

Міністерство освіти і науки України  
Харківський національний педагогічний університет  
імені Г. С. Сковороди

# **ПЕДАГОГІКА ЗДОРОВ'Я**

Збірник наукових праць  
VIII Всеукраїнської науково-практичної конференції  
18-19 травня 2018 року

Харків-2018

**Редакційна колегія:**

*Головний редактор – Прокопенко Іван Федорович*, доктор педагогічних наук, професор, академік НАПН України, ректор ХНПУ імені Г. С. Сковороди

*Заступник головного редактора – Бондар Віталій Іванович*, доктор педагогічних наук, професор, академік НАПН України, заслужений дія науки і техніки України, професор кафедри спеціальної, інклюзивної і здоров'язбережувальної освіти ХНПУ імені Г. С. Сковороди

*Відповідальний секретар – Бойчук Юрій Дмитрович*, доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри спеціальної, інклюзивної і здоров'язбережувальної освіти ХНПУ імені Г. С. Сковороди

**Члени редакційної колегії:**

*Бережна Таміла Іванівна* – кандидат педагогічних наук, вчений секретар ДУ «Інститут модернізації змісту освіти»;

*Гончаренко Марія Степанівна* – доктор біологічних наук, професор, завідувач кафедри валеології ХНУ імені В. Н. Каразіна, голова ВГО «Українська асоціація валеологів»;

*Карпова Лариса Георгіївна* – кандидат педагогічних наук, начальник Департаменту освіти і науки Харківської обласної державної адміністрації;

*Кукліна Галина Іванівна* – директор КЗ «Харківський обласний спеціальний навчально-виховний комплекс» Харківської обласної ради;

*Маркіна Тетяна Юріївна* – доктор біологічних наук, професор, декан природничого факультету ХНПУ імені Г. С. Сковороди;

*Страшко Станіслав Васильович* – кандидат біологічних наук, професор, завідувач кафедри медико-біологічних та валеологічних основ охорони життя та здоров'я Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова

**Рецензенти:**

*Гриньова Марина Вікторівна* – доктор педагогічних наук, професор, член-кореспондент НАПН України, декан природничого факультету Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка;

*Солошенко Ельвіра Миколаївна* – доктор медичних наук, професор, завідувач лабораторії алергології ДУ «Інститут дерматології і венерології НАМН України»

*Рекомендовано Вченою Радою Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди, протокол № 3 від 24 квітня 2018 р.*

П 24 **Педагогіка** здоров'я : збірник наукових праць VIII Всеукраїнської науково-практичної конференції / за загальною редакцією акад. І. Ф. Прокопенка. Харків : ХНПУ ім. Г. С. Сковороди, 2018. 804 с.

Збірник містить наукові праці, які присвячені висвітленню результатів психолого-педагогічних досліджень щодо збереження та формування здоров'я дітей, учнівської та студентської молоді. Розглянуті теоретико-методологічні основи педагогіки здоров'я; сучасні підходи до створення здоров'язбережувального освітнього середовища; роль фізичного виховання у збереженні здоров'я; психолого-педагогічні основи профілактики шкідливих звичок та соціально-небезпечних захворювань; здоров'язбережувальні освітні технології; актуальні проблеми корекційної педагогіки та сучасних інклюзивних процесів у загальноосвітніх навчальних закладах.

3. Єрмакова Т.С. Етапи розвитку ідей формування здорового способу життя старшокласників у вітчизняній педагогіці (друга половина ХХ століття) // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2010. – № 4. – С. 29-36.

4. Нікітчина С. О. Здоров'язберігаючі погляди В.О. Сухомлинського на навчально-виховний процес – інтелектуальний резерв якості педагогічної діяльності // Безпека життєдіяльності. – 2011. – № 3. – С. 27-30.

5. Носко М.О. К.Д. Ушинський і розвиток педагогічної науки / // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Вип. 110. – Чернігів: ЧНПУ, 2013. – С. 9-11.

**Лапшина С.В., Тарасенко Ю.В., Сириця В.Є.**

Харківська гуманітарно-педагогічна академія  
Харківський педагогічний коледж

## **ВИКОРИСТАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ОСВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПІДГОТОВЦІ СУЧАСНОГО ПЕДАГОГА ЯК НЕОБХІДНОЇ СКЛАДОВОЇ ЙОГО ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ**

У сучасному українському суспільстві молодь є найдорожчим репродуктивним, інтелектуальним, економічним, соціальним і культурним резервом держави, тому проблема збереження та цілеспрямованого формування здоров'я молоді у важких сучасних умовах розвитку України має велике значення. За сучасними науковими підходами структурними складовими здоров'я визначено: фізичне, психічне, соціальне здоров'я. Визначені складові формуються у студентів завдяки взаємодії з оточуючим середовищем. Як відмічає А. Менегетті в книзі «Онтопсихологічна педагогіка», якщо людина хвора, то щось в ній самій народжує цю хворобу. Від самої людини багато що залежить і тому треба знати про особисте здоров'я, його залежність від космічних та земних впливів, оточуючих людей, знання основних принципів оздоровлення, мати вміння і навички оптимальної взаємодії з оточуючим середовищем. Слід спілкуватися з людьми, проявляти соціальну активність і різнобічність фізичної і духовної життєдіяльності, дотримувати режим чергування розумової та фізичної діяльності, мати звички до загартування. Все це забезпечує збереження та зміцнення здоров'я.

