



8. Хоружа Л.Л. Етична компетентність майбутнього вчителя початкових класів: теорія і практика: монографія / Л.Л.Хоружа. — К.: Преса України, 2003. — С. 13.
9. Саюк В.І. Розвиток професійної компетентності вчителів географії у системі післядипломної педагогічної освіти: автореф. дис. ... канд. пед. наук / В.І.Саюк. — К.: ЦППО, 2006.
10. Пуховська Л.П. Професійний розвиток вчителів у світовому і європейському освітньому просторі: ступінь магістра / Л.П.Пуховська // Шлях освіти. — № 2. — С. 12–16.
11. Олійник В.В. Наукові основи управління підвищенням кваліфікації педагогічних працівників профтехосвіти: монографія / В.В.Олійник. — К.: Міленіум, 2003. — С. 503.
12. Мурована Н.М. Педагогічне керівництво розвитком професійної компетентності вчителів музики у післядипломній освіті: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Н.М.Мурована. — К.: ЦППО, 2008.
13. Василенко Н.В. Підготовка директора школи до інноваційної діяльності в інститутах післядипломної педагогічної освіти: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Н.В.Василенко. — К.: ЦППО, 2007.
14. Зубко А.М. Організаційно-педагогічні умови удосконалення навчального процесу в системі підвищення кваліфікації педагогічних кадрів: автореф. дис. ... канд. пед. наук / А.М.Зубко. — К.: ЦППО, 2002.
15. Корольок С.В. Розвиток управлінської культури керівника загальноосвітнього навчального закладу в процесі підвищення кваліфікації: автореф. дис. ... канд. пед. наук / С.В.Корольок. — К.: ЦППО, 2005.
16. Пермінова Л.А. Розвиток професійних умінь керівника школи у системі курсової підготовки: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Л.А.Пермінова. — К.: ЦППО, 2002.
17. Мельник В.К. Підвищення управлінської кваліфікації керівника загальноосвітнього навчального закладу в системі післядипломної педагогічної освіти: автореф. дис. ... канд. пед. наук / В.К.Мельник. — К.: ЦППО, 2003.
18. Устинова Н.В. Розвиток творчого потенціалу вчителя у системі післядипломної педагогічної освіти: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Н.В.Устинова. — К.: ЦППО, 2006.
19. Бачинська Є.М. Організаційно-методичні засади підготовки вчителів до класного керівництва в системі підвищення кваліфікації: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Є.М.Бачинська. — К.: ЦППО, 2006.
20. Козак Т.М. Організаційно-педагогічні засади впровадження кредитно-модульної системи підготовки фахівців у вищих навчальних закладах III–IV рівнів акредитації: дис. ... канд. пед. наук / Т.М.Козак: Дрогобицький державний педагогічний університет ім. Івана Франка. — Дрогобич, 2007. — 273 с.

ЗАПРОВАДЖЕННЯ ІНТЕРАКТИВНИХ МЕТОДІВ НАВЧАННЯ В ОСВІТНЬО-ОЗДОРОВЧОМУ ПРОЦЕСІ КУРСУ «ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я»

С. Назаренко

Ставлення до власного здоров'я останнім часом набуває все більшого соціального значення. Щоб стати володарем свого здоров'я, учням слід знати, що таке здоров'я і що саме його забезпечує. Тільки в такому разі можна навчитися зберегти його нормальний стан.

Сучасний темп життя, його емоційне навантаження, інформаційний тиск вимагають зосередження уваги вчителів на тому, що одним з пріоритетних напрямів сучасної освіти є оздоровчий, зорієнтований на розвиток особистості учня, індивідуальний успіх та його особисту відповідальність за стан здоров'я.

Досягнувши підліткового віку, діти вже мають свої уявлення й орієнтації на певні цінності; у них уже сформовані звички. Тому, щоб заздалегідь виробити у дітей негативне ставлення до шкідливих звичок, треба використовувати спеціальні методики у навчанні.

