

11. Український радянський енциклопедичний словник: В 3-х т. / Редкол.: А. В. Кудрицький (відп. ред.) та ін. – 2-ге вид. – К. : Голов. ред. УРЕ, 1987. – Т. 2. – 736 с.

## РЕЗЮМЕ

**Б. Т. Долинский.** Критериальный подход к определению уровней готовности будущих учителей начальной школы к формированию здоровьесберегающих навыков у младших школьников.

*В статье определяются критерии, при помощи которых оценивается уровень готовности будущих учителей начальной школы к формированию здоровьесберегающих навыков у младших школьников в учебно-воспитательном процессе. Представлены теоретическое обоснование выбранных критериев и содержательная характеристика уровней готовности студентов к указанной деятельности.*

**Ключевые слова:** компоненты, критерии, подготовка учителей начальной школы, формирование здоровьесберегающих навыков.

## SUMMARY

**B. Dolinskiy.** The territorial approach to the definition of the levels of future primary school teachers' readiness to the formation of health of junior pupils' saving skills.

*The article is devoted to the definition of the criteria with the help of which the levels of the future primary school teachers' readiness to the formation of the health of junior pupils' saving skills is appreciated. There are presented the theoretical basis of the chosen criteria and informal characteristic of the students' levels of readiness to the present activity.*

**Key words:** components, criteria of the primary school teacher's training, the formation of the health of saving skills.

УДК 371.134:613:5

**Г. І. Жара**

Чернігівський національний педагогічний  
університет ім. Т. Г. Шевченка

## ПРОПЕДЕВТИКА ВАЛЕОЛОГІЧНИХ ЗНАТЬ СТУДЕНТІВ ФАКУЛЬТЕТУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В КУРСІ «АНАТОМІЯ ЛЮДИНИ З ОСНОВАМИ СПОРТИВНОЇ МОРФОЛОГІЇ»

*Сучасна система вищої педагогічної освіти вимагає міждисциплінарного підходу в підготовці конкурентоспроможного фахівця. У процесі вивчення студентами дисципліни «Анатомія людини з основами спортивної морфології» здійснюється пропедевтична валеологічна підготовка майбутніх учителів фізичної культури до викладання шкільного курсу «Основи здоров'я».*

**Ключові слова:** підготовка майбутніх учителів, формування валеологічних знань, міждисциплінарні зв'язки, компетентність.

**Постановка проблеми.** Зміст сучасної вищої педагогічної освіти формується з орієнтацією на компетентнісний підхід, розробку ефективних освітніх технологій та відповідного навчально-методичного забезпечення. Під час навчання у вищих педагогічних навчальних закладах студенти

мають набути ключових (базових) та предметних (фахових) компетенцій, які відповідають спеціальності майбутніх учителів.

Готовність до пропаганди і реалізації ідей здорового способу життя є невід'ємним компонентом професійної компетентності вчителя. Вона містить комплекс особистісно-професійних якостей та систему знань, умінь і навичок, необхідних для майбутньої діяльності [7, 412]. З огляду на інтегрованість шкільних предметів валеологічного спрямування, а також наявності в них теоретичного підґрунтя з інших предметів природничого циклу [1, 70], підготовка майбутніх учителів до їх викладання також повинна мати інтегрований характер. Необхідною умовою тут виступає міждисциплінарне узгодження фундаментальних фахових дисциплін медико-біологічного циклу та спеціальних курсів, які визначені навчальним планом для кожного напрямку підготовки [2; 3].

**Аналіз актуальних досліджень та публікацій.** Як показують дослідження [2; 3; 4; 7], студенти не завжди чітко уявляють роль і місце загальних базових дисциплін у їх майбутній професійній діяльності, а також їх взаємозв'язок з дисциплінами спеціалізації [4, 51].

Студенти факультету фізичного виховання, які навчаються за подвійною спеціальністю «фізичне виховання та валеологія», як правило, більше орієнтовані на роботу за першою з них, оскільки не спроможні викладати предмети валеологічного спрямування внаслідок низької теоретичної бази [3, 84]. Тому у процесі розробки методичного забезпечення дисциплін медико-біологічного циклу необхідно враховувати і планувати пропедевтичну роботу як з метою забезпечення предметної підготовки, так і з метою розвитку професійної мотивації студентів. Особливо актуальною є пропедевтика валеологічних знань на початкових етапах навчання, що допомагає розвитку наукового валеологічного світогляду та формуванню валеологічної культури майбутніх учителів.