*Мета* нашого дослідження полягає у визначенні та обґрунтуванні здоров'язбережувальних освітніх технологій (ЗОТ), що використовуються для якісної підготовки студентів у Харківському педагогічному коледжі КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради.

На жаль, у сучасній освіті все ще існує проблема щодо збереження та цілеспрямованого формування здоров'я.

За даними чергового всеукраїнського опитування, яке проводилось Київським Міжнародним Інститутом Соціології з 5 по 15 листопада 2017 року у 110 населених пунктах усіх областей України та Криму, 17,8%

дорослих жителів України вважають своє здоров'я «добрим» і тільки 2,1% респондентів зазначили своє здоров'я як «дуже добре». Найбільша частка респондентів (51,4%) оцінюють власний стан здоров'я як середній (не добрий, не поганий). 22% кваліфікують свій стан як «поганий» і 6,7% як дуже поганий. Таким чином, загальна сума негативних оцінок (28,7%) перевищує відсоток позитивних (19,9%) та домінуючою оцінкою є «середнє» здоров'я (51,4%). Про погіршення здоров'я населення в Україні свідчать ще такі дані: за останнє десятиріччя захворюваність на туберкульоз збільшилася на 100%. Досить гострою для України залишається проблема наркоманії. Проблеми зі здоров'ям у молоді виникають через неправильний режим дня, брак здорового харчування та зниження фізичної активності. Зростає високий рівень залежності від використання інформаційних та інформаційно-комунікативних технологій серед підлітків та молоді, який призводить до відхилення у психічному та фізичному здоров'ї. Виходячи з вищезазначеного можна зробити висновок про наявність надзвичайно складних проблем стосовно життєдіяльності підлітків і молоді.

Державна політика щодо виховання студентської молоді передбачає пропаганду здорового способу життя, формування відповідального ставлення до здоров'я та профілактику шкідливих звичок. Відповідно до Конституції України людина, її життя і здоров'я, честь і гідність, недоторканість і безпека життєдіяльності визнаються в Україні найвищою соціальною цінністю (ст. 3); кожна людина має невід'ємне право на життя і на захист свого життя та здоров'я (ст. 27); кожна людина без її вільної згоди не може бути піддана медичним, науковим чи іншим дослідженням (ст. 28); кожен має право на охорону здоров'я, медичну допомогу (ст. 49). За діючим законом «Про освіту» (Відомості Верховної Ради 2017 року № 38-39, ст.380) освіта є основою інтелектуального, духовного, фізичного і культурного розвитку особистості, її успішної соціалізації, економічного добробуту, запорукою розвитку суспільства, об'єднаного спільними цінностями і культурою, та держави. Отже, охорона здоров'я є одним з пріоритетних напрямів державної діяльності. Держава формує політику охорони здоров'я в Україні і забезпечує її реалізацію.

Аналіз усіх існуючих здоров'язбережувальних технологій дає можливість виокремити такі типи як: здоров'язбережувальні – спрямовані на створення безпечних умов перебування, навчання та праці й ті, що вирішують завдання раціональної організації виховного процесу; оздоровчі – технології, спрямовані на вирішення завдань зміцнення фізичного здоров'я; технології навчання здоров'ю – гігієнічне навчання, вироблення життєвих навичок, що зміцнюють та зберігають психічне здоров'я, профілактика зловживання та травматизму, статеве виховання; виховання культури здоров'я – виховання особистих якостей, які сприяють збереженню та зміцненню здоров'я, формуванню уявлень про здоров'я як цінність. Мета усіх здоров'язбережувальних освітніх технологій – сформувані у молоді необхідні знання, вміння та навички здорового способу життя, навчити їх використовувати отримані знання в повсякденному житті.

Студент-першокурсник опиняється в нових соціальних і психофізіологічних умовах, а часто і в новому кліматичному середовищі. Процес навчання завжди пов'язаний з емоційними стресами під час подолання важких учбових ситуацій: умови життя, велика кількість учбової інформації, новий ритм життя, нове соціальне оточення. Все це створює додаткове навантаження на інтелектуальну і емоційну сферу студентів. Підготувати підлітка до самостійного життя означає сформувати в нього адекватні механізми адаптації фізіологічної, психологічної, соціальної та виробити ціннісне ставлення до свого здоров'я як складової майбутньої професійної діяльності. Саме ці завдання вирішує наш навчальний заклад, використовуючи в навчально-виховному процесі вищезазначені здоров'язбережувальні освітні технології.

