гончаренко, Ю. Д. Бойчук // Здорове довкілля – здорова нація: III Всеукр. наук.-практ. конф., 25–27 травня 2006 р.: тези доп. та матер. конф. – Бердянськ: БДПУ, 2006. – С. 29–36.



15. Гончаренко М. С. Програми для підготовки спеціалістів з валеології / Гончаренко М. С., Карачинська Е. Т., Рожкова Л. І.; заред. М. С. Гончаренко. – Х.: вид-во ХНУ, 2001. – 110 с.
16. Горащук В.П. Теоретичні та методичні засади формування культури здоров'я школярів: дис.... доктора пед. наук: 13.00.01 / Горащук Валерій Павлович. – Х., 2004. – 414 с.
17. Гриньова В.М. Формування педагогічної культури майбутнього вчителя (теоретичний та методичний аспекти): дис.... доктора пед. наук : 13.00.04 / Гриньова Валентина Миколаївна. – К., 2000. – 416 с.
18. Капська А.Й. Сім'я і ЗСЖ // Психолог. 2002. № 21-24. С. 33–38.
19. Крамська. З.М. Педагогічна майстерність викладача вищої школи. Навчально-методичний посібник для студентів вищих педагогічних закладів освіти / З. М. Крамська. М.І. Галузінська, – Умань: ВПЦ «Візаві». 2020. – с.238.
20. Монографія INNOVATIVE ANSATZE ZUR PERSONLICHEN ENTWICKLUNG UND VERBESSERUNG DER GESUNDHEIT April, 2021 Karlsruhe, Germany Haluzinska M.I. (Conclusion; Glossary)
21. Пащенко Д.І. Генезис гуманістичних ідей у педагогіці К.: Наук. світ, 2001. – 278 с.
22. Підготовка майбутніх вчителів до впровадження креативних технологій навчання. Частина 1: монографія / [авт.кол.: Галузінська М. І., Браславська О.В., Красноштан І.В. та ін.]. – Умань:, 2021. – с.197.

REFERENCE LIST

1. Baranovskyi V.A. Ecological geography and ecological cartography / Baranovskyi V.A. - К.: Phitosociocentre, 2001. - 252 с.
2. Bardov V.H. General hygiene and human ecology / V. H. Bardov, I.V. Serheta. - Vinnytsia: New book, 2002. - 223 p.
3. Life safety, civil defense and labour protection: an integrated curriculum. - Kyiv: Education of Ukraine, 2006. - 15 p.
4. Bida O.A. Preparation of future teachers for the implementation of natural science education in primary school: theoretical and methodological principles: [monograph] / Bida O.A. - К.: Scientific World, 2002. - 322 p.
5. Bilyk L.I. Ecological responsibility of students: Theoretical and methodological aspects: [monograph] / Bilyk L.I. - Cherkasy: Vertical, 2005. - 340 p.



