

ISSN 2786-9148 Online
ISSN 2786-913X Print



СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ СТВОРЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО СЕРДОВИЩА У ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ

Збірник наукових праць

Випуск 2

Дрогобич - 2024

ISSN 2786-9148 Online

ISSN 2786-913X Print

**Міністерство освіти і науки України
Дрогобицький державний педагогічний університет
імені Івана Франка**

**СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ СТВОРЕННЯ
ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА У
ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ**

**Збірник наукових праць
Випуск 2**

**Дрогобич
2024**

УДК 37.01:613(08)

*Рекомендовано до друку вченою радою Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка
(протокол №5 від 30.05. 2024 р.)*

Головний редактор:

Калічак Ю.Л. - кандидат педагогічних наук, доцент кафедри загальної педагогіки та дошкільної освіти

Редакційна колегія:

Галик В.М. - кандидат історичних наук, доцент, проректор з науково-педагогічної роботи та інформатизації; Гриник І.М. - кандидат педагогічних наук, доцент, проректор з науково-педагогічної роботи, міжнародних зв'язків та інформаційної діяльності; Лук'яненко М.І. - доктор педагогічних наук, професор, декан факультету здоров'я людини та природничих наук; Пантюк Т.І. - доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри загальної педагогіки та дошкільної освіти; Івах С.М. - кандидат педагогічних наук, доцент кафедри загальної педагогіки та дошкільної освіти; Федорович А.В. — кандидат педагогічних наук, доцент кафедри загальної педагогіки та дошкільної освіти; Філь В.М. - кандидат біологічних наук, доцент, завідувач кафедри медико-біологічних дисциплін, географії та екології; доцент кафедри педагогіки та методики початкової освіти; Надім'янова Т.В. - кандидат педагогічних наук, доцент кафедри загальної педагогіки та дошкільної освіти; Патен І.М. - кандидат філологічних наук, доцент кафедри української мови

Сучасні тенденції створення здоров'язберезувального середовища у закладах освіти : збірник наукових праць / ред. кол. Ю. Калічак (головний редактор) та ін. Дрогобич : Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка, 2024. 138 с.

URL: <https://ctcheel.dspu.edu.ua/>

Збірник зареєстровано Національною радою України з питань телебачення і радіомовлення у реєстрі суб'єктів у сфері медіа ([рішення №1155](#)).

Журнал висвітлює актуальні питання створення здоров'язберезувального середовища у закладах освіти в сучасних умовах.

Рік заснування журналу: 2023.

Періодичність видання: двічі на рік.

Збірник наукових праць призначений для студентів, аспірантів, викладачів, вихователів закладів дошкільної освіти, вчителів, батьків.

За достовірність інформації та дотримання академічної доброчесності відповідають автори публікацій.

Матеріали подані в авторській редакції.

ЗМІСТ

Ашиток Н. Здоров'язбережувальні технології в роботі з дітьми із особливими освітніми потребами в Україні.....	4
Ашиток Н., Кавчак І. Безпечне освітнє середовище як важлива умова інклюзивного навчання.....	12
Huk N., Purii G. Formation of health preserving competence of future social educators.....	19
Долішняк Н., Чомко І. Особливості використання засобів оздоровчої гімнастики в сучасному закладі дошкільної освіти	26
Калічак Ю. Формування здоров'язбережувальної компетентності вихователя в умовах сучасного закладу вищої освіти.....	35
Кахновець Р. Збереження психологічного здоров'я учнів старшої школи в умовах війни.....	45
Кисиличін А., Філь В. Роль і значення інформаційних технологій у формуванні здорового способу життя.....	53
Мацигін В. Гуманітаризація освіти як чинник розвитку самостійності студентської молоді.....	63
Мотика А. Фітбол-гімнастика як інноваційна здоров'язбережувальна технологія у закладах дошкільної освіти	70
Нагорна Н., Малик Ю. Комплексний підхід до профілактики захворювань опорно-рухового апарату здобувачів вищої освіти.....	78
Пруська А. Усебічне виховання у спадщині О. Вишневського	86
Сітасанова А. Використання інтерактивних методів навчання в Японії.....	94
Фарима С. Освіта в Німеччині та методика викладання історії в німецьких школах.....	103
Хомин О., Калічак Ю. Законодавче забезпечення дошкільної освіти.....	119
Yazhyk O., Dyminska A. The main directions of the health care activities of the social educator in a modern institution of general secondary education.....	127
НАШІ АВТОРИ	136

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ В РОБОТІ З ДІТЬМИ ІЗ ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНІМИ ПОТРЕБАМИ В УКРАЇНІ

**Надія Ашиток
м. Дрогобич**

Здоров'я суспільства передусім визначається здоров'ям дітей. В останні роки ситуація зі здоров'ям дітей стала критичною. Зросли загальний рівень захворюваності та поширеність окремих хвороб. Цьому сприяє посилення впливу на здоров'я дітей факторів ризику екологічного, медичного та соціального характеру, погіршення структури харчування та зниження ефективності традиційних профілактичних заходів [5]. Що стосується дітей з ООП, то впровадження здоров'язбережувальних технологій у процесі їх навчання та виховання є особливо актуальним. За даними ВООЗ, частота народження дітей з вродженими порушеннями розвитку сягає 4–6 % від загальної кількості немовлят. У 15 % дітей діагностують порушення розвитку протягом перших 5–10 років. В Україні вроджені порушення розвитку трапляються у понад 2300 випадках на 100000 народжених [3]. Дослідники зазначають, що лише 10 % всіх дітей приходять до школи абсолютно здоровими. У значної частини дітей проблеми зі здоров'ям пов'язані з наявністю вроджених або набутих порушень, і, як наслідок, вони відстають у навчанні не через занедбаність, а через стан здоров'я. Отже, з самого початку шкільного навчання більшість дітей мають певні відхилення у функціонуванні одного або кількох органів, і за відсутності профілактичних заходів ці відхилення можуть з часом посилюватися та ускладнювати процес навчання [4, с. 45–46].

Шкільні фактори також впливають на здоров'я дітей.

Наприклад, у 70 % дітей молодшого шкільного віку особистісна, розумова та фізична витривалість не відповідає шкільному навантаженню. Крім того, за п'ять років навчання в школі кількість шлунково-кишкових захворювань зростає в три-чотири рази, а кількість захворювань органів зору та неврологічних захворювань подвоюється [7, с. 389–393]. Унаслідок існування зазначеної проблематики актуальним є вивчення факторів, що негативно впливають на стан здоров'я неповнолітніх, та пошук шляхів збереження та поліпшення цього стану. Дослідженням означеної проблематики займалися Н. Алендарь, Т. Бережна, . Гаращенко, С. Гуменюк, В. Єфімова, В. Кошель, Ю. Лозинська, Т. Луценко, К. Микуліна, Є. Починок та ін. Незважаючи на значну кількість публікацій, названі вище проблеми, особливо ті, що стосуються впровадження здоров'язбережувальних технологій у педагогічну практику з дітьми із особливими освітніми потребами в Україні, залишаються малодослідженими.

Мета статті – дослідити особливості впровадження здоров'язбережувальних технологій у педагогічну роботу з дітьми із особливими освітніми потребами в Україні.

Здоров'язбережувальні технології – це вид сучасних інновацій, спрямованих на захист здоров'я учасників навчально-виховного процесу. Здоров'язбережувальні технології в освітніх закладах поєднуються з традиційними формами і методами в педагогіці, які доповнюються різними методами зміцнення здоров'я. За допомогою цих технологій розв'язується багато завдань, до яких, зокрема, належать збереження актуального стану здоров'я, зміцнення психічного та соціального здоров'я, створення належних умов для навчання і виховання, які сприяли б збереженню здоров'я, дотримання вимог гігієни в закладах освіти, профілактика захворювань, допомога дітям у досягненні принципів здорового способу життя, формування здорових звичок, дотримання режиму дня, усвідомлення дітьми необхідності занять

фізичною культурою, формування ціннісних установок у ставленні до власного здоров'я.

Здоров'язбережувальні технології сприяють створенню безпечних умов для перебування, навчання, виховання та розвитку дітей у закладі освіти, розв'язують завдання вираженої організації навчально-виховного процесу, адаптують навчальні та фізичні навантаження до можливостей дітей. Мета здоров'язбережувальних технологій – озброїти дітей знаннями, вміннями та навичками, необхідними для ведення здорового способу життя, і навчити їх використовувати їх у повсякденному житті.

У рамках осмислення здоров'язбережувальних технологій у системі освіти здоров'я визначають як психофізичний і психологічний стан дитини, що забезпечує достатньо високий рівень інтелектуальної і фізичної працездатності та адаптованості до постійно мінливого освітнього, соціального і природного середовища [4, с. 33]. Сутність здоров'язбережувальних технологій полягає у здійсненні відповідних корекційних, психолого-педагогічних та реабілітаційних заходів, спрямованих не лише на формування більш високого рівня здоров'я і набуття навичок здорового способу життя, а й на поліпшення якості життя особистості [2, с. 2–76].

Існують різні підходи до організації процесу підтримки здоров'я. Відповідно до цих підходів розрізняють наступні технології:

1) медичні технології. Традиційно питаннями зміцнення здоров'я займаються працівники сфери охорони здоров'я, проте в закладах освіти впроваджувати профілактичні програми здоров'я зобов'язані педагоги;

2) фізкультурно-оздоровчі технології. Спрямовані на фізичний розвиток, тренування м'язової сили, витривалості, швидкості, гнучкості та інших якостей людей, які відрізняють здорових осіб від фізично слабких. Зазначені технології

реалізуються на заняттях з фізкультури та в спортивних секціях;

3) технології зі збереження навколишнього середовища. Базуються на гармонії співіснування людини з природою і спрямовані на створенні екологічно безпечних, оптимальних умов для життя і праці людей. У закладах освіти – це озеленення прилеглих територій, створення рекреаційних зон, живих куточків, участь у природоохоронних заходах тощо;

4) технології охорони здоров'я та безпеки. Відповідальними за їх впровадження є фахівці з охорони праці, захисту, надзвичайних ситуацій, архітектори, будівельники, працівники комунальних служб, інженерних служб, цивільної оборони та пожежні інспектори.