Сучасність висунула суспільний запит на виховання активної творчої особистості, здатної приймати самостійні рішення. Виховати таку особистість можна лише з використанням активних методів навчання, які значною мірою оптимізують вивчення предметів. Головне зробити викладання якомога цікавішим, використовуючи різноманітні методи та прийоми активізації розумової діяльності, узагальнення та їх систематизації, тоді знання виявляться найбільш міцними.

Відомо, що оздоровча робота в освіті може здійснюватися різними шляхами: створення спеціальних курсів

або інтеграції змісту деяких навчальних предметів. Доведено, що шкільні навчальні програми мають значні резерви для запровадження здорового способу життя, для створення почуття психологічного комфорту під час навчальної діяльності та встановлення почуття довіри, контакту у взаємодії з викладачем; таким чином здійснюється орієнтація викладача саме на кінцеву рефлексію учня.

Розглядаючи навчально-виховний процес з предмета «Основи здоров'я», слід цінувати наявність послідовного, логічного і змістовно-єдиного континууму пізнавальної активності учнів. На мою думку, найголовніше це створення позитивного емоційного середовища, в якому у дітей виникало б бажання бути здоровими, а також навчити дитину прийомам і навичкам саморегуляції стану, наприклад:

- ефективно долати психофізичне напруження, що має надзвичайно велике значення для профілактики перенавантаження, неврозів, психосоматичних захворювань;
- заспокоюватися, швидко відпочивати за короткий час;
- активізувати фізичні та психічні функції (увагу, пам'ять, сприйняття, працездатність);
- мобілізувати творчі ресурси через розвиток образного мислення, інтуїції;
- боротися зі шкідливими звичками раціональним виходом зі стресу;



• пізнавати себе, бо, як вважали стародавні мудреці, глибоке самопізнання є умовою здоров'я й розвитку особистості.

Систему навчання, коли на кожному етапі удосконалення дитини забезпечується реалізація базових потреб, слід вважати найбільш ефективною, бо в цьому випадку дитина повніше розвиває свої здібності, усвідомлює власну унікальність, самовизначається в житті, у неї природно формуються основні компоненти здоров'я. Отже, постає завдання виховати в учнів потребу бути здоровими, сформувати у них розуміння суті здорового способу життя та виробити асертивну поведінку. Головною фігурою в цій діяльності є вчитель, оскільки він формує з дитини особистість.

В ІППО КМПУ ім. Б.Грінченка щорічно проводяться семінари-тренінги, де опрацьовуються всі блоки тематичного плану і програми 5–8-го класів з курсу «Основи здоров'я». Дякуючи насиченому методичному забезпеченню, вони проходять на високому рівні. До того ж, позитивний психоемоційний клімат цих занять є одним з механізмів формування внутрішньої позитивної мотивації навчальної діяльності учнів. Це дає можливість змінити своє ставлення до способу життя та навколишнього середовища, до процесу навчання та навчитися свідомо ставитися до власного здоров'я й здоров'я інших.

До програми проведення семінарів-тренінгів були включені всі необхідні питання методики викладання курсу, проведення педради та батьківських зборів, роботи з волонтерами, використання матеріалу в позакласній і позашкільній діяльності.

Метою роботи з кожною групою учасників було усвідомлення необхідності вибору здорового способу життя, що сприяє подоланню фізичного та психологічного напруження, формуванню емоційного світу дитини, стимулюванню пізнавальної активності та розвитку творчих здібностей, інформаційно-практичному збагаченню учнів, зміцненню зворотного зв'язку між учасниками педагогічного процесу.

Для оволодіння навичками аналізу своєї поведінки і способами прийняття рішень використовувалися різноманітні форми навчання: дискусії, рольові ігри, вправи з розвитку особистісних якостей та усвідомлення життєвих навичок.

Матеріал доступно ознайомлював з найважливішими загальнолюдськими цінностями, складовими здорового способу життя, взаємозв'язками людини і довкілля, проблемами збереження життя і здоров'я за умов погіршення екологічної ситуації. Всі учасники — вчителі різних спеціальностей — отримали на семінарах повні комплекти навчально-методичної літератури, виданої за допомогою фінансування Міжнародного Альянсу з боротьби з ВІЛ/СНІДом, визначили для себе можливості й перспективи викладання з курсу основ здоров'я у школі. Вчителі усвідомили першорядне значення цього предмету. Знання, які здобувають учні на уроках, набувають цінності лише за умов використання та застосування їх на практиці, а це можливо лише тоді, коли вчитель застосовує нетрадиційні підходи до викладання тем. Для організації творчої навчальної діяльності використовувалися навчальні, творчі завдання, вправи на прогнозування наслідків явищ.