6. Biliavskiy H.O. Fundamentals of ecology -: [textbook for students of higher education establ.] / Biliavskiy H.O, Furdui R., Kostikov I. - K .: Lybid, 2004. - 407 p.
7. Boichenko T.E. Structure of the content of the integrative course // Valeology is the science of a healthy lifestyle: Inform.-metod. collect. Edition.1. K., 1996. S.19-20.
8. Boichuk Yu.D. Ecological and valeological culture of the future teacher: theoretical and methodological bases of formation: [monograph] / Yu. D. Boichuk - Sumy: LTD "University Book", 2008. - 357 p.
9. Bobrytska V.I. The formation of a healthy lifestyle of the future teacher: [monograph] / Bobrytska V.I. - Poltava: Skytech, 2006. - 431 p.
10. Vasianovych H.P. Selected works in 7 volumes / H. Vasianovych - Vol. 3: Pedagogical ethics: textbook .- Lviv: Norma, 2015. – 420 p.
11. Vernadskyi V. I. Biosphere / Vernadskyi V.I. - M .: Noosphere, 2001. - 244 p.
12. Halusinska M.I. Theory and practice of training future teachers to implement creative learning technologies: monograph / M.I. Halusinska. - Uman: "Vizavi " LTD, 2020. - 185 p.
13. Honcharenko M.S. Human ecology: [textbook for students of higher education establ.] / Honcharenko M.S., Boichuk Yu.D .; edited by N. V. Kochubei.– [2nd ed., ed. and add.]. - Sumy: "University Book" LTD, 2008. - 391 p.
14. Honcharenko M.S. Ecological and valeological culture of the future teacher as an urgent problem of higher pedagogical education / M.S. Honcharenko, Yu. D. Boichuk // Healthy environment is a healthy nation: III All-Ukrainian. Scientific and practical conference, May 25-27, 2006: theses and conf. mater. - Berdiansk: BSPU, 2006. - P. 29–36.
15. Honcharenko M.S. Programs for the training of specialists in valeology / Honcharenko M.S., Karachynska E.T., Rozhkova L.I.; M.S. Honcharenko. - Kh .: Kh.NU Publishing House, 2001. - 110 p.
16. Horashchuk V.P. Theoretical and methodological bases of schoolchildren's health care culture formation: dissertation...of the Doctor of Ped. Sciences: 13.00.01 / Horashchuk Valerii Pavlovych. - H., 2004. - 414 p.
17. Hryniova V.M. Formation of pedagogical culture of the future teacher (theoretical and methodological aspects): dissertation...of the Doctor of Ped. Sciences: 13.00.04 / Hryniova Valentyna Mykolaiivna. - K., 2000. - 416 p.
18. Kapska A.Y. Family and healthy way of life // Psychologist. 2002. № 21-24. Pp. 33–38.



19. Kramaska Z.M. Pedagogical skills of a higher education teacher. Educational and methodological manual for students of higher education pedagogical institutions / Z.M. Kramaska, M.I. Halusinska, - Uman: "Vizavi" LTD.- 2020. - p. 238.
20. Monograph. Innovative approaches to personal development and health improvement. / Halusinska M.I. (Conclusions. Glossary). - Karlsruhe, Germany. - April, 2021.
21. Pashchenko D.I. Genesis of humanistic ideas in pedagogy. - K .: Scientific world, 2001. - 278 p.
22. Preparation of future teachers for the introduction of creative learning technologies. Part 1: monograph / [authors: Halusinska M.I., Braslavskaya O.V., Krasnoshtan I.V., etc.]. - Uman, 2021. - p. 97.



SCIENTIFIC EDITION

MONOGRAPH
WISSENSCHAFT FÜR DEN MODERNEN MENSCHEN
DIE BILDUNG DER VALEOLOGISCHEN KULTUR DES ZUKÜNFTIGEN LEHRERS IM
ARBEITSSYSTEM DER HÖHEREN UND VORHOCHSCHULISCHEN
BILDUNGSEINRICHTUNGEN

SCIENCE FOR MODERN MAN
THE FORMATION OF THE FUTURE TEACHER'S VALEOLOGICAL CULTURE IN THE
SYSTEM OF WORK OF THE HIGHER AND PRE-HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS
MONOGRAPHIC SERIES «EUROPEAN SCIENCE»
BOOK 8. PART I

Authors:

O. V. Braslavskaya, M. I. Halusinska, Z. M. Kramskaya, S. A. Karasievych., L.S. Malysheva,
N. A. Piasetska, H.V. Feshshenko, O.V. Chepka, S. V. Shtanhei, V.V. Zbroi,
M.O. Kravchenko, M. P. Karasievych, O.V. Krykunova, I.M. Krupenko, O. H. Malakhova,
O.D. Melnychuk, L. I. Poshtaruk, A.P. Sazhienko, S.M. Slupitska, I.M. Kharchenko,
L.P. Chernenko, S.P. Shabash, A.Y. Sharapaniuk, M.O. Shpyliova

The scientific achievements of the authors of the monograph were also reviewed and recommended for publication at the international scientific symposium
«Wissenschaft für den modernen Menschen '2022 / Science for modern man '2022»
(January 30-31, 2022)

The monograph is included in
International scientometric databases

500 copies
January, 2022

Published:
ScientificWorld -NetAkhatAV
Lußstr 13,
Karlsruhe, Germany



Monograph published in the author's edition

e-mail: editor@promonograph.org
<https://desymp.promonograph.org>





ProMonograph

<https://desymp.promonograph.org>

e-mail: editor@scilook.eu