5) технології зміцнення здоров'я. Технології цього різновиду можна поділити на такі підгрупи: організаційно-педагогічні – визначають структуру навчально-виховного процесу і допомагають запобігти виникненню перевтоми, гіподинамії та іншим дезадаптивним станам; психолого-педагогічні – передбачають безпосередню роботу педагога з дітьми; технології, спрямовані на прищеплення дітям свідомого ставлення до збереження власного здоров'я, розроблення програм прищеплення неповнолітнім навичок здорового способу життя та профілактиці негативних звичок; організаційно-педагогічна робота з дітьми у позанавчальний час; просвітницька робота з батьками;

6) технології соціальної адаптації та розвитку особистості включають методи, що забезпечують формування та поліпшення психологічного здоров'я дітей та підвищують їхню психологічну витривалість [4, с. 37–38]. До методів соціальної адаптації та розвитку особистості належать ті, що забезпечують формування і зміцнення психологічного здоров'я дитини, підвищують психологічну адаптивність особистості. Це – тренінги соціально-психологічного спрямування, соціальні та сімейно-педагогічні

програми (до яких мають бути залучені не лише діти, а й їхні батьки та педагоги), технології зміцнення здоров'я у межах санітарно-гігієнічного виховання та лікувальної фізкультури, що сприяють загартуванню організму та формуванню його здатності до боротьби зі збудниками хвороб [4, с. 37–38].

За останні десятиліття стан здоров'я та фізичного розвитку українських дітей погіршився. Серед чинників, що спричиняють погіршення здоров'я дітей, чи не найважливішу роль відіграє збільшення навчального навантаження, наслідки якого призводять до стресів та неврозів. Виважений підхід до визначення обсягу навчального навантаження у поєднанні із впровадженням здоров'язбережувальних технологій допоможе б запобігти поширенню функціональних порушень та органічної патології у дітей.

Сповідування здорового способу життя та використання здоров'язбережувальних технологій має особливе значення для забезпечення цілісного розвитку дітей з ООП. Технології зазначеного типу для цих дітей сприяють оптимізації освітньої діяльності, виваженої рухової активності, підвищенню їхніх адаптаційних можливостей. З метою активізації навчальної діяльності осіб зазначеної категорії доцільно впроваджувати корекційно-розвивальні рухливі ігри, які включають елементи раніше вивчених фізичних вправ. Це сприяє зменшенню навантаження та втоми дітей, підвищенню рівня усвідомлення матеріалу та поліпшенню їхньої інтелектуальної та фізичної компетентності.

Під час занять з фізкультури асистенти вихователя та батьки (інші уповноважені особи або асистенти дитини) зобов'язані постійно контролювати стан дітей з ООП. Для корекції психоемоційного стану неповнолітніх треба використовувати дихальні вправи, кистьову та пальчикову гімнастику, елементи масажу або самомасажу, імітаційні й ритмічні вправи, вправи з

елементами фітболу, музикотерапію та кольоротерапію.

Важливим є ретельний підбір та використання адаптованого фізкультурного обладнання. Комплексне застосування цих засобів дає можливість розв'язувати завдання охорони здоров'я та його зміцнення. До таких засобів належать фізичні вправи, оздоровчий вплив природи, гігієнічні чинники, формування ціннісного ставлення до здоров'я, гімнастика, спортивно-прикладні вправи (зокрема, доцільними є вправи з легкої атлетики), рухливі ігри та ін.

Важливість забезпечення оптимальних гігієнічних і санітарно-гігієнічних умов для проведення занять з фізичного виховання пов'язана з чутливістю організму дітей з ООП до чинників навколишнього середовища. Підвищена вологість, бактеріальна забрудненість, несприятливий температурний режим, погіршення складу повітря в приміщенні, недостатнє освітлення можуть призвести до погіршення психоемоційного стану, здоров'я, фізичної й інтелектуальної працездатності дітей. З точки зору впливу на здоров'я дітей, до здоров'язбережувальних технологій належать ті, що запобігають дезадаптивним станам у дітей (наприклад, ранкова гігієнічна гімнастика, фізкультпаузи, ритмічна гімнастика), ті, що безпосередньо впливають на функціональний стан різних органів і систем дитячого організму (гімнастика для очей, масаж, дихальна гімнастика, звуко-, кольоротерапія тощо), освітні технології (наприклад, медіатехнології), що включають програми, спрямовані на навчання дітей піклуватися про власне здоров'я та формування культури здоров'я як складової загальнолюдської культури); технології, пов'язані з формуванням психологічного здоров'я дитини (релаксація, кінетична гімнастика, пальчикова гімнастика, психогімнастика, психотерапія, казкотерапія, сміхотерапія тощо) та ін. [1, с. 28–33].

В останні десятиліття стан здоров'я та фізичний розвиток

українських дітей продовжує погіршуватися. Своєчасна оцінка стану здоров'я неповнолітніх, визначення їх психофізичного потенціалу та комплексний підхід до впровадження здоров'язбережувальних технологій допоможуть запобігти поширенню функціональних порушень та органічної патології серед дітей. Ефективність зазначених технологій у роботі з дітьми з ООП вимагає від педагогів враховувати інтелектуальні та фізіологічні особливості осіб цієї категорії з метою збереження здоров'я, зміцнення адаптивних можливостей та запобігання фізичному і психічному перевантаженню.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Бобренко І.В. Здоров'язберігаючі технології в освіті молодших школярів із порушеннями інтелектуального розвитку. Бобренко І.В. *Інноваційні підходи в освіті та реабілітації дітей із особливими освітніми потребами (до 15-річчя ВГО «Українська асоціація корекційних педагогів»)*: збірник матеріалів IV Всеукраїнської науково-практичної конференції. Київ, 2020. С. 28–33.
2. Бойченко Т. Є. Валеологія-мистецтво бути здоровим. *Здоров'я і фізична культура*. 2005. № 2. С. 72–76.
3. Вроджені вади розвитку. URL: https://vue.gov.ua/%D0%92%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D1%96_%D0%B2%D0%B0%D0%B4%D0%B8%D1%80%D0%BE%D0%B7%D0%B2%D0%B8%D1%82%D0%BA%D1%83.
4. Михальський АВ., Жигульова Е.О., Михальська Ю.А. Здоров'язберігаючі технології при роботі з дітьми із особливими освітніми потребами : навчальний посібник. Кам'янець-Подільський : Видавець Ковальчук О.В., 2020. 228 с.
5. Няньковський С.Л., Яцула М.С., Чикайло МІ.,

Пасечнюк І.В. Стан здоров'я школярів в Україні. URL: <http://www.mif-ua.com/archive/article/32962>.

6. Сутула В.О. Сучасні педагогічні технології в системі фізичного виховання школярів : монографія. Харків, 2013. 117 с.

7. Шкіряк-Нижник З. А., Слободченко Л. М., Числовська Н. В. та ін. Психоемоційний стан підлітків-учнів загальноосвітніх шкіл. *Збірник наукових праць співробітників КМАПО ім. П. Л. Шупика*. 2004. Вип. 13, кн. 1. С. 389–393.

БЕЗПЕЧНЕ ОСВІТНЄ СЕРЕДОВИЩЕ ЯК ВАЖЛИВА УМОВА ІНКЛЮЗИВНОГО НАВЧАННЯ

**Надія АШИТОК, Ірина КАВЧАК
м. Дрогобич**

Демократичні процеси у сучасному українському суспільстві сприяли гуманістичному реформуванню освіти. У цьому контексті важливим процесом є впровадження в освітній простір інклюзивного навчання, що передбачає систему освітніх послуг і ґрунтується на принципі забезпечення основного права дитини на освіту, а також права навчатися за місцем проживання в безпечних для здоров'я умовах. Зазначені умови створюються згідно з численними правовими документами, найголовнішими з яких є Закон «Основи законодавства України про охорону здоров'я», закони «Про реабілітацію інвалідів в Україні», «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо професійної і трудової реабілітації інвалідів», «Про освіту» та ін. Зокрема, у статті 3 п. 2 Закону України «Про освіту» зазначено, що «в Україні створюються рівні для всіх громадян умови доступу до освіти. Право на освіту гарантується незалежно від віку, статі, раси, стану здоров'я, інвалідності, громадянства, національності, а також інших обставин та інших ознак» [7; с. 15]. На основі цього положення за статтею 20 у названому Законі вимагається для «організації інклюзивного навчання для осіб з особливими освітніми потребами забезпечити доступність будівель, споруд, і приміщень згідно з державними будівельними нормами і стандартами, а проектування, будівництво та реконструкція цих будівель і приміщень здійснюються з урахуванням принципів універсального дизайну та розумного пристосування» [7, с. 18]. У Листі Міністерства освіти і науки

України від 13.08.2014 № 1/9-414 також йдеться «Про забезпечення безперешкодного доступу до навчальних закладів» [Там само].

Активне впровадження у життя інклюзивної освіти зумовило не лише потребу правового забезпечення, а й появу наукових праць, предметом вивчення яких стали проблеми організації цього різновиду освіти, у тому числі у плані збереження здоров'я осіб з особливими освітніми потребами та створення для них інклюзивного освітнього середовища (С. Дудко, Н. Касярум, Л. Лавріненко, О. Свиридчук та ін.) [2; 6; 8, с. 139–145].

Мета статті – вивчення окремих проблем безпечного освітнього середовища як умови інклюзивного навчання.

Освітнє середовище трактується по-різному. З позиції локально-постерного підходу воно входить до складу освітнього простору як самостійної структури [3, с. 107–113]. Із соціально-педагогічної точки зору – це «єдність дій навчальних закладів, сім'ї, позашкільних державних та громадських установ, інформаційно-культурного середовища; сукупність матеріальних вимог у відповідності з педагогічними, ергономічними, санітарно-гігієнічними вимогами до освітнього процесу; різноманітний, різнорівневий світ, який оточує людину, формує її уявлення про цей світ, ставлення до людей, довкілля, навколишньої дійсності» [10, с. 108–110].