У Харківському педагогічному коледжі КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради вироблена здоров'язбережувальна стратегія побудови навчально-виховного процесу таким чином, щоб під час його здійснення підтримувалася висока працездатність, попереджувалась перевтома, формувалася здатність до подолання стомленості. Ця стратегія ґрунтується на забезпеченні мотивації до діяльності, адекватності форм поточного та підсумкового контролю знань, організації канікулярного часу, санітарно-гігієнічного режиму в аудиторіях (температурний, кисневий, світловий режим), профілактики порушень постави, дефектів зору, захворюваності. Не менш важливе значення має харчування студентів. У нашій їдальні вони мають можливість отримати якісне, смачне й збалансоване харчування за доступними цінами.

Формуванню здоров'язбережувальної компетенції студентів педагогічного коледжу допомагає використання технологій навчання здоров'ю. Під час навчання наші студенти отримують анатомо-фізіологічні та гігієнічні знання, які виробляють життєві навички, вчать упереджувати травматизм та зловживання психоактивними речовинами, отримують статеве виховання в процесі вивчення дисциплін природничого циклу. Вивчення анатомії та фізіології організму дитини розпочинається на першому курсі, що є базою для ознайомлення з основами педіатрії та гігієни дітей, основ медичних знань, педагогіки, психології, спеціальних методик на наступних курсах. Окрім цього в навчальний процес введена обов'язкова дисципліна «Моніторинг здоров'я» та дисципліни за вибором студентів такі як: «Формування здорового способу життя», «Методика організації волонтерського руху», «Профілактика ВІЛ/СНІДу». Вивчаючи ці дисципліни студенти беруть участь у проведенні валеологічного моніторингу та санітарно-просвітницькій діяльності під час проходження практики у загальноосвітніх, дошкільних освітніх навчальних закладах, таборах відпочинку для дітей, соціальних службах.

Застосовуючи оздоровчі технології у підготовці майбутніх педагогів, в нашому коледжі створені всі умови для забезпечення зміцнення фізичного здоров'я та фізичної підготовки як на заняттях з фізичної культури, так і в позааудиторний час під час роботи спортивних секцій, тренажерних і

гімнастичних залів, відвідування басейну для плавання. Взяти участь у роботі оздоровчих секцій мають можливість як студенти, так і викладачі.

У педагогічному коледжі склалася і стабільно працює система виховної роботи, спрямована на вирішення головної мети – підготовка суспільно активної особистості, професійно грамотного конкурентноспроможного, творчого педагога, який поєднує в собі високу духовність, патріотизм, моральну чистоту, професійну компетентність та фізичну досконалість.

Студенти із задоволенням беруть участь у таких вихованих заходах, як: конкурси «Козацькі розваги», «Містер–здоров'я», «Міс-валеологія», «Містер і Міс академії», «У здоровому тілі – здоровий дух», фотоконкурси студентських робіт «З Україною в серці»; святкування Міжнародного дня чаю; спортивні змагання, зустрічі з учасниками Олімпійських ігор.

Проведені нами дослідження впливу участі наших студентів у волонтерському русі на формування навичок здорового способу життя свідчать, що ця форма роботи є дієвою. Так на запитання «Чи займаєтесь ви фізкультурою в позааудиторний час?» відповіді студентів волонтерів показують, що вони не просто усвідомлюють значення фізичної культури для здоров'я, а активно працюють задля збереження здоров'я та його примноження. Саме тому в нашому коледжі велика увага приділяється вихованню культури здоров'я та формуванню ціннісного ставлення до здоров'я, посиленню мотивації на ведення здорового способу життя та підвищенню відповідальності за особисте здоров'я і здоров'я родини.

Отримані знання, вміння, навички щодо здорового способу життя забезпечують використання здоров'язбережувальних освітніх технологій у вихованні майбутніх громадян нашої держави. Це повною мірою сприяє формуванню нової національної еліти – висококваліфікованих, компетентних, порядних фахівців, фізично і морально здорових, відданих справі соціально-економічного і духовного відродження України.

**Латуша Н.В.**

Навчально-методичний центр професійно-технічної освіти у Вінницькій області

### **ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ НА КУРСАХ ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ ПТНЗ**

На сучасному етапі реформування системи освіти й виховання нагальною є проблема усвідомлення мети та завдань, які постають перед навчальними закладами професійно-технічної освіти, що показує про необхідність переходу до нового ідеалу й, відповідно, мети – максимального розвитку здібностей учнів, формування їхньої моральності, здатностей до саморегуляції й самоосвіти, до гармонійного розвитку особистості та зміцнення їхнього здоров'я.