Застосування цих елементів у школі ефективно доводить активізацію навчання учнів, а це сприяє форму-

ванню творчої особистості, здатної використовувати отримані знання для розв'язання практичних проблем у нестандартних ситуаціях. Було з'ясовано, що зміст навчальних блоків, поступово ускладнюючись та розширюючись, простежується в кількох паралелях (5–8-й кл.), доповнюється новими змістовими лініями та навичками, що мають поступово розвиватись у школярів у міру їхнього дорослішання та розвитку самостійності.

Для оволодіння навичками аналізу своєї поведінки і способами прийняття рішень учням середніх класів варто запропонувати різноманітні форми навчання: дискусії, рольові ігри, вправи, конкурси, вікторини. При вивченні теми «Вороги здоров'я» учні із задоволенням візьмуть участь у грі «Ключі, яких бракує». Вчитель готує кілька проблемних ситуацій і надає їх учням для обговорення. Завдання учнів сформувати список потрібної інформації, тобто «ключів», без чого неможливо вирішити ці проблеми. Учні обговорюють, яким чином треба діяти, щоб отримати більше інформації. Саме ця інформація і є ключем для розв'язання проблемної ситуації. Наприклад, перед учасниками гри поставлено проблему: «Як досягти успіху в житті?» Учні можуть висувати багато пропозицій, серед яких не всі правильні. Наприклад:

Можна бути наполегливим працівником.

Старанно вибирати собі друзів і товаришів.

Можна нічого не робити і чекати, коли пощастить.

Треба добре подумати перед тим, як щось зробити.

Можна проаналізувати свої дії.

Мабуть, треба звинувачувати інших, якщо не пощастить.

Треба бути хитрим і вміти «видурити» гроші у батьків.

Слід бути уважним на уроках і ретельно виконувати домашні завдання.

Треба спокійно приймати невдачі, критику інших людей і навчитися виправляти свої помилки.

Можна поліпшити настрій, як дорослі — за допомогою куріння, пива чи деяких речовин.

У процесі висловлювань можна вже побачити, яку лінію поведінки обирають підлітки. Обговорюючи з іншими учнями та вчителем результати того чи іншого вибору, діти засвоюють соціально припустимі норми поведінки, навчаються шукати ефективні способи досягнення мети.

Тому і пояснюється актуальність цієї теми потребою мотивації учнів на здоровий спосіб життя. Практичне значення полягає у втіленні знань про здоров'я у життєву практику школярів. У результаті досягалися кілька цілей:

- формування у дітей бережливого ставлення до здоров'я та свідомого прагнення до його збереження;
- бачення наслідків негативних соціальних явищ у суспільстві;

- здатність аналізувати свою поведінку, здійснювати самостійний вибір і приймати відповідальні рішення у різноманітних життєвих ситуаціях.

Ця робота проілюструвала також широке поле можливостей для професійного самовдосконалення вчителів, оскільки були запропоновані конкретні методичні прийоми набуття та застосування позитивного психоемоційного клімату під час занять.

Ще один приклад — вправа «Як навчитися сказати: «Ні!» Метою її проведення є формування переконливих



навичок відстоювати свою позицію щодо поганих звичок, а також залучати до цього товаришів, друзів, інших однокласників. Четверо учнів (по двоє дівчат і хлопців) отримують від вчителя папір з інструкцією, яка складається з діалогу та однієї із ситуацій: 1) піти разом на вечірку, 2) разом спробувати наркотики. Слова хлопців: «Чого ти боїшся? Давай спробуємо, все буде добре!» А далі кожна пара розігрує по черзі свою сценку, використовуючи різні підходи: змінюючи тон чи тембр голосу, пози, жести, міміку обличчя. Учитель пропонує в інструкції інформаційний матеріал «Ні-стратегії» (як сказати: «Ні»):

1. Просто: «Ні». Впевнено кажіть: «Ні».
2. Повторюйте неодноразово: «Ні», «Ні», «Ні».
3. Ідіть геть. Якщо хтось продовжує чинити на Вас тиск, скажіть: «Ні, мені треба йти».
4. Пожартуйте і змініть тему.
5. Кращий захист це напад: «А чому ти до мене пристає? Навіщо це тобі? Що я тобі такого зробив? Чому я повинен тебе слухати?»

6. Залучіть союзника: зверніться до товариша чи людини, що перебуває поруч: «Слухай, ну поясни хоч ти йому, що я не буду», «Подивись на нього, він пропонує...»

7. Посилайтеся на стан здоров'я, сімейні обставини, невідкладні справи тощо. «Ти знаєш, я сьогодні не дуже добре почуваюся», «Ні, я цього не можу, бо обіцяв батькам...»

8. Застосовуйте погрозу: «Ні, а якщо ти наполягатимеш, то я скажу..., крикну..., напишу...»

Для старшокласників учитель може запропонувати проведення гри «Випивка перед танцями» з наступною інструкцією проведення:

«Ти збираєшся на дискотеку. Готуєш одяг, хочеш ще повечеряти. Бажання випити немає. У цей час до тебе заходить приятель. У нього є пляшка. Йому страшенно кортить випити, до того ж саме з тобою. Він умовлятиме тебе, наводячи різні доводи». Завдання учня головного героя полягає в тому, щоб в даній ситуації психологічно переконливо, з точки зору його товаришів (які є глядачами) протистояти тискові, взяти ініціативу до своїх рук. Діалог триває не більше від 10 хв. Потім участь у грі може взяти інший бажаний. Роль «приятеля» грає вчитель. Він пропонує випити, наприклад, для «настрою». Коли учень відмовляється, той дивується і починає умовляти, наводить найсильніші аргументи з репертуару підлітків: «Не бійся!», «Не будь дівчиськом!», «Ти що, маленький?», «Ти ж пив минулого разу!», «Будь другом, склади компанію!», «В мене поганий настрій, не псуй його ще більше!» та ін. Після того як в ролі головного героя побувало кілька учнів, результати гри узагальнюються. На дошці чи великому аркуші паперу виписуються всі аргументи приятеля, а учасники гри обговорюють, які з них виявилися переконливими і чому. В результаті гри досягається кілька цілей:

- пошук шляхів уникнення випивки стає завданням для всієї групи. Учні разом шукають способи уникнути участі у випивці, намагаються оволодіти ситуацією;

- граючи в дану гру, підлітки вчать дивитися на цю життєву ситуацію ніби з боку. Докази на користь випивки стають більш знайомими, тому в реальній ситуації вже не захоплять знеацька, їм буде менше довіри;

- гра не лише налаштовує учнів проти випивки, а й підказує шляхи протидії, як відмовитися від спиртного залежно від ситуації й оточення.

Як дієвий приклад виховання в учнів потреби бути здоровим, формування у них розуміння суті здорового способу життя та поведінки, вчителям було запропоновано ознайомитися з досвідом експерименту, що проводився в ліцеї «Голосіївський», на тему: «Формування особистості, зорієнтованої на здоровий спосіб життя». В умовах цього закладу учнів навчили не лише бачити наслідки своєї поведінки, а й аналізувати причини, що призвели до них, оволодівати резервними силами організму, контролювати свій розвиток. Роботою щодо оздоровлення учнів займалися не тільки вчителі, а й запрошені спеціалісти з Міського центру здоров'я. Після тестування 8-класників з використанням комп'ютерної інформаційно-діагностичної програми «Школяр», в експериментальному класі збільшили кількість уроків фізкультури до 5 год на тиждень, ввели 2 уроки про здоров'я, 1 урок психології. Проводилися заняття в басейні, залі лікувальної фізкультури; були розроблені «Паспорти здоров'я», в яких реєструвалися не тільки показники спостережень та антропометричні виміри, а й світосприйняття, вплив довкілля на настрій. Друге тестування стану здоров'я показало, що суттєво збільшилася кількість дітей із середнім та вище середнього рівнями загального здоров'я. Цьому сприяли також такі заходи: оптимізація рухового режиму на перервах, лікувальна гімнастика для дітей, що цього потребували, заняття в гуртках танців та кераміки, які сприяли не тільки естетичному вихованню, а й розвиткові дрібної моторики пальців, що поліпшувало функціонування відповідних відділів мозку.

Вчителі — учасники цих тренінгів — усвідомили, що в умовах школи необхідно навчити учнів не лише бачити наслідки своєї поведінки, а й аналізувати причини, що призвели до них. Виходячи з цих вимог, вивчення основ здоров'я необхідно організувати так, щоб учень пізнав свій організм, контролював свій розвиток і сприяв зміцненню власного здоров'я, навчився оволодівати резервними силами організму.

Згідно з програмами семінарів-тренінгів було практично визначено, як важливо проводити просвітницьку роботу і серед батьків, бо й у них необхідно виховувати відповідні мотиваційні та поведінкові характеристики, активну соціальну орієнтацію на здоровий спосіб життя, бо відомо, що в педагогічний процес включається не тільки особистість учня. Тут важливе місце займає взаємодія між учнем і особистістю вчителя.

У процесі роботи з учителями використовувалися виключно інтерактивні методи, новинки педагогічних технологій. Учителі оволоділи новою методикою, поділилися досвідом, висловилися в анкетах, що їх очікування виправдалися. Вони сподіваються практично застосувати свої знання з курсу, проводити роботу в районах, брати участь у методоб'єднаннях з предмета «Основи здоров'я». Багато з них здобули ще й додаткові особистісні якості — впевненість, розкутість, навчилися працювати із саморобною наочністю, розвинули акторські та режисерські здібності.

Учителі запропонували вважати технологію навчання на основі життєвих навичок необхідною для про-



філактики ризикованої поведінки, продовжувати проведення семінарів-тренінгів і підтримувати матеріально-технічне забезпечення проєктів з профілактики ризикованої поведінки серед молоді. Вчителі та методисти визначили першочергову необхідність запровадження оздоровчих новітніх технологій у навчально-виховний процес і створення програми для вивчення предмета «Основи здоров'я» в усіх класах. У листі до Міністерства освіти ми запропонували доповнити навантаження до 1 години на тиждень у 8–9-му класах і запроваджувати як обов'язковий факультативний курс «Школа проти Сніду». Виокремити в школі кабінет для тренінгової роботи з дітьми та вчителями.

Здоров'я — це гармонійна єдність фізичного, психічного та соціального благополуччя людини. Формування, збереження і зміцнення здоров'я школярів, його відтворення можливе лише за умови триєдиного потоку цілеспрямованих зусиль медицини, освіти, кожного учня та його сім'ї. Школа має забезпечити виховання навичок здорового способу життя, навчити дитину зміцнювати й берегти своє здоров'я, здоров'я членів своєї сім'ї і довколишніх. Творчість, співпраця, вміння знаходити спільне рішення — головне у взаємодії вчителя й учнів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Соціально-просвітницькі тренінги з формування мотивації до здорового способу життя та профілактики ВІЛ/СНІДу. — 2-ге вид. перероб. і допов. /за ред. С.В.Страшка. — К.: Освіта України, 2006. — 259 с.
2. Воронцова Т.В. Основи безпеки життєдіяльності: підручник для 8-го класу загальноосвітніх навчальних закладів / Т.В.Воронцова, І.А.Репік. — К.: Алатон, 2003. — 143 с.
3. Воронцова Т.В. Для тебе: кн. для дівчат від 13 до 18 / Т.В.Воронцова, В.С.Пономаренко. — К.: Алатон, 2003. — 63 с.
4. Воронцова Т.В. Для тебе: кн. для хлопчиків від 13 до 18 / Т.В.Воронцова, В.С.Пономаренко. — К.: Алатон, 2003. — 63 с.