Інклюзивне освітнє середовище також тлумачать по-різному. На думку В. Козулі, це – «спеціальне середовище, спрямоване на забезпечення сприятливих умов для навчання і всебічного розвитку дітей з різним рівнем здоров'я та освітніми потребами. Створення інклюзивного середовища спрямоване на гармонійне поєднання психолого-педагогічних умов, технічних засобів і ресурсів закладу освіти для організації освітнього процесу з особами, які мають особливі освітні потреби» [4, с. 131–136]. О. Колісник під «освітнім

середовищем» розуміє складну, спеціально організовану й керовану система, «у межах якої вирішуються задачі щодо навчання, виховання, розвитку, корекції розвитку, забезпечуються особистісні потреби, відбуваються процеси адаптації, спілкування, соціалізації, саморозвитку тощо» [5, с. 35–36].

Нами інклюзивне освітнє середовище тлумачиться згідно із статтею 1 Закону України «Про повну загальну середню освіту» як сукупність умов, способів і засобів їх реалізації для спільного навчання, виховання та розвитку здобувачів освіти з урахуванням їхніх потреб та можливостей [7].

Коли говорити про створення безпечного інклюзивного освітнього середовища йдеться передусім про формування безпечних умов навчання, виховання та розвитку дітей з урахуванням їх потреб та можливостей у таких напрямках: фізичному (облаштування відповідного освітнього простору, створення ресурсної кімнати, робочого місця дитини, котре б задовольняло її потреби, обов'язкова наявність спеціального обладнання із належними навчальними матеріалами); екологічному (застосування лише природних, не шкідливих матеріалів); психологічному (формування у дітей толерантного ставлення до інклюзії в освітньому та соціальному середовищі, організація психологічної підтримки кожного, хто її потребує, розвиток у дітей відповідальної поведінки, здорового способу життя, запровадження у закладі освіти профілактичних програм тощо); соціальному (розвиток у дітей емоційного інтелекту, навичок конструктивного спілкування); інформаційному (впровадження спеціальних інформаційних і навчальних технологій, розвиток у дітей критичного мислення тощо) [5, с. 37]. Ці характеристики безпечного інклюзивного освітнього середовища важливі для всіх дітей незалежно від їх психофізичних особливостей, оскільки безпека є базовою потребою для всіх людей. Звісно, коли йдеться про осіб з особливими освітніми потребами, питання безпеки в

освітньому середовищі стає більш гострим. Це пов'язано з вразливістю дітей зазначеної категорії до архітектурної для них недоступності, перебування в умовах підвищеного травматизму тощо. Про зазначене йдеться у численних дослідженнях у галузі соціальної педагогіки та психології (О.В. Мартинчук, К.В. Луцько, О.П. Таран, Т.В. Мельніченко та ін.), у яких доведено, що первинні порушення призводять до вторинних. Психофізичні особливості розвитку (нетовариськість, пригніченість, фрустрація тощо) як вторинні особистісні риси дитини з особливими освітніми потребами зумовлюють зниження об'єктивного сприйняття безпеки освітнього середовища. Недостатньо сформоване відповідальне ставлення до свого життя та здоров'я, залежність поведінки від зовнішнього контролю, неможливість спрогнозувати наслідки власних дій, безвідповідальність у стосунках негативно впливають на самостійний пошук безпечних для свого життя і здоров'я рішень [5, с. 36].

Ми підтримуємо думки Т. Цюман та Н. Бойчуку тому, що «безпечне освітнє середовище – це стан освітнього середовища, в якому наявні безпечні умови навчання і праці, комфортна міжособистісна взаємодія, що сприяє емоційному благополуччю дітей, педагогів і батьків), відсутні прояви насильства та існують ресурси для їх запобігання, а також дотримуються права і норми фізичної, психологічної, інформаційної та соціальної безпеки кожного учасника освітнього процесу» [9, с. 10].

Створення безпечного інклюзивного освітнього середовища – це тривалий процес, котрий потребує виваженої роботи державних, громадських, освітянських інституцій, педагогічних колективів, на міжособистісному й особистісному рівні тощо [5, с. 38–39].

В умовах воєнного стану в Україні влаштування безпечного освітнього середовища є першочерговим завданням задля реалізації права на належні умови навчання та уможливлення права дітей на освіту незалежно від їхніх психофізичних

особливостей у складні для держави часи. Державна служба якості освіти розробила рекомендації, які орієнтують директора будь-якого закладу організувати безпечне освітнє середовище у різних форматах: очному, дистанційному, змішаному, а також гнучко змінювати ці формати залежно від ситуації [1].

Згідно з рекомендаціями заклади освіти мають подбати про облаштування безпечного укриття, організувати безпечне та безперешкодне пересування по закладу, безпечне освітнє середовище. Однією з передумов зазначеного середовища є наявність чітких процедур реагування і поведінки всіх учасників навчального процесу, ознайомлення їх зі шляхами для евакуації до найближчого укриття, налагодження партнерства з батьками. Зокрема, важливо спільно з батьками домовитися про додатковий вміст шкільного рюкзака, у який, крім навчальних матеріалів, варто вкласти пляшку з водою, перекус, необхідні ліки з інструкцією, запискою з прізвищем дитини, батьків, контактними телефонами, адресою. Педагог повинен мати інформацію про особливі потреби кожної дитини, її рівень стресостійкості, алергічні реакції, необхідність і періодичність вживання медикаментів тощо.

Крім матеріального фактора, що впливає на безпеку освітнього середовища, важливо також звернути увагу на якість міжособистісних стосунків (позитивні фактори – довіра, чуйність, схвалення, шанобливість; негативні фактори – неприязнь, брехливість, безцеремонність, лицемірство, нахабство, підступність), захищеність в освітньому середовищі (відсутність насильства у всіх його видах та формах для учасників освітнього простору) [9, с. 11].

Загалом безпечне освітнє середовище має будуватися за принципами: пріоритетності життя людини, що визначає модель необхідної безпеки; регіональності, що передбачає необхідність для організації системи безпеки освітнього середовища враховувати небезпеки і можливі надзвичайні ситуації конкретного регіону;

комплексності оцінки небезпек (ризиків); мінімізації можливих втрат; максимальної ефективності педагогічних умов [9, с. 12].

Організація безпечного інклюзивного освітнього середовища в закладах освіти сприяє реалізації права кожної особи з особливими освітніми потребами на освіту, забезпеченню якості змісту навчання та вибору закладу, у якому надаються освітні послуги; забезпеченню доступності ресурсів освітнього середовища для усіх осіб зазначеної категорії; індивідуалізації безпечного освітнього процесу; формуванню нових напрямів професійної підготовки фахівців, які покликані працювати з особами з особливими освітніми потребами; гуртуванню батьківського співтовариства у розв'язанні завдань безпеки навчання, виховання, соціалізації дітей [4, с. 133].

Педагоги з метою створення такого середовища мають забезпечувати відповідні санітарно-гігієнічні умови (дотримання норм освітлення, опалювання, забезпечення меблями тощо); упроваджувати нетрадиційні види оздоровлення та новітні технології; проводити різні форми роботи з дітьми з проблем формування основ здоров'я та безпеки життєдіяльності; урізноманітнювати методичне забезпечення; дбати про стан фізкультурного обладнання та ін. [6, с. 52].

Отже, організація освітнього середовища за принципами безпеки, інклюзії та здоров'язбереження сприяє забезпеченню конституційного права дітей на освіту незалежно від психофізичних можливостей.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Безпечне освітнє середовище: нові виміри безпеки. Рекомендації Державної служби з надзвичайних ситуацій. URL: https://sqe.gov.ua/wpcontent/uploads/2022/08/Bezpechne_osvitnie_sere dovysche_2022_SQE-SURGe.pdf.

2. Дудко С.Г. Дидактичні засади формування здоров'язбережувального навчального середовища початкової школи : дис канд. пед. наук : 19.00.09. Київ, 2015. 258 с.

3. Касярум Н. Освітній простір: становлення поняття. *Витоки педагогічної майстерності. Серія: Педагогічні науки.* 2013. Вип. 12. С. 107–113.

4. Козуля В. Інклюзивне освітнє середовище: сутність та особливості. *Молодь і ринок.* 2020. № 5. С. 131–136.

5. Колісник Олена. Безпечне освітнє середовище як важлива умова інклюзивного навчання в закладах загальної середньої освіти. *Джерело педагогічних інновацій.* 2023. № 1. С. 35–39.

6. Лавріненко Л.І. Створення здоров'язбережувального середовища в сучасному закладі дошкільної освіти. *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки.* Чернігів. 2020. Випуск 7 (163). С. 50–55.

7. Нормативно-правова база з питань інклюзивного навчання. URL: <http://www.kharkivosvita.net.ua/document/6248>.

8. Свиридюк О.В. Здоров'язбережувальне середовище як засіб становлення особистості. *Андрагогічний вісник: Наукове електронне періодичне видання.* Вип. 5. 2014. С. 139–145.

9. Цюман Т.П., Бойчук Н.І. Кодекс безпечного освітнього середовища: методичний посібник. За загальною редакцією Цюман Т. П. Київ: Український фонд «Благополуччя дітей». 2018. 56 с.

10. Шапран О., Шапран Ю. Створення інноваційного освітнього середовища в процесі професійної підготовки майбутнього вчителя. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту.* 2010. Вип. 9. С. 108–110.

FORMATION OF HEALTH PRESERVING COMPETENCE OF FUTURE SOCIAL EDUCATORS

Natalia Huk, Galyna Purii

Drohobych

The formation of health-preserving competence of future social teachers is a complex and long-term process. This process is disciplinary and multifaceted, requiring special professional training. Such preparation should be carried out throughout the entire period of study at higher education institutions by creating appropriate socio-pedagogical conditions that enable students to engage in health preservation.

Valeological values play an important role in forming the health-preserving competence of social teachers. The higher education system should not only disseminate information of a health-preserving nature but also instill elementary skills for a healthy lifestyle during students' formative years. [3, p. 74].

Today, in the context of information and computer technologies, the health-preserving competence of higher education students enables the use of a wide range of various means related to the constituent elements of a healthy lifestyle. This includes the active involvement of environmental health factors to improve health, harden the body, and master basic hygienic norms, requirements, and recommendations for the prevention of numerous diseases [2].

The health-preserving competencies of the educator include:

- 1) Creating Sustainable Motives and Skills: Developing health-preserving behaviors to ensure a desired level of health culture.
- 2) Promoting Health and Health-Preserving Culture: Achieving an appropriate level of student health and stimulating

a health-preserving culture as a conscious attitude towards health and human life in general.

3) Forming Health-Preserving Competence: Enabling independent solutions to tasks related to a healthy lifestyle, safe behavior, and providing basic pre-medical and psychological assistance [2, p. 25].

The active role of the teacher is not limited to merely providing information; the teacher also organizes all health-preserving activities for students. This role shapes views, thinking, and consciousness, forming the foundation of the health-preserving environment in the educational institution.

We consider the main structural components of any health care competence to be:

1) Substantive: Students possess knowledge, abilities, and skills related to health care, a healthy lifestyle, etc.

2) Motivational-Value: Personal attitude towards one's own health, which influences professional orientation.

3) Operational: The level of student involvement in an integrated system of a healthy lifestyle and health care practices.

4) Emotional-Volitional: The psychophysiological aspects of the student's life. [3, p. 77].

A characteristic feature inherent in modern health-preserving technologies, in our opinion, is their multifunctional nature, as they are designed to strengthen various aspects of spiritual, intellectual, mental, physical health, and self-realization of the individual.

In the process of forming health-preserving competence in a social pedagogue, a holistic worldview is formed based on integrated knowledge from natural sciences, valeology, physical education, basics of health, biochemistry, and biomechanics, etc.

Defining and substantiating the socio-pedagogical conditions for the formation of health-preserving competence in future social

pedagogues requires clarifying the concept of "socio-pedagogical conditions." This phenomenon is defined as "a set of social interconnections that determine intra-family processes and reveal the interdependence of the family and social environment, specifically created in the educational process, which contribute to positive social development and further socialization of the individual, and create psychological comfort in new relationship systems." [4–8].

In the context of our research, our aim is to focus on analyzing the social-pedagogical conditions identified by researchers for the formation of students' health-preserving competence in the higher education environment. Among these conditions, we include the creation of educational and health-promoting environments, an interactive educational environment, a system of interactive technologies for social-pedagogical support, and improvement of health culture education taking into account individual abilities and needs.

The analysis of scientific and pedagogical literature indicates that teachers should create social-pedagogical conditions for the comprehensive development of student youth, enhancing the substantive characteristics of social education directed towards health preservation among future social pedagogues. We consider social-pedagogical conditions as the formation of health-preserving competence of future social pedagogues through a set of measures, the implementation of which should ensure the formation of health-preserving competence of future social pedagogues in the process of their professional training. The first social-pedagogical condition is the enhancement of motivation among future social pedagogues for health-preserving activities. We believe that this condition is crucial because motivation should contribute to the professional development of students and the achievement of their goals. Researcher I. Bondaruk points out that there is a certain "group of motives of duty of the social pedagogue - responsibility, compliance with professional duties and

requirements, striving for improvement and mastery, innovation in work and activities." [1, p. 233].

Strengthening the health-preserving component in the content of preparing future social pedagogues in higher education institutions is considered the second social-pedagogical measure that contributes to the effectiveness of forming the health-preserving competence of future social pedagogues. In our opinion, this competence has the potential to ensure the health-preserving direction of the content of students' education in higher education institutions. In this context, it is expedient to develop students' reflexivity, enabling them to critically evaluate themselves as professionals, improve their professional knowledge and skills, and engage in reflection on professional activities through independent self-analysis.

It is necessary to instill internal motivation in future social pedagogues for the systematic use of the idea of preserving and strengthening physical, mental, and social health. We believe that in the process of studying the discipline "Introduction to the Profession," it is advisable to cultivate a motivational orientation towards a healthy lifestyle, which is a leading condition for successful professional activity in the future.

In the section "Professional Portrait of a Social Pedagogue," it is appropriate to offer students individual tasks that highlight the competency dimensions of the future profession, providing a detailed description of key competencies – psychological, moral-ethical, psychoanalytical.

In the academic discipline "Fundamentals of Labor Protection," it is relevant to explore the professional activities of a social pedagogue from the perspective of health and safety in the social sphere.

In teaching the discipline "Social-Pedagogical Prevention," students can develop skills in organizing educational work with various client groups. It is expedient to enhance health-preserving

activities for children and youth with special educational needs in the social environment.

The aim of the academic discipline "Client Social Support" is to develop students' professional competence, which involves facilitating the acquisition of theoretical knowledge and practical skills in forming a high level of readiness to conduct social-pedagogical work with various client groups. In the process of studying this discipline, it is advisable to instill motivation in students not only to acquire knowledge, skills, and abilities of social support but also to engage in systematic health-preserving activities in practice. [1].

In the process of studying the discipline "Social-Pedagogical Work Technologies," we consider it worthwhile to enhance the content with topics aimed at acquiring knowledge of the essence of health-preserving technologies – preventive and health-improving, socio-psychological, educational, and so on.

We consider the study of the course "Prevention of Professional Burnout of Social Pedagogues" important, which involves familiarizing students with effective practical techniques for preventing professional burnout and dealing with its consequences. It is advisable to supplement the content of the discipline with topics on defining the nature of professional burnout and factors influencing its development. A separate section can address the prevention and overcoming of stressful situations to develop skills in future social pedagogues to withstand various adverse moments in complex professional situations.

We believe that incorporating the mentioned issues and problems into the teaching process of these disciplines can significantly improve the level of theoretical and practical preparation of students regarding health-preserving competence and enhance motivation for health-preserving activities in future professional activities and everyday life.

Thus, the current negative trends of noticeable deterioration in the health status of higher education students dictate the necessity of mandatory introduction and utilization of innovative technologies that would contribute to proper psychophysical development in the student environment. Among the main ways of applying health-preserving technologies, we especially emphasize the following: forming health-preserving competence in seekers; monitoring the latest scientific research in the field of health-preserving technologies, innovative experience in creating a health-preserving environment in higher education institutions worldwide.

REFERENCES

1. Danilavichiute E.A., Lytovchenko S.V. Stratehiyi vykladannya v inklyuzyvnomu navchalnomu zakladi [Teaching strategies in an inclusive educational institution]: educational and methodological manual. Kyiv : «ASK» Publishing Group, 2012. 360 p.
2. Kalichak Y.L., Chupakhina S.V. Pidhotovka maybutnikh pedahohiv do orhanizatsiyi mizhosobystisnoyi vzayemodiyi v umovakh inklyuzyvnoho osvitiho prostoru [Training future teachers for the organization of interpersonal interaction in the conditions of an inclusive educational space]: educational and methodological manual. Drohobych : Editorial and Publishing Department of Ivan Franko Drohobych State Pedagogical University, 2019. 80 p.
3. Kalichak Yu.L., Posatsky O.V. Psychological and pedagogical features of formation of relations between preschool children in different activities. Modern dimension of psychology and pedagogy : Collection of abstracts of scientific works of participants of the international scientific and practical conference (Lviv, May 21–22, 2021). Lviv : NGO «Lviv Pedagogical Community», 2021. P. 72–79.

4. Klymanska L., Herasym G., Bley D. Orhanizatsiynny rozvytok. Treninhovyy modul [Organizational development. Workshop module] / edited by Krasnyukova-Enns O., Sofiy O., Svarnyk M. UkrainianCanadian project «Inclusive education for children with specific needs in Ukraine». Kyiv, 2010. 62 p.

5. Kolupaeva A.A. Inklyuzyvna osvita: realiyi ta perspektyvy [Inclusive education: realities and prospects]: monograph. Kyiv : «Summit-Knyha», 2009. 262 p.

6. Kolupaeva A.A., Danilavichyutye E.A., Lytovchenko S.V. Profesiynne spivrobitnytstvo v inklyuzyvnomu navchalnomu zakladi [Professional cooperation in an inclusive educational institution]: educational and methodological manual. Kyiv : «ASK» Publishing Group, 2012. 192 p.

7. Kolupaeva A.A., Savchuk L.O. Dity z osoblyvymy osvitnimy potrebamy ta orhanizatsiya yikh navchannya [Children with specific educational needs and the organization of their education]. The supplemented and revised edition: a scientific and methodological manual. Kyiv : ATOPOL Publishing Group, 2011. 274 p. P. 43

8. Rybalko L.M. Zdorovyazberezhualni tekhnolohiyi yak sotsialna ta pedahohichna problema [Health-preserving technologies as a social and pedagogical problem: a collective monograph] / edited by Rybalko L.M. Ternopil : Osadtsa V.M., 2019. P. 8–25.

ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ОЗДОРОВЧОЇ ГІМНАСТИКИ В СУЧАСНОМУ ЗАКЛАДІ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

**Наталія ДОЛІШНЯК, Ірина ЧОМКО
м. Дрогобич**

Зміцнення морально-психологічних якостей старших дошкільників передбачає зміцнення імунітету, оптимізацію фізичного розвитку, вдосконалення фізичної підготовки, підвищення рівня інтелектуальної та фізичної працездатності, формування усвідомленого ставлення до рухової активності як основи культури здоров'я.

Організації фізкультурно-оздоровчої діяльності в закладі дошкільної освіти уможлиблює вирішення таких завдань: створення сприятливих умов щодо впровадження різноманітних видів рухової активності дітей, врахування вікових та індивідуальних особливостей, прищеплення цінностей здорового способу життя, активізацію творчого самовираження тощо [3; 6; 8; 10]. Підвищення ефективності зазначених занять вимагає постійного моніторингу вікових особливостей, психологічних новоутворень (довільна поведінка, самоорганізація власних дій, опанування етичними нормами, спроможність до самоконтролю, усвідомлення своїх дій, формування навчально-пізнавальних інтересів тощо).

Подібні заняття розвивають координацію рухів, спритність, почуття ритму. Вони допомагають подолати дефіцит рухової активності, стимулюють появу різноманітних оздоровчих програм, комплексів фізичних вправ, котрі забезпечують постійний інтерес дітей до занять.

Зазначене вище уможливорює комплексне вирішення актуальних завдань здоров'язбереження малюків.

Фізкультурно-оздоровча робота у ЗДО включає діагностику, щоденні профілактично-оздоровчі заходи (фізкультурні заняття, ранкова гімнастика; гімнастика пробудження, фізкультхвилинки і фізкультпаузи, ігри та вправи між заняттями; рухливі ігри та вправи під час прогулянки; загартовувальні заходи), рухову діяльність, створення належних санітарно-гігієнічних умов і організацію раціонального харчування.

У ЗДО здоров'язбережувальні педагогічні технології застосовуються в різних видах діяльності:

- 1) технології збереження і стимулювання здоров'я дітей;
- 2) технології навчання здорового способу життя;
- 3) корекційні технології [1; 7; 9].

Навчання фізичних вправ під час занять потребує організації активної рухової діяльності дітей відповідно до певних психологічних та фізіологічних закономірностей розвитку їх організму.

Заняття оздоровчою гімнастикою:

- 1) поліпшують інтелектуальну і фізичну працездатність;
- 2) зменшують енерговитрати упродовж здійснення фізичних дій і рухових актів;
- 3) стимулюють функціонування різноманітних фізіологічних процесів організму;
- 4) вдосконалюють розвиток фізичних якостей і рухових здібностей;
- 5) сприяють корекції та відновленню порушень опорно-рухового апарату;
- 6) вдосконалюють фізичний розвиток [12].

Нетрадиційними вважаються такі засоби фізкультурно-оздоровчої роботи:

- 1) фітбол-гімнастика (вправи з м'ячем відповідного

розміру, кольору, запаху, пружності тощо) виконує оздоровчі, корекційні та дидактичні завдання;

2) стретчинг (комплекси вправ на статичні розтягнення м'язів тіла і хребта) запобігає порушенню постави, активізує захисні сили організму;

3) горизонтальний пластичний балет (пластик-шоу) володіє корекційним й оздоровлювальним ефектом, а також сприяє творчій самореалізації дітей;

4) дихальна гімнастика К. Бутейка (система дихальних вправ) спрямована на профілактику та лікування захворювань дихальних шляхів завдяки контролю дихання, гіпервентиляції легень;

5) музично-ритмічна гімнастика (спеціальні, стройові вправи з музичним супроводом задля координації рухів, танцювальні, загальнорозвивальні вправи, елементи оздоровчої аеробіки) [2].

Більшість дослідників підкреслюють такі особливості, що притаманні «комплексам музично-ритмічної гімнастики дошкільників:

- 1) доступність, простота і невибагливість вправ;
- 2) аеробний характер;
- 3) стимуляція роботи серцево-судинної і дихальної систем завдяки виконанню навантажень на опорно-руховий апарат;
- 4) пластичність і ритмічність рухів;
- 5) позитивний емоційний фон внаслідок музичного супроводу;
- 6) одночасне залучення великих м'язових груп;
- 7) гармонійність впливу на організм;
- 8) відсутність регламентації одягу та спеціальних вимог» [4, с. 53].

Дихальна гімнастика з усією своєю розмаїтістю відіграє важливу роль в оздоровчій роботі з дітьми. Це такий вид гімнастики, котрий справляє профілактичний і лікувальний вплив

на організм людини, уможлиблює немедикаментозним шляхом попередити і подолати різні захворювання, надаючи на організм дитини комплексний лікувальний вплив. Дихальні вправи супроводжують також розвиток опорно-рухового апарату: мускулатури м'язів тулубу, рук тощо. Відбувається насичення крові киснем, що сприятливо впливає на діяльність всіх органів і систем. У ЗДО дихальні вправи застосовуються на фізкультурних заняттях, заняттях із розвитку мовлення, під час ранкової гімнастики, гімнастики після денного сну, при навчанні дітей плавання [11].

Керувати власним тілом сприяють заняття ботмерівською гімнастикою або ж гімнастикою Ф. Ботмера. Вона на основі особистісного розвитку особистості підтримує і спонукає її становлення, зміцнюючи в людині фізичну та психічну рівновагу, допомагаючи встановити взаємозв'язок між власним тілом та просторовими характеристиками [7].

Профілактична і корекційна робота щодо оздоровлення дошкільників передбачає використання в освітньому процесі здоров'язбережувальних технологій, які уможливлюють проведення оздоровлення в різноманітних привабливих формах, сприяють поліпшенню фізичного та психічного здоров'я дітей дошкільного віку (оздоровча аеробіка, пальчикова та дихальна гімнастика, гімнастика для стоп, для очей, імунна гімнастику, гімнастику пробудження; казкова та віршована гімнастика, гімнастика за М. Єфименком тощо [14].

Систематичні заняття аеробікою справляють оздоровчий і тонізуючий вплив на організм, адже їх результатом є поліпшення діяльності серцево-судинної та дихальної систем, підвищення фізичної й інтелектуальної працездатності, зміцнення опорно-рухового апарату тощо. Аеробіка є дієвим засобом проти фізичних і емоційних стресових ситуацій упродовж дня, допомагає уникнути різноманітних емоційних дитячих розладів.

Вона становить комплекс чітко регламентованих фізичних вправ, які виконують із різними зусиллями та швидкістю при музичному супроводі, що дає змогу підтримувати піднесений емоційний стан при виконанні фізичних рухів [15].

Степ-аеробіка передбачає використання степ-платформ. Оздоровчий ефект – комплексний розвиток у дошкільників рухових якостей, опорно-рухового апарату, серцево-судинної, дихальної і нервової систем. Особливістю степ-аеробіки є поєднання елементів танців різних стилів, тісний зв'язок рухів з музикою і ритмом, висока динамічність і різноманітність рухів і, отже, розширення рухового досвіду і підвищення культури рухів [14].

Фітбол-гімнастика стимулює фантазію і рухову творчість, може використовуватися як звичайний м'яч в іграх та естафетах. Вправи фітбол-гімнастики передбачають оздоровчий ефект, що відбувається внаслідок вібрації при виконанні вправ й амортизаційних властивостей м'яча, котрі поліпшують обмін речовин, кровообіг і загальний стан міжхребцевих дисків і внутрішніх органів тощо. Вони тренують вестибулярний апарат, відчутно вдосконалюють координацію рухів і функцію рівноваги, стимулюють обмін речовин [13].

Вправи з фітболом, спрямовані на корекцію порушень постави дошкільників, виконують у різноманітних вихідних положеннях: сидячи на м'ячі, лежачи на м'ячі на спині, лежачи на м'ячі на грудях, лежачи на підлозі – ноги на м'ячі тощо. Загалом фітбол є не лише унікальним оздоровчим «тренажером», але й може виконувати роль звичайного м'яча в різноманітних іграх й естафетах. Діти із задоволення виконують різні рухи, отримуючи позитивний емоційний настрій від процесу гри. Загалом використання м'ячів на занятті не має перевищувати 50 % загальної тривалості заняття, адже окрім вправ на м'ячах, діти виконують й інші фізичні навантаження.

Функціональне призначення фітболу у різних вправах:

1) опора задля дотримання різноманітних вихідних положень (сидячи верхи на м'ячі, лежачи: м'яч під спину, під бік, під живіт, а також лежачи на спині: м'яч під ногами);

2) орієнтир упродовж проведення різних рухливих ігор, естафет, а також при виконанні таких вправ, як: нахил назад, прогнувшись з положення стоячи на колінах до торкання руками м'яча або нахил вперед з положення сидячи, ноги нарізно;

3) зовнішній спротив (у руках, на голові, ногах) застосовується у вихідних положеннях стоячи, лежачи, сидячи тощо, для зміцнення різних м'язових груп, формування і корекції фігури;

4) предмет для виконання загальнорозвивальних вправ у різних вихідних положеннях (стоячи, лежачи, сидячи), а також метання, удари об підлогу (ведення) тощо;

5) перешкода для стрибків, переступання і різних видів переكاتів на ньому (на животі – вперед і назад, сидячи – вліво і вправо);

6) амортизатор і тренажер розвитку силових здібностей м'язів рук, ніг, а також для розвитку функції рівноваги [5].

Отже, грамотно спланована фізкультурно-оздоровча робота з використанням фітбол-м'яча у системі фізичного виховання дошкільного віку, позитивно впливає на здоров'я дітей і зміцнення опорно-рухового апарату, а саме: розвиток сили і витривалості м'язів, вольових якостей та координаційних здібностей дошкільників.

Нині, як ніколи у закладах дошкільної освіти постала проблема вдосконалення роботи щодо зміцнення здоров'я, розвитку фізичних якостей і навчання основних локомоцій дітей дошкільного віку, адже стан здоров'я цієї вікової категорії прогресивно погіршується. Серед основних захворювань – порушення постави, деформація стопи, різноманітні форми

сколіозу. З огляду на це актуальною є проблема пошуку ефективних шляхів зміцнення здоров'я дошкільника, корекції порушень фізичного розвитку, профілактики захворювань та активізації рухової діяльності.

Зазначені вище засоби, особливо фітбол-гімнастика уможливають розв'язання низки оздоровчих завдань, зокрема розвитку фізичних якостей, навчання основних локомоцій, вдосконалення координації рухів та рівноваги, зміцнення ще слабкого дитячого м'язового корсету, формування навичок правильної постави, поліпшення функціонування серцево-судинної та дихальної систем, нормалізація роботи нервової системи, стимуляція нервово-психічного розвитку, поліпшення трофіки хребта, суглобів та внутрішніх органів, ліквідація венозного застою, урізноманітнення комунікативної та емоційно-вольової сфери, стимуляція розвитку основних аналізаторів, розвиток дрібної моторики, також розвиток мовлення.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Kalichak Yu. L. Health preservation component of preschool teachers' training in the process of studying the subject «Health improving technologies and diagnostic methods of preschool children physical development». *Наукові інновації та передові технології*. 2022. № 5 (7). С. 10–18.

2. Kalichak Yu. Training a competitive specialist by means of a pedagogical creativity course in the system of professional training of pre-school teachers. *Acta Paedagogica Volynienses*. 2011. № 4. С. 23–29.

3. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навчальний посібник. Суми : ВТД «Університетська книга»; 2008. 428 с.

4. Журавльова І.М. Використання оздоровчої гімнастики

в дошкільному закладі. Сучасні тенденції та перспективи гармонійного розвитку учнівської та студентської молоді в умовах ступеневої освіти : матеріали X Всеукраїнської науково-практичної Internet-конференції (15 Квітня 2019 року). Харків. 2019. С. 50–55.

5. Інструктивно-методичні рекомендації «Організація фізкультурно-оздоровчої роботи у дошкільних навчальних закладах». Режим доступу: <https://imzo.gov.ua/2016/09/08/list-mon-vid-02-09-2016-1-9-456-shhodoorganizatsiyi-fizkulturno-ozdorovchoyi-roboti-udoshkilnih-navchalnih-zakladah/>.

6. Калічак Ю.Л. Оздоровчі технології та діагностичні методики фізичного розвитку дітей : тексти лекцій. Дрогоби ч: Ред.-вид. відділ ДДПУ ім. І. Франка, 2016. 128 с.

7. Калічак Ю.Л. Формування здоров'язбережувальної компетентності у вихователів закладів дошкільної освіти. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова*. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наукових праць / за ред. О.В. Тимошенка. Київ : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2019. Вип. 5 К (113)19. С. 143–147.

8. Крошка С.А. Використання оздоровчої гімнастики у дошкільному закладі. Пошуки та знахідки : матеріали наукової конференції. Слов'янськ : ДДПЗ «Донбаський державний педагогічний університет»; 2015. Вип. 15. С. 92–95.

9. Круцевич Т.Ю., Воробйов М.І., Безверхня Г. В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навчальний посібник. Київ : Олімпійська література; 2011. 224 с.

10. Малимоненко О.В. Організація фізкультурно-оздоровчої роботи в сучасних закладах дошкільної освіти / за ред. Ковалевська Н.В. *Дошкільна освіта у сучасному соціокультурному просторі* : збірник наукових праць. Полтава : ФОП Цьома С.П., 2019. Вип. 3. Ч. 122–125.

11. Опалко Г.П. Комплексний підхід до здоров'язбереження у вихованні дошкільників / за ред. Обухівська А.Г. *Сучасні технології збереження здоров'я учнів: кращий досвід*. Київ : Український НМЦ практичної психології і соціальної роботи; 2015. С. 19–27.

12. Пахальчук Н.О. Інноваційний підхід до оздоровчої гімнастики в ДНЗ у контексті забезпечення екології дитинства. *Імідж сучасного педагога*. 2015. № 6 (155). С. 63–64.

13. Полька Н.С., Гозак С.В., Калиниченко І.О. Профілактика порушень постави і плоскостопості у дітей в умовах закладів освіти засобами фізичного виховання: методичні рекомендації. Київ, 2011. 50 с.

14. Скрипченко А.І. Дослідження впливу степ-аеробіки на фізичну підготовленість дітей старшого дошкільного віку. *Сучасні технології в галузі фізичного виховання, спорту, фізичної терапії та ерготерапії* : збірник наукових праць XI Міжнародної науково-методичної конференції (4-5 Квітня 2021року). Харків ; 2021. Вип. 11. С. 187–191.

15. Стешенко А.М. Різновиди оздоровчої гімнастики в сучасній фізичній культурі. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2012. № 3. С. 176–179.

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ВИХОВАТЕЛЯ В УМОВАХ СУЧАСНОГО ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Юрій КАЛІЧАК
м. Дрогобич

Використання здоров'язбережувальних технологій передбачає застосування різноманітних фізкультурно-оздоровчих та медико-профілактичних технологій, сутність котрих диктує комплексну оцінку наявних умов едукації задля зміцнення здоров'я здобувачів вищої освіти, підвищення рівня культури здоров'я, прищеплення навичок здорового способу життя, систематичне проведення заходів щодо моніторингу наявних показників індивідуального розвитку, профілактики змін здоров'я і впровадження низки психолого-педагогічних, корекційних, реабілітаційно-рекреаційних заходів, які б гарантували успішність освітньої діяльності та відчутне поліпшення якості життя студентської молоді. Зазначене зумовлює потребу використання новітніх здоров'язбережувальних технологій, що уможливають створення оптимальних умов роботи більшості функціональних систем організму, а відтак сприятимуть досягненню високого рівня розумової і фізичної працездатності сучасного спудея [2].

Зараз на часі формування здоров'язбережувальної компетентності фахівців дошкільного профілю, пропаганда здорового способу життя, обґрунтованих й усталених занять фізичними вправами й активний відпочинок. На жаль, численні нормативно-правові акти не забезпечують очікуваних результатів. Очевидними вважаємо невідкладні заходи щодо створення осередків здоров'язбережувального середовища в

умовах життєдіяльності закладу вищої освіти, актуалізацію самостійних занять із вдосконалення тілесності [11].

Обґрунтування потреби чи усвідомлення валеологічних цінностей відіграють, на наш погляд, найважливішу роль у формуванні здоров'язбежувальної компетентності фахівців дошкільного профілю. Задля реалізації такої масштабної мети необхідно здійснити класифікацію здоров'язбережувальних технологій, імплементацію моделі формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації вихователів закладів дошкільної освіти та окреслити основні шляхи її впровадження у роботу закладів вищої педагогічної освіти України, а також пропаганда здорового способу життя засобами використання різноманітних маркетингових заходів [6].

Питання індивідуального здоров'язбереження набуває схвалення через прийнятність у соціумі здорового способу життя. Він зачіпає всі сегменти життєпобутування людини, котрі формують ментальне, фізичне, моральне, духовне, психічне здоров'я особистості. Система освіти повинна не лише надавати інформацію, приводити конкретні наукові факти, але й формувати навички здорового способу життя впродовж процесу едукції [1, с. 116].

Технологічна складова збереження здоров'я, популяризація здорового способу життя в освіті почала трактуватися по-новому із розвитком наукових уявлень про застосування оздоровчих технологій. Здоров'язбежувальна компетентність студентів нині дозволяє використовувати знання про здоров'язбежувальні технології, елементи здорового способу життя, залучення оздоровчих чинників навколишнього середовища задля поліпшення стану здоров'я, загартування організму, опанування основними гігієнічними нормами, вимогами, рекомендаціями, котрі уможливають профілактику захворювань [4].

Стабільне погіршення стану здоров'я через несприятливі соціально-економічними та суспільно-політичні умови, складна екологічна ситуація, низький рівень культури, суттєва інтенсифікація процесу едукації, орієнтована, як правило, на інтелектуальний розвиток особистості, неналежна увага до фізичного розвитку – ось, на нашу думку, основні причини недостатності знань щодо власного здоров'язбереження [3; 5; 7; 14]. Примноження інтелектуального і фізичного потенціалу нації можливе за умови оптимізації фізичної активності молоді. Серед завдань здоров'язбержувальних технологій виокремимо такі: створення мотиваційно-ціннісних підстав з метою якнайповнішої реалізації власного фізичного, психічного, духовного потенціалу, забезпечення умов задля поліпшення стану здоров'я, опанування знаннями щодо сутності здоров'я і здорового способу життя, формування навичок самостійного моніторингу стану здоров'я, усвідомлення відповідальності за моделювання стилю поведінки щодо власного здоров'я. Реалізація окреслених завдань допоможе сформувати у пошукувачів зазначені компетентності і сформувати у них усвідомлене прагнення дотримання здорового способу життя [5].

Здоров'язбержувальні компетентності є комплексною багатофункціональною системою; багатоаспектною сукупністю медичних та гігієнічних засобів; рушієм застосування різноманітних форм, засобів і методів, котрі дають змогу отримати оптимальні результати, що уможливають збереження здоров'я. Існують критерії сформованості «здоров'язбержувальної компетентності фахівців дошкільного профілю:

- створення стійких мотивів і навичок здоров'язбержувальної поведінки задля забезпечення бажаного рівня культури здоров'я,
- сприяння досягненню належного рівня здоров'я студентів і стимулювання здоров'язбержувальної культури як

сукупності їх свідомого ставлення до здоров'я і життя людини загалом.

➤ формування здоров'язбережувальної компетентності, і на цій основі – самостійного вирішення завдань здорового способу життя, безпечності поведінки, з надання елементарної долікарської, психологічної допомоги» [1, с. 257].

Формування здоров'язбережувальної життєвої позиції фахівця дошкільного профілю не обмежується лише інформаційною функцією, йому необхідно стати повноцінним організатором здоров'язбережувальної діяльності студентів, котра сприяє усвідомленому усталенню здоров'язбережувальних поглядів, мислення та свідомості, без яких неможливе створення здоров'язбережувального середовища у закладах вищої освіти. Тілесна складова передбачає відповідні показники здоров'я, рівень фізичної підготовки, обов'язкове врахування індивідуальних психолого-педагогічних особливостей здобувачів вищої освіти. Цьому сприятиме комплексна оцінка фізичного стану студента засобами обліку й аналізу антропометричних даних, показників фізичної підготовки і досягнутої працездатності. Вдосконалення тілесності відбувається з урахуванням рівня фізичної підготовки і наявних відхилень у стані здоров'я. Задля цього складають індивідуальна карта здоров'я для кожного пошукувача вищої освіти [10; 12].

Найефективнішими здоров'язбережувальними технологіями фізичного виховання вважаємо такі, що використовують методичні «принципи: поступовості і безперервності фізичного навантаження, цілеспрямованості засобів оздоровчого тренування, ритмічності застосування засобів різної спрямованості, збільшення рухової активності та систематичним виконанням спеціальних комплексів фізичних вправ» [9, с. 37].

Багаторічний моніторинг динаміки основних показників стану здоров'я і фізичного розвитку організму студентів

демонструє різноманітні відхилення у стані здоров'я і навіть у фізичному розвитку. На часі – ґрунтовне вивчення сучасних методик із збереження та примноження здоров'я молоді. Цьому сприятиме: взаємопроникненість валеологічної освіти і фізичного виховання (з цією метою запроваджено викладання спеціальної дисципліни «Методика фізичного виховання та валеологічної освіти дітей дошкільного віку» на бакалавраті для студентів спеціальності «Дошкільна освіта»), опанування правил раціонального харчування, надання психологічної та соціальної допомоги [10].

Діяльність закладів вищої освіти зі збереження та зміцнення здоров'я студентської молоді є результативною за умови обдуманой реалізації ґрамотно підібраних здоров'язбережувальних технологій, що виступають «взаємозумовленою сукупністю програм, прийомів, методів організації освітнього процесу, котрі спрямовані на примноження здоров'я студентської молоді та позитивно впливають на здоров'я студентів і викладачів» [8; с. 115].

З-поміж найбільш затребуваних у закладах вищої освіти можемо виокремити такі здоров'язбережувальні технології:

- фізкультурно-оздоровчі (новітні фітнес-програми, народні рухливі ігри, загартування організму та масаж);
- медико-гігієнічні (повноцінне здорове харчування, вітамінізація);
- здоров'язбережувальні освітні технології (інноваційні технології організації освітнього процесу, технології організації діяльності студентів, технології виховної роботи) [14, с. 237].

Структурними компонентами здоров'язбережувальної компетентності вважаємо:

- змістовий – наявність у студентів знань, умінь і навичок про здоров'язбереження, здоровий спосіб життя тощо;

- мотиваційно-ціннісний – особистісне ставлення до власного здоров'я, а відтак і до професійної орієнтації;

- операційно-діяльнісний – рівень залучення студента до цілісної системи здорового способу життя та системи здоров'язбереження;

- емоційно-вольовий – психофізіологічна сфера життєпобутування студента [12, с. 145].

Останнім часом набули популярності такі оздоровчі технології: фітотерапія, загартування, різновиди гімнастики, масаж, музикотерапія. Розглянемо більш детально їхню класифікацію. За суб'єктністю вказаних технологій виокремлюють:

- здоров'язбережувальні навчальні;
- медичні;
- фізкультурно-оздоровчі;
- комплексні (арттерапія тощо) [9, с. 37].

Задля дотримання об'єктивності наведемо визначення категорії «формування здоров'язбережувальних технологій» – це закономірні зміни оздоровчих технологій на понятійному, структурному та функціональному рівнях, що забезпечують їх наступність та призведуть до виникнення якісно нового феномена – багатофункціональної педагогічної системи, у якій відбуватиметься зміцнення фізичного, психічного, інтелектуального, морального, емоційного здоров'я особистості та її успішна самореалізація» [8, с. 137].

Характерною особливістю сучасних здоров'язбережувальних технологій є багатофункціональний характер, адже вони сприяють зміцненню духовного, психічного, фізичного, інтелектуального здоров'я та самореалізації особистості.

З-поміж інших виокремлюють такі підходи до визначення «здоров'язбережувальних технологій:

- створення освітнього середовища, сприятливого для здоров'я;

- забезпечення навчання з урахуванням індивідуальних, вікових і психофізіологічних особливостей студентів;
- оптимальне поєднання традиційних технологій навчання з принципами, методами і прийомами, спрямованими на збереження і підтримку здоров'я студентської молоді;
- технології навчання здоров'я, здорового способу життя, формування здорової нації;
- навчально-методичний комплекс оздоровчо-фізкультурних і лікувально-профілактичних заходів» [10, с. 40].

Упродовж формування здоров'язбережувальної компетентності як важливої складової процесу підготовки фахівців дошкільного профілю, з-поміж інших зацентруємо увагу на таких критеріях:

- індивідуальний підхід (комплекс сформованих цінностей, зреалізовані індивідуальні здібності, прагнення особистості до самореалізації і саморозвитку);
- компетентнісний підхід (домінантне місце розвитку, а не певної сукупності знань, діяльнісний підхід, усталені навички розв'язання різноманітних проблем у системі особистих взаємовідносин) [13, с. 67].

У процесі формування здоров'язбережувальної компетентності у вихователів відбувається утворення цілісного світогляду на підставі інтегрованих знань з природничих наук, валеології, фізичного виховання, основ здоров'я, біохімії та біомеханіки тощо.

Таким чином, враховуючи доволі негативні сучасні тенденції погіршення стану здоров'я молоді, не викликає сумнівів актуальність застосування інноваційних технологій, котрі б сприяли психофізичному розвитку у студентському середовищі. Основні шляхи реалізації здоров'язбережувальних технологій: формування професорсько-викладацьким складом у пошукувачів здоров'язбережувальної компетентності; усвідомлення тісного взаємозв'язку інтелектуального, фізичного та духовно-морального виховання в освітньому процесі закладу вищої

освіти; здійснення глибоких і систематичних наукових досліджень задля всебічного вивчення ефективності здоров'язбережувальних технологій, а також інноваційного досвіду роботи закладів вищої освіти Європи та світу.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Kalichak Y.L. Theoretical and methodological aspects of formation of preschool teachers' professional competence. *Moderní aspekty vědy: X. Díl mezinárodní kolektivní monografie / Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o. Česká republika : Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o.*, 2021. str. 251–280.

2. Kalichak Y.L. Training preschool teachers in fundamentals of ecology and valeology. *Moderní aspekty vědy: XIV. Díl mezinárodní kolektivní monografie / Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o.. Česká republika : Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o.*, 2021. str. 614–647.

3. Kalichak Yu. Health-Protecting Psychologically Safe Developmental Environment of a Preschool Educational Institution. The problems of formation of the healthy modus vivendi of students of higher education establishments in the sphere of health protection. Human health: realities and prospects. Monographic series. Volume 4. Health and Biosensors. Edited By Nadiya Skotna, Svitlana Voloshanska, Taras Kavetsky, Oleh Smutok, Mykhailo Gonchar. Drohobycz : Posvit, 2019. P. 230–237.

4. Kalichak Yu. L. Health-preserving competence in the system of professional training of preschool teachers. European potential for the development of pedagogical and psychological science: Collective monograph. Riga, Latvia : «Baltija Publishing», 2021. p. 188–214.

5. Kalichak Yu. The formation of health preserving competence of teachers of preschool educational institutions in

modern conditions. State of environment and human health. Edited by Andrzej Krynski, Georges Kamto Tebug, Svitlana Voloshanska. Czestochowa : Educator, 2019. P. 181–190.

6. Воскобойнікова Г. Л. Валеологічні аспекти соціального партнерства освітніх і медичних закладів у здоров'язбережувальній діяльності сучасного педагога. Вип. 24(34). Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2015. С. 115–117.

7. Дубогай О.Д. Фізичне виховання і здоров'я: навчальний посібник. Київ : УБС, НБУ 2012. 270 с.

8. Етимологічний словник української мови : у 7 томах. Київ, 1982. 2005. 572 с.

9. Калічак Ю. Л. Оздоровчі технології та діагностичні методики фізичного розвитку дітей : тексти лекцій. Дрогобич Редакційно-видавничий відділ ДДПУ ім. І. Франка, 2016. 128 с.

10. Калічак Ю.Л. Підготовка студентів до здоров'язбережувальної діяльності в процесі вивчення курсу «Методика фізичного виховання та валеологічної освіти дітей дошкільного віку». *Педагогічні науки: теорія та практика*. 2022. № 2 (42) С. 38–43.

11. Калічак Ю.Л., Дрогомирецька Н.Т. Передумови формування здоров'язбежувальної компетентності у студентів дошкільного профілю : The 3th International scientific and practical conference «Theoretical aspects of education development» (January 24–27, 2023) Warsaw, Poland. International Science Group. 2023. 352–356.

12. Калічак Ю.Л. Формування здоров'язбережувальної компетентності у вихователів закладів дошкільної освіти. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : з б. наукових праць / за ред. О.В. Тимошенка. Київ : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2019. Вип. 5 К (113)19. С. 143–147.

13. Калічак Ю.Л. Формування компетентності вихователя закладів дошкільної освіти в процесі професійної підготовки. *Молодь і ринок*. № 6 (161). Дрогобич : Коло, 2018. С. 65–70.

14. Нестеренко В.В. Теоретико-методологічні засади підготовки майбутніх фахівців дошкільної освіти в системі заочного навчання : монографія. Одеса : Видавництво ТОВ «Лерадрук», 2012. 399 с.

ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я УЧНІВ СТАРШОЇ ШКОЛИ В УМОВАХ ВІЙНИ

**Руслана КАХНОВЕЦЬ
м. Дрогобич**

У сучасному світі, де геополітичні конфлікти і військові дії стають частішими явищами, важливим завданням є дослідження та розуміння проблем психологічного впливу війни на старшокласників. Підлітки, перебуваючи на рубежі дорослості, стають особливо вразливими до негативних зовнішніх факторів, а війна є одним із найбільш важких випробувань для їхньої психіки. У цьому контексті, вже на старті нашої статті, важливо визначити цю проблему та надати їй відповідну увагу, оскільки це має глибокий соціокультурний та гуманітарний зміст.

Актуальність дослідження визначається не лише поточністю цієї проблеми, але і її впливом на майбутнє суспільства. Війна завжди приносить із собою руйнівний ефект на психологічну стійкість та добробут підлітків, і ця шкода може залишити негативні наслідки на багато років після завершення військових дій. Підлітки, перебуваючи у періоді активного фізичного і психічного розвитку, стають особливо схильними до стресу, тривоги та депресії, і війна може стати важливим фактором, який впливає на формування їхньої особистості. Актуальність дослідження психологічного впливу війни на старшокласників особливо очевидна в умовах сучасних медіа, які безперервно постачають інформацію про конфлікти та їх наслідки. Вони використовують негативні новини, відеоматеріали та інші засоби для враження глибоко в психіку молодих людей. Втрата близьких, відділення від друзів і навчального середовища, а також загальний вплив страху та

невизначеності можуть залишити негативні сліди на психіці старшокласників [2].

Збереження психологічного здоров'я старшокласників в умовах війни вимагає комплексного підходу та включає в себе зусилля освітньої системи, батьків та суспільства загалом. Перед нами стоїть важливе завдання – розглянути цю проблему в деталях, запропонувати конкретні стратегії та рішення, які допоможуть старшокласникам пережити важкі моменти війни і побудувати стійке психологічне здоров'я.

Психологічний вплив війни на старшокласників є однією з найбільш серйозних та актуальних проблем, які потребують уваги і розуміння. Війна визначається не лише фізичними зруйнуваннями та втратами життів, але і великим навантаженням на психіку людей, зокрема підлітків, які перебувають на стадії формування особистості [1].

Старшокласники, котрі переживають війну, відчують постійний вплив стресу. Небезпека, постійне очікування біди та неможливість передбачити майбутнє можуть призвести до хронічного стресу. Постійна тривога стає суттєвим фактором, який впливає на психічне здоров'я. Військові конфлікти можуть призводити до фізичних і психологічних травм, а також до втрат близьких людей. Ці події можуть викликати посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), особливо у випадках дітей, що були свідками насильства або втрат. Війна може призвести до відділення від друзів та родини, особливо якщо старшокласники змушені переїжджати або перебувати в умовах небезпеки. Соціальна ізоляція здатна призвести до почуття самотності і відчуження. Війна може перервати нормальний освітній процес старшокласників, що призводить до втрати можливостей щодо соціалізації та розвитку.

Існує низка факторів ризику, котрі спричиняють розвиток стресу, тривоги та депресії у старшокласників, включаючи втрату

батьків, низький рівень підтримки від дорослих та надмірне споживання негативного медіаконтенту. Невпинні стресові ситуації та загрози можуть викликати хронічний стрес, що призводить до фізіологічних і психологічних розладів. Свідчення насильства, військові події та травматичні враження спроможні зумовлювати фактори для розвитку ПТСР і тривоги. Втрата рідних або друзів викликає глибоку депресію та скорботу, особливо серед старшокласників, що формують власну ідентичність і стосунки. Недостатня підтримка з боку дорослих та соціального середовища може погіршити стан психіки старшокласників, сприяти розвитку тривоги та депресії.

Умови війни негативно впливають на соціальний аспект життя старшокласників, створюючи відсутність нормального соціального середовища. Це має суттєвий вплив на психологічне здоров'я цієї групи підлітків. Однією з основних проблем є відчуження від близьких людей. Військові конфлікти провокують відокремлення старшокласників від своєї родини та друзів через переміщення, евакуацію тощо. Це відчуження може призвести до почуття самотності та втрати необхідної підтримки. Розрив з близькими людьми може стати підґрунтям психологічних травм, особливо, якщо старшокласники стикаються з насильством чи втратами. Відсутність можливості поділитися своїми емоціями та переживаннями з друзями та родиною може загострити психічний стан. Відділення від друзів та родини може призвести до відчуття відокремлення від світу та нормального життя. Старшокласники можуть відчувати себе «іншими» або відділеними від того, що відбувається у їхній домінантній культурі. Військові конфлікти можуть призвести до припинення навчання або змінити нормальний освітній процес старшокласників. Втрата можливості здобувати якісну освіту може мати важливий вплив на їхнє майбутнє. Війна може обмежити можливості старшокласників для соціалізації та

розвитку соціальних навичок. Обмежений доступ до культурних та розважальних заходів може призвести до відсутності нормального соціального середовища, де вони можуть вчитися та взаємодіяти з однолітками. Відсутність нормального соціального середовища може призвести до соціальної ізоляції, коли старшокласники відчують себе відокремленими від свого оточення. Це може сформувати почуття самотності та відчуття відчуження від інших [4].

Умови війни супроводжуються постійним потоком інформації через медіа, що може мати негативний вплив на психіку старшокласників. Важливо враховувати цей аспект при дослідженні збереження психологічного здоров'я учнів старшої школи в умовах війни. Негативні новини, відео та зображення про військові події, насильство та страждання можуть викликати постійний стрес і тривогу серед старшокласників. Неперервне споживання такого контенту може погіршити їхнє психічне становище та призвести до тривожних розладів. Відео та новини про насильство і травматичні події можуть стати причиною розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Старшокласники, особливо ті, хто вже пережив насильство або загрози власній безпеці, можуть відчувати сильний психологічний вплив такого контенту. Постійний потік негативної інформації може призвести до втрати надійності в медіа серед старшокласників. Вони можуть почати сумніватися у тому, наскільки інформація є об'єктивною, а це, зі свого боку, може вплинути на їхнє сприйняття світу та розуміння подій. В умовах війни старшокласники можуть стати залежними від медіа та постійно перевіряти новини й відео, що може викликати негативні емоції, а також посилити стрес. Залежність від медіа може вплинути на їхню здатність зосередитися на навчанні та інших важливих аспектах життя. Старшокласники повинні вміти фільтрувати інформацію, яку споживають, та розрізняти

об'єктивні новини від маніпуляцій та фейкових. Заклади освіти та родини повинні надавати старшокласникам психологічну підтримку, навчати їх адаптуватися до інформаційного впливу в умовах війни. Також важливо віддавати перевагу позитивному і здоров'язбережувальному контенту [6].

Збереження психологічного здоров'я старшокласників в умовах війни є важливим завданням, і для досягнення цієї мети необхідно імплементувати низку стратегій та підходів. Школи можуть включити до програми навчання психологічні аспекти та навички, які допоможуть підліткам керувати стресом і тривогою. Це передбачає навчання технік релаксації, управління емоціями та розвиток внутрішньої міцності. Вчителі можуть надавати підліткам підтримку та розуміння, мають бути уважними до змін у поведінці й емоційному стані учнів. Співчуття та розуміння можуть допомогти учням відчувати, що їхні почуття важливі. Важливо створити в школі здоров'язбережувальне середовище, де педагоги активно виявляють інтерес до психологічного стану учнів, надають підтримку в управлінні стресом. Досвідчені вчителі можуть навчатися, як виявляти підозрілі зміни у поведінці учнів та надавати їм психологічну підтримку.

Семінари для вчителів також можуть включати в себе питання, як краще вчити учнів управляти стресом та тривогою. Адміністрація школи може забезпечити ресурси та підтримку для впровадження психологічних програм і послуг. Вони також можуть створити середовище, де вчителі та шкільні психологи можуть співпрацювати для забезпечення психологічної підтримки учням. Школи можуть сприяти створенню груп підтримки, де учні можуть обговорювати свої почуття та досвіди, а також надавати взаємну психологічну підтримку. Це стимулює почуття спільності та допомагає учням відчувати, що вони не самі у своїх труднощах. Спільні проєкти та ініціативи можуть

об'єднувати учнів, допомагаючи їм відчувати свою важливість та внесок у покращення ситуації в школі та громаді [3].

Наявність шкільних психологів може бути надзвичайно важливою для підлітків, які переживають війну. Ці фахівці можуть надавати індивідуальну психологічну підтримку, проводити групові сесії, консультувати вчителів та батьків. Проведення тренінгів може допомогти учням розвивати навички управління емоціями, врегулювання конфліктів та підвищувати внутрішню міцність. Загалом, розробка і впровадження цих стратегій допоможе старшокласникам зберегти психологічне здоров'я в умовах війни, зміцнюючи їхню психологічну стійкість та забезпечуючи підтримку важливих соціальних мереж. Усі ці підходи допомагають школам відігравати активну роль у збереженні психологічного здоров'я старшокласників в умовах війни, створюючи здоров'язбережувальне середовище задля їхнього розвитку та самореалізації.

Роль батьків у підтримці психологічного здоров'я дітей, особливо старшокласників, надзвичайно важлива, особливо в умовах війни. Батьки можуть забезпечувати дітей необхідною підтримкою та створювати психологічно безпечне середовище вдома. Важливо, щоб батьки були уважними до почуттів і досвіду своїх дітей. Слухати їхні обурення, страхи та надавати можливість виразити свої почуття. Батьки повинні створювати можливість для відкритого діалогу про події війни, відповідаючи на запитання та пояснюючи ситуацію в зрозумілий спосіб. Під час війни важливо створити стабільне родинне середовище. Рутини та звичайності можуть надати дітям відчуття безпеки. Батьки повинні контролювати доступ дітей до медіа, щоб уникнути надмірного відображення насильства та травматичних зображень. Батьки можуть сприяти психологічній безпеці, створюючи можливість для відпочинку, гри і відповідного відпочинку дітей. Батьки можуть шукати допомогу від

психологів та консультантів, якщо вони вважають, що це необхідно для їхніх дітей. Родинні обійми, тепло та підтримка є ключовими для збереження психологічного здоров'я дітей. Загалом, батьки відіграють невід'ємну роль у збереженні психологічного здоров'я старшокласників в умовах війни. Їхня співчутливість, розуміння та підтримка створюють важливі засоби для подолання стресу і тривоги, а також для формування в дітей внутрішньої міцності та стійкості [5].

Отже, забезпечення психологічної підтримки старшокласникам під час війни вимагає спільних зусиль школи, батьків та суспільства. Війна залишає глибокий психологічний слід на старшокласниках. Вони стикаються зі стресом, тривогою та депресією, що можуть серйозно вплинути на їхній емоційний стан та психічне здоров'я. Більше того, війна породжує відчуття відділення від друзів і родини, відсутності нормального соціального середовища, а також негативного впливу медіа та інформації, що посилює психологічний тиск на старшокласників.

Школи відіграють ключову роль у наданні психологічної підтримки старшокласникам під час війни. Програми психологічної підтримки та консультування, а також проведення психологічних тренінгів та семінарів, становлять невід'ємну частину цього процесу. Крім того, важливо, щоб учителі та адміністрація школи розуміли потреби й проблеми старшокласників та надавали їм підтримку.

Загалом, важливими є спільні зусилля шкіл, батьків та суспільства для забезпечення психологічної підтримки підлітків під час війни. Тільки спільна робота всіх зацікавлених сторін може допомогти старшокласникам подолати виклики, пов'язані з війною, та зберегти своє психологічне здоров'я для подальшого розвитку й самореалізації. Важливо пам'ятати, що інвестування в психологічне здоров'я молодого покоління є інвестицією в майбутнє суспільства.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Концепція школи, чутливої до психічного здоров'я. Зміст та впровадження / В. Горбунова, В. Палій, М. Розяєв, В. Климчук. Львів, 2022. 48 с.
2. Герман Дж. Психологічна травма та шлях до видужання: наслідки насильства – від знущань у сім'ї до політичного терору / переклад з англ. О. Лизак, О. Наконечна, О. Шлапак. Львів : Вид-во Старого Лева, 2015. 416 с.
3. Гоцуляк Н.Є. Психологічна травма: аналіз та шляхи її подолання. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України*. Серія : Педагогічні та психологічні науки. 2015. № 1 (74). С. 378–390.
4. «Не смійся з мене: просвітницько-профілактична програма тренінгових занять» : навчально-методичний посібник / Автор Лора Паркер Роерден, за загальною редакцією Лях Т.Л. Київ : УМСА, 2013. 100 с.
5. Підготовка вчителів до розвитку життєстійкості / стресостійкості у дітей в освітніх навчальних закладах : навчально-методичний посібник. Київ : Університетське видавництво ПУЛЬСАРИ, