

Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України  
Харківський національний педагогічний університет  
імені Г.С. Сковороди  
Природничий факультет  
Кафедра здоров'я людини та корекційної освіти

# ПЕДАГОГІКА ЗДОРОВ'Я

Збірник наукових праць  
Всеукраїнської науково-практичної конференції,  
присвяченої Міжнародному Дню здоров'я  
7 квітня 2011 року

Харків-2011

УДК 371.7+376  
ББК 51.1(4УКР)0+74.580.053.34  
П24

**Редакційна колегія:**

*Головний редактор* – **Микитюк О. М.**, докт. пед. наук, професор, проректор з наукової роботи, зав. кафедри анатомії та фізіології людини ХНПУ імені Г.С. Сковороди

*Заступник головного редактора* – **Бойчук Ю.Д.**, докт. пед. наук, професор, зав. кафедри здоров'я людини та корекційної освіти ХНПУ імені Г.С. Сковороди

Рекомендовано Вченою Радою Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди  
(протокол № 1 від 18 лютого 2011 р.)

**П24 Педагогіка здоров'я:** збірник наукових праць Всеукраїнської науково-практичної конференції / За загальною редакцією проф. О.М. Микитюка. – Х.: ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, 2011. – 356 с.

Збірник містить наукові праці, які присвячені висвітленню результатів психолого-педагогічних досліджень щодо збереження та формування здоров'я дітей, учнівської та студентської молоді. Розглянуті методолого-теоретичні основи педагогіки здоров'я; сучасні підходи до створення здоров'язбережувального освітнього середовища в навчальному закладі; 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.

*Члени редколегії:*

**Синьов В. М.**, докт. пед. наук, професор, академік НАПН, директор Інституту корекційної педагогіки та психології НПУ імені М. П. Драгоманова

**Іонова О. М.**, докт. пед. наук, професор, зав. кафедри природничо-математичних наук ХНПУ імені Г. С. Сковороди

**Горащук В.П.**, докт. пед. наук, професор, зав. кафедри фізичної реабілітації та валеології ЛНУ імені Тараса Шевченка

**Гончаренко М.С.**, докт. біол. наук, професор, зав. кафедри валеології ХНУ імені В.Н. Каразіна, президент Української Асоціації валеологів

**Харченко Л. П.**, докт. біол. наук, професор, декан природничого факультету ХНПУ імені Г. С. Сковороди

**Страшко С. В.**, канд. біол. наук, професор, зав. кафедри медико-біологічних та валеологічних основ охорони життя і здоров'я НПУ імені М. П. Драгоманова