РОЗВИТОК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ ВИКЛАДАЧА У ПРОЦЕСІ ФОРМУВАННЯ ДУХОВНИХ ЦІННОСТЕЙ СТУДЕНТІВ

О. Шкіренко

Найголовнішою та найвищою цінністю родини є діти — майбутнє держави. А ми — педагоги, психологи — маємо можливість доторкнутися не тільки до долоні, а й до серця та душі вихованця своїми словами, своїм поглядом, своїм стилем життя, своєю майстерністю, щоб допомогти молоді знайти шлях до істини, розвинути високодуховні риси характеру тих, від кого залежить розвиток правової та процвітаючої країни.

В останні роки провідні науковці, такі як Є.Головаха, І.Зязюн, О.Мороз, В.Олійник, В.Омеляненко, А.Мудрик, Я.Паніна, І.Синиця, Л.Філонов, І.Юсупов та багато інших приділяють значну увагу проблемі психолого-педагогічної майстерності викладачів. Питання вивчення

5. Кириленко С.В. Вчителю про СНІД: метод. матеріали на допомогу вчителю валеології / авт.-укл.: С.В.Кириленко, В.В.Морозова, В.Я.Чаплинський. — К.: ІЗМН, 1997. — 44 с.

6. Методичні рекомендації щодо проведення тематичних лекцій, практичних занять, психологічних тренінгів з питань здорового способу життя серед дітей та учнівської молоді для загальноосвітніх та позашкільних навчальних закладів: лист Міносвіти і науки України № 1/9-553 від 11.12.2002 р.

7. Профілактика ВІЛ/СНІДу серед учнів: наук.-метод. посіб. для керівних кадрів освіти. — К.: Логос, 2005. — 170 с.

8. Профілактика ВІЛ/СНІДу серед учнів: наук.-метод. посіб. для науково-педагогічних працівників та методистів ін-тів післядипломної педагогічної освіти. — К.: Логос, 2005. — 100 с.

9. Бойченко Т.Є. Профілактика ВІЛ/СНІДу серед учнів: навч., навч.-тем. плани та програма спеціалізованого курсу для методистів районних, міських методичних кабінетів (центрів) / Т.Є.Бойченко, В.В.Дивак, В.Д.Чорненька. — К.: Логос, 2005. — 44 с.

10. Валецька Р.О. Основи валеології: підручник / Р.О.Валецька. — Луцьк: Волинська книга, 2007. — 348 с.

11. Воронцова Т.В. Школа проти СНІДу. Профілактика ризикованої поведінки: посіб. для вчителя / Т.В.Воронцова, В.С.М.Пономаренко. — К.: Алатон, 2004. — 256 с.

12. Профілактика ВІЧ-інфекції в системі школьного образования: керівництво для учителя. — К.: Алатон, 2003. — 199 с.

13. Вінда О.В. Формування навичок здорового способу життя у дітей і підлітків: навч.-метод. посіб. за проєктом «Діалог» / О.В.Вінда, О.П.Коструб, І.Г.Сомова та ін. — 3-тє вид., перероб. і допов. — К., 2003. — 284 с.

14. Інфекційні хвороби, що набули соціального значення: навч. посіб. — К.: Освіта України, 2006. — 55с.

15. Профілактика розповсюдження СНІДу, ризикованої поведінки та наркотичних залежностей у дітей та учнів через розвиток життєвих навичок безпеки здоров'я: метод. рекомендації. — Дніпропетровськ, 2005.

та формування духовного світу особистості знайшли відображення в дослідженнях В.Анненкова, І.Беха, М.Боришевського, С.Гончаренко, І.Зязюна, Г.Костюка, В.Кременя, О.Леонтєва, С.Максименко, Н.Ничкало, Н.Павлик, Е.Помиткіна, В.Рибалки, О.Сухомлинської, Ж.Юзвак та інших дослідників.

Проте накопичений на сьогодні в науковій психології матеріал не дає задовільну відповідь на питання, яке пов'язане з проблемою формування духовних цінностей саме у студентів «дорослих дітей». Тому *мета статті* полягає у визначенні психолого-педагогічних умінь викладача, обґрунтуванні необхідності розвитку його майстерності у процесі формування ду-