**Метою статті** – проаналізувати можливості міждисциплінарного узгодження змісту базового курсу «Анатомія людини з основами спортивної морфології» як пропедевтичного до вивчення курсів «Основи валеології» та «Методика викладання валеології» (для студентів, які навчаються за спеціальністю «фізичне виховання та валеологія»).

**Виклад основного матеріалу.** Згідно навчального плану спеціальності «фізичне виховання» базова валеологічна дисципліна «Основи валеології»

вивчається на 3 курсі, у той час як фахова дисципліна «Методика викладання валеології» («Методика навчання основ здоров'я») – лише на 5 курсі. Дисципліни ж медико-біологічного циклу («Анатомія людини», «Основи медичних знань», «Загальна фізіологія», «Вікова фізіологія», «Спортивна медицина», «Гігієна», «Лікувальна фізкультура») вивчаються на 1–4 курсах, наслідуючи одна одну. Отже, у плані формування предметних валеологічних знань майбутніх учителів фізкультури та основ здоров'я спостерігається часова розірваність: від вивчення предметів валеологічного спрямування у школі до вивчення основ валеології проходить два роки, і до вивчення методики їх навчання – ще два роки. Така розірваність позбавляє системності валеологічних знань студентів і суттєво знижує їх професійну мотивацію до викладання основ здоров'я. Адже про другу свою спеціальність студенти «згадують» вже на останньому етапі навчання.

Під час викладання дисциплін медико-біологічного циклу викладачам варто звернути увагу студентів на проблеми здоров'я людини, наголошуючи на необхідності збереження і зміцнення здоров'я учнів у майбутній діяльності.

У курсі «Анатомія людини з основами спортивної морфології» пропедевтика валеологічних знань студентів здійснюється у процесі вивчення усіх змістових модулів. На рис. 1 нами представлені зв'язки, які існують між розділами даного курсу з фаховими валеологічними дисциплінами – «Основи валеології» та «Методика викладання валеології» («Методика навчання основ здоров'я»).

Розробка та удосконалення навчально-методичного забезпечення курсу «Анатомія людини з основами спортивної морфології» пов'язана з внесенням до його змісту питань здоров'я для встановлення пропедевтичних причинно-наслідкових зв'язків з фаховими курсами валеологічного спрямування. Наприклад, одне із завдань контрольної роботи з розділу «Внутрішні органи» вимагає застосування знань про внутрішні органи для пояснення впливу різних факторів на життя і здоров'я людини. Наведемо приклади деяких з них.

- ~ Пояснити, чому краще дихати носом, ніж ротом?
- ~ Як впливає на здоров'я дівчат носіння трусиків типу «стрінгі»?
- ~ Поясніть приказку: «Когда я ем, я глух и нем».
- ~ Чому застуджена людина не відчуває запахи?

~ Як впливає на роботу кишковика вживання сирих овочів та фруктів?

~ Як впливає на стан шлунку зігнута поза під час сидіння?

~ Поясніть, чи безпечно взимку носити джинси з низькою талією?  
Чому?

~ Чому в іграшках, які призначені для дітей до 3-х років, не повинно бути дрібних деталей?

~ Чому людина повинна щоденно вживати достатню кількість води?

Наведені завдання виконують декілька освітніх функцій. По-перше, вони тісно зв'язані з повсякденними поведінковими особливостями молоді, що привертає увагу до даних проблем. По-друге, вимагають певного рівня самостійної підготовки. По-третє, мотивують студентів до обговорення даних завдань у позанавчальний час, до пошуку правильних відповідей. Таким чином створюються умови для мотивації щодо використання ними набутих знань в аналогічних життєвих ситуаціях, формування відповідних життєвих навичок.

**Висновки.** Підготовка майбутнього вчителя основ здоров'я на факультетах фізичного виховання вимагає компетентнісного та міждисциплінарного підходу.

Між дисциплінами медико-біологічного циклу та спеціальними валеологічними дисциплінами існують змістові зв'язки, реалізація яких дозволяє компенсувати недоліки навчальних планів та часову розірваність у формуванні валеологічних знань студентів і набутті ними професійних компетенцій.

Розробка методичного забезпечення міждисциплінарного пропедевтичного змісту в курсі «Анатомія людини з основами спортивної морфології» дозволяє розширити світоглядні уявлення студентів щодо проблем здоров'я; поглибити розуміння ними ролі та місця цієї дисципліни у майбутній професійній діяльності вчителя фізичної культури та основ здоров'я; а також встановити взаємозв'язок біологічних і валеологічних знань з дисциплінами спортивної спеціалізації.

**Перспективи подальших розвідок у даному напрямку** пов'язані з повним міждисциплінарним узгодженням змісту навчальних програм усіх дисциплін медико-біологічного циклу щодо можливості пропедевтики

валеологічних знань студентів – майбутніх учителів основ здоров'я та розробкою відповідного методичного забезпечення.

### ЛІТЕРАТУРА

1. Жара Г. І. Біологія людини як теоретична основа формування валеологічних понять / Г. І. Жара // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 17. Теорія і практика навчання та виховання : зб. наук. праць. – Вип. 3. – К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2006. – 213 с. – С. 66–71.
2. Жара Г. І. Методична система підготовки студентів до реалізації міжпредметних зв'язків при формуванні в учнів валеологічних понять / Г. І. Жара // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Випуск 72. Серія: Педагогічні науки: зб. – Чернігів : ЧДПУ імені Т. Г. Шевченка, 2009. – № 72. – 136 с. – С. 89–92.
3. Жара Г. І. Компетентність вчителів основ здоров'я: сучасний стан і перспективи розвитку / Г. І. Жара // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 17. Теорія і практика навчання та виховання : збірник наукових праць. – Вип. 6. – К. : вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2007. – 267 с. – С. 79–85.
4. Кучменко О. Б. Психолого-педагогічні основи організації варіативної освіти на початковому етапі навчання у ВНЗ / О. Б. Кучменко // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Випуск 72. Серія: Педагогічні науки: зб. – Чернігів : ЧДПУ імені Т. Г. Шевченка, 2009. – № 72. – С. 49–53.
5. Методика навчання основ здоров'я, валеології та безпеки життєдіяльності [навч. прогр.] / [Страшко С. В., Гриньова М. В., Мороз І. В., Міненко А. О.]. – К. : Освіта України, 2006. – 12 с.
6. Основи валеології [навчальна програма] / [С. В. Страшко, Л. А. Животовська, І. П. Кривич, М. В. Гриньова]. – К. : Освіта України, 2005. – 20 с.
7. Шарко В. В. Формування компетентностей в процесі природоохоронного та здоров'язберігаючого виховання / В. В. Шарко // Фальцфейнівські читання. – Херсон : ПП Вишемирський, 2009. – 466 с. – С. 407–413.

### РЕЗЮМЕ

**А. И. Жарая.** Пропедевтика валеологических знаний студентов факультета физического воспитания в курсе «Анатомия человека с основами спортивной морфологии».

*Современная система высшего педагогического образования требует междисциплинарного подхода в подготовке конкурентоспособного специалиста. При изучении студентами дисциплины «Анатомия человека с основами спортивной морфологии» осуществляется пропедевтическая валеологическая подготовка будущих учителей физической культуры к преподаванию школьного курса «Основы здоровья».*

**Ключевые слова:** подготовка будущих учителей, формирование валеологических знаний, междисциплинарные связи, компетентность.

### SUMMARY

**H. Zhara.** An advance valeological knowledge forming of physical training faculty students in the course «Human anatomy with bases of sporting morphology».

*The modern system of higher pedagogical education requires the intersubject approach in the competitive specialist preparation. At the study of discipline «Human anatomy with bases of sporting morphology» an advance valeological preparation of future teachers of physical culture to school course of «Basis of health» teaching is carried out.*

**Key words:** future teacher preparation, valeologic knowledge forming, intersubject connections, competence.

**Міждисциплінарні зв'язки курсів «Анатомія людини з основами спортивної морфології»,  
«Основи валеології» та «Методика навчання основ здоров'я» («Методика викладання валеології»)**

<b>Змістовий модуль / тема курсу «Анатомія людини з основами спортивної морфології»</b>	<b>Зв'язок з курсом «Основи валеології» [6]</b>	<b>Зв'язок з курсом «Методика викладання валеології» («Методика навчання основ здоров'я») [5]</b>
<p align="center"><b>Кісткова система</b> Скелет тулуба Скелет верхніх кінцівок Скелет нижніх кінцівок Скелет голови – череп</p>	<p>1. Формування та корекція осанки учнів. 2. Харчування і здоров'я. 3. Вплив алкоголю на розвиток організму людини. 4. Спадкові захворювання, обумовлені вживанням алкоголю.</p>	<p>1. Методика проведення навчальних практичних занять щодо вивчення індивідуальних показників фізичного здоров'я, розроблення паспорта здоров'я та індивідуальної оздоровчої програми; виконання вправ для профілактики порушень постави. 2. Методика профілактичної роботи з людьми з особливими потребами.</p>
<p align="center"><b>М'язова система</b> Спрямоване використання фізичних вправ для розвитку м'язів</p>	<p>1. Рухова активність і здоров'я. 2. Гіподинамія. 3. Вплив шкідливих звичок на здоров'я.</p>	<p>1. Активні методи навчання. 2. Виконання вправ на зняття м'язового напруження. 3. Позакласна робота з основ здоров'я.</p>
<p align="center"><b>Внутрішні органи</b> Травна система Дихальна система Сечовидільна система Статева система Ендокринна система</p>	<p>1. Харчування і здоров'я. 2. Попередження стоматологічних захворювань. 3. Поняття про стрес. 4. Шкідливі звички. 5. Генетично обумовлені захворювання. 6. Статеве виховання. 7. Хвороби, що набули соціального значення.</p>	<p>1. Методика проведення навчальних практичних занять щодо визначення калорійності харчового раціону, добору одягу за сезоном та погодою. 2. Профілактика йододефіциту. 3. Профілактика респіраторних захворювань. 4. Профілактика стресів. 5. Виконання техніки імуностимулюючого масажу. 6. Профілактика ВІЛ/СНІДу та ІПСШ. 7. Особливості вивчення питань репродуктивного здоров'я.</p>

Продовж. табл. 1		
<p><b>Серцево-судинна система</b> Серце Провідна система серця Судини великого і малого кола кровообігу</p>	<p>1. Основні хвороби, що є причиною смерті сучасної людини. 2. Функціональні й патологічні порушення серцево-судинної системи. 3. Вплив гіподинамії, харчування, стресів та шкідливих звичок на серцево-судинну систему. 4. Механізми дії наркотичних речовин на організм.</p>	<p>1. Практичні методи навчання. 2. Виконання вправ на зняття м'язового напруження. 3. Вироблення навичок особистої гігієни. 4. Стресопротифілактика.</p>
<p><b>Нервова система</b> Головний мозок Спинний мозок Периферична нервова система Черепномозкові нерви Спинномозкові нерви Аналізатори</p>	<p>1. Соціальне здоров'я. 2. Біологічні ритми. 3. Фактори ризику щодо психічних захворювань. 4. «Шкільний стрес» як один з чинників погіршення здоров'я учнів. Конфліктологія. 5. Проблеми психологічної сумісності людини та її соціального оточення. 6. Механізми дії наркотичних речовин на організм.</p>	<p>1. Соціальні фактори формування та розвитку особистості. 2. Навчання здорового способу життя на засадах розвитку відповідних навичок. 3. Психологічний комфорт у дитячих дошкільних закладах як умова соціальної адаптації дитини в колективі. 4. Методика формування валеологічних понять. 5. Гендерна освіта і виховання. 6. Формування навичок міжособистісного спілкування. 7. Профілактика порушень зору та слуху.</p>
<p><b>Основи спортивної морфології</b> Морфологічні особливості спортсменів різних спеціалізацій Норма реакції Тренованість і перетренованість</p>	<p>1. Складові здоров'я. 2. Валеологічна культура вчителя. 3. Валеологізація навчального процесу. 4. Індивідуальна оздоровча система.</p>	<p>1. Методи діагностики рівня здоров'я учнів. 2. Основні засади моніторингу здоров'я школярів. 3. Здоров'язберігаючі технології в навчальному процесі. 4. Формування валеологічної культури вчителя. 5. Організація валеологічної служби у школі.</p>