**Волкова І.В.**, зав. Центру формування здорового способу життя Харківської академії неперервної освіти

## З М І С Т

### Розділ І. Психолого-педагогічні аспекти здоров'язбереження учасників освітнього процесу

<b>Микитюк О.М., Бойчук Ю.Д.</b> Еколого-валеологічна культура майбутнього вчителя та науково-методична система її формування.....	10
<b>Іонова О.М.</b> Розивток здоров'я особистості через освіту: досвід вальдорфської школи.....	13
<b>Кривич І.П., Страшко С.В., Палієнко К.В., Гусєва Г.М., Олай-Верано В.В.</b> Стан психічного здоров'я ВІЛ-інфікованих і хворих на СНІД	21
<b>Александрович Н.О.</b> Формування ціннісного ставлення майбутнього вчителя до природи на концептуальних засадах екоетики.....	24
<b>Бабаш А.Р.</b> Формування позитивного мислення як засіб збереження психічного здоров'я дітей підліткового віку.....	26
<b>Бєлікова Н. О.</b> Здоров'язбережувальні технології як провідний чинник у підготовці майбутніх фахівців з фізичної реабілітації.....	29
<b>Бєляєва П.В.</b> Отношение студентов Запорожского национального университета экономико-гуманитарного факультета в г. Мелитополь к занятиям по физическому воспитанию.....	33
<b>Бойчук Ю.Д., Максимова Ю.П.</b> Досвід формування санітарно-гігієнічної культури майбутніх учителів біології при вивченні паразитичних червів у курсі зоології безхребетних.....	36
<b>Вєрбєнець Т.П., Оніпченко О.І., Рассказова О.І., Рассказова П.І.</b> Розвиток альтернативних джерел енергії як шлях збереження здоров'я підростаючого покоління.....	39
<b>Воропаєва А.Г.</b> Необхідність формування здоров'язберігаючої компетентності учнів ПТНЗ.....	42
<b>Воскобойнікова Г.Л.</b> Валеологічна модель оздоровчої навчально-виховної роботи майбутнього вчителя початкової школи.....	45
<b>Гінзбург В.Г., Полішко Т.М., Полушкін П.М., Гальченко Д.В.</b> Психолого-педагогічні засади формування здорового способу життя.....	46
<b>Глухов І.Г.</b> Забезпечення права громадян України на безпечне для здоров'я навколишнє середовище.....	52
<b>Голік І.В.</b> Професійна готовність до діяльності вчителя з основ здорового способу життя.....	56
<b>Голуб Н.П., Голуб В.М.</b> Формування здорового способу життя при викладанні дисциплін біологічного спрямування.....	63
<b>Городинський С.І., Ібрагімова С.Ю.</b> Методи фізичного виховання як інструмент боротьби із алкогольною та наркотичною залежностями...	67
<b>Демінська Л.О.</b> Значення формування культури здоров'я студентської молоді.....	70
<b>Денисова О.М.</b> Формування здорового способу життя засобами фізичної культури.....	74
<b>Єжова О.О.</b> Методичні підходи до процесу формування ціннісного ставлення до здоров'я учнів професійно-технічних навчальних закладів..	78

Отже, в процесі навчання відбувається не лише розширення поінформованості стосовно сучасних досягнень екоетики, а засвоєння їх у власній діяльності, що базується на реалізації психоемоційних властивостей людини: співпереживанні, співчутті, радості, любові, відчутті гармонії. При цьому реалізується принципово новий шлях впливу на поведінку, який здійснюється за схемою: емоції → ставлення → знання → поведінка, та базується на формуванні суб'єктного ставлення до природи, і відбувається через емоційну оцінку та інтелектуалізацію емоцій для виходу на практичний рівень.

Показником результативності екоетичного виховання є сформованість екоетичної позиції майбутнього вчителя. Як професійно-особистісна характеристика вона відображає ставлення майбутнього вчителя до навколишнього природного середовища як біологічної основи здоров'я людини, джерела матеріального добробуту та естетичної насолоди. Екоетична позиція виявляється у системі ціннісних настанов, моральних вимог і заборон, які набули особистісного змісту у структурі професійно-педагогічної свідомості майбутнього вчителя та стали спонукальними мотивами для прийняття ним виважених відповідальних рішень на основі ґрунтовних екологічних знань, оволодіння арсеналом оптимальних засобів неруйнівної екологічної діяльності.

**Бабаш А.Р.**

Харківський національний педагогічний університет  
імені Г. С. Сковороди

## **ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОГО МИСЛЕННЯ ЯК ЗАСІБ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ**

В умовах соціально-економічних та суспільних перетворень спостерігається тенденція до зростання негативних думок, негативного ставлення до життя, особливо серед підлітків, що призводить до зниження рівня психічного здоров'я особистості. Виникає значна кількість угруповань та субкультур, котрі пропагують занепадницький настрій, невдоволеність життям. Стимулює розвиток цих течій сучасна музика й телебачення. Для підлітка це може мати негативні наслідки, спричиняти психічні розлади, навіть призвести до спроби суїциду.

Особистість у цьому віці не є остаточно сформованою й легко піддається зовнішньому впливу соціуму, засобів масової інформації, ще не здатна повністю контролювати свої емоції та вчинки. Це вік юнацького максималізму, коли навіть маленька проблема стає нездоланною перешкодою.

У зв'язку з цим особливо актуальним є формування позитивного мислення, позитивного погляду на життя в підлітковому віці. Вирішенню цієї проблеми приділяють увагу багато науковців, зокрема А. Белкін, Д. Джампольскі,

Б. Кочубей, І. Кулагіна, Е. Ле Шан, Є. Новікова, Ю. Орлов, Я. Рейковський, Л. Фрідман, А. Фромм, О. Шмельова та ін.

Аналіз психолого-педагогічних джерел дозволяє стверджувати, що позитивне мислення є ставленням до життя, самого себе, подій, що відбулись і подій, які тільки мають статися. Це наші позитивні думки, слова і образи, які є джерелом особистісного зростання й успіху. Позитивне мислення є очікуванням щастя, радості, здоров'я, успішного завершення будь-якої ситуації та прийнятих рішень.

Психологи вважають, що без збереження і розвитку психічного і морального здоров'я учнів набуті знання втрачають свою цінність. Через це позитивне мислення сприяє як оздоровленню психіки дітей, так і оптимізації педагогічного процесу в цілому. Зокрема, А. Белкін зображує сутність психологічного успіху як переживання стану радості, задоволення від того, що результат, до якого особистість прагнула у своїй діяльності, збігся з очікуваннями чи перевершив їх. На основі цього формуються стійкі почуття задоволення, нові, сильніші мотиви діяльності, підвищення самооцінки і самоповаги [1]. Завдяки переживанню дитиною успіху у неї формуються елементи позитивного мислення. Якщо успіх стає стійким, починають відбуватися зміни, що вивільняють потенційні можливості особистості й несуть невичерпний заряд людської духовної енергії.

Відомий американський педагог, психолог та психотерапевт Еді Ле Шан [4] на підставі сорокарічного досвіду роботи з дітьми пропонує застосовувати певні правила та рекомендації з метою профілактики патогенного мислення у дітей. Автор вважає, що для цього особистість має:

1) любити себе (дитина має бути здатною цінувати себе – саме на цій основі вона зможе стати впливовою, реалізовувати свої можливості);

2) вміти інтерпретувати поведінку (особистість, яка відчуває настрій людей, розуміє різні види поведінки, не схильна засмучуватися, наприклад, у ситуаціях протистояння товаришів, зауважень вчителя та ін. Якщо свідомість дитини звільниться від розгубленості, образи, вона буде здатна повноцінно сприймати навколишню дійсність);

3) сприймати світ реалістичніше (дорослим слід не захищати будь-якими засобами дитину від складних соціальних проблем, а вміти на доступному рівні пояснити ситуацію, проаналізувати її причини та способи вирішення. Це підготує дитину до невизначеності, непостійності в реальному житті, допоможе уникнення інфантилізму);

4) не боятися невдач (школяреві необхідно допомогти зрозуміти, що навчання, як і життя – тривалий процес, де можуть бути успіхи й невдачі, єдиний спосіб для людини просуватися вперед – йти на ризик);

5) вміти довіряти дорослим (слід допомогти дитині зрозуміти, що існує багато ситуацій, якими вона не може керувати самостійно, а значить – потрібна допомога дорослих і її необхідно просити);

6) думати самому (сказати “ні” для дитини означає сказати „я існую”. Дорослих лякає і злить це усвідомлення самостійності особистості, в той час як

вони мають радіти з цього. Почуття власної унікальності та здатності до вибору – життєво важлива частина людського існування. Педагог має поважати особистість дитини, її погляди, прагнення та інтереси).

Поряд з порадами, рекомендаціями психологи розробляють спеціальні ігри, вправи для цілеспрямованого формування в дітей навичок позитивного мислення. Конкретні ігри та вправи доцільно підбирати відповідно до специфіки вікових психологічних особливостей дітей. З різноманіття методів особливе місце належить психогімнастиці, яка передбачає комплекс установок для оздоровлення мислення дітей, виховання внутрішньої рівноваги і поліпшення психічного здоров'я особистості. Метою цього комплексу є переорієнтація психіки дитини на саногенну основу, допомога дітям в усвідомленні, що вони завжди мають вибір – жити в злагоді чи конфліктувати з самим собою. Досвід, набутий у процесі занять, допоможе дитині відчути себе щасливою. Основними положеннями, на яких базується даний комплекс, є такі: кожен має можливість обрати, в якому стані бути: досягти внутрішньої рівноваги чи перебувати в стані конфлікту; всі люди об'єднані зв'язками людських взаємин в одне ціле; те, що ми сприймаємо за допомогою органів чуття, надає нам лише суб'єктивний і часто обмежений погляд на дійсність (наприклад, забарвлює в темні тони поганого настрою чи у світлі тони гарного настрою); позитивні думки породжують позитивну реальність та навпаки.

Застосування означеного комплексу сприяє формуванню внутрішньої рівноваги, почуття спільності з оточуючими й позбавленню відчуття страху, самотності, виходу зі стану конфлікту з самим собою. Займаючись саногенним вихованням дитини, дорослі повинні пам'ятати, що у шкільному віці можна закласти лише фундамент, на базі якого надалі особистість може виробляти життєво важливу якість – позитивне мислення.

У нашому дослідженні з метою формування позитивного мислення дітей підліткового віку ми використовували такий комплекс засобів: проведення бесіди на тему “Життя в різних кольорах”; тренінгу “Щастя поряд”; гри КВК “Ми позитивні, активні, щасливі”; концерту силами підлітків для учнів молодших класів „Хвиля позитиву”; циклу ігрових взаємодій з учнями, націлених на саногенне виховання (“Різні настрої”, “Допоможи товаришеві”, “Я не можу – я можу – я зумію”).

Реалізація означеного комплексу сприяла підвищенню рівня активності, життєрадісності, товариськості, зацікавленості, допитливості учнів, створенню позитивної емоційної атмосфери.

Результати проведеної роботи свідчать про ефективність запропонованих нами засобів формування позитивного мислення – в підлітків спостерігалось значне підвищення рівня самооцінки, комунікабельності, активності, зростання мотивації до саморозвитку і самовдосконалення, вони позитивно виявляють себе у творчій діяльності.

Отже, використання засобів формування позитивного мислення в підлітковому середовищі сприятиме зміцненню психічного, духовного здоров'я й позитивній соціалізації особистості в цілому.

### Література

1. Белкин А. С. Ситуация успеха. Как ее создать. – М. : Просвещение, 1991. – 176 с.
2. Васильева Т. Н. Саногенное мышление учащегося, учителя. – Калининград, 2000. – 248 с.
3. Джампольски Д. Как обрести внутреннее равновесие и оздоровить отношения с окружающими. – М : Просвещение, 1990. – 316 с.
4. Ле Шан Э. Когда ваш ребенок сводит вас с ума. – М., 1990. – 157 с.

**Бслікова Н.О.,**

Луцький інститут розвитку людини  
Університету “Україна”

### **ЗДОРОВ’ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ ЯК ПРОВІДНИЙ ЧИННИК У ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ**

Загальносвітові тенденції, динамічний розвиток України на початку ХХІ століття та її стрімкий рух до загальноєвропейського освітнього простору обумовлюють високі вимоги до системи вищої професійної освіти, до якості підготовки майбутніх фахівців. Фактично, мова йде про створення ефективної моделі змісту освіти не просто фахівця з фізичної реабілітації, а професіонала нової формації з врахуванням загальних закономірностей становлення професійної діяльності і саморозвитку особистості, здатної перетворювати, моделювати і коректувати здоров’язбережувальний простір.

Знання, володіння і вміння застосовувати здоров’язбережувальні технології є важливою складовою професійної компетентності сучасного фахівця з фізичної реабілітації. Аналіз літератури з даного питання показав, що здоров’язбережувальні технології були предметом дослідження Т. Бичкової, М. Безруких, О. Бутакової, Є. Пужаєвої, М. Смирнова, І. Соколової, В. Сонькіна, І. Чупахи та ін. В той же час, нині гостро стоїть питання розв’язання проблеми готовності майбутнього фахівця з фізичної реабілітації до здоров’язбережувальної діяльності, провідним фактором якої є володіння здоров’язбережувальними технологіями.

Мета статті – розкрити роль здоров’язбережувальних технологій у професійній підготовці майбутніх фахівців з фізичної реабілітації.

Поняття “здоров’язбережувальні технології” з’явилося в освіті в останні 6-7 років, вони передбачають засвоєння теоретичних знань, формування пізнавальної діяльності з питань методики оздоровчого тренування, здоров’я та його кількісної оцінки за допомогою комп’ютерних технологій, що дозволяє прищепити навички фізичної культури, культури здоров’я, здорового способу життя.

На думку О. Московченко, здоров’язбережувальні технології – це сукупність наукових знань, засобів, методів і прийомів, що дозволяють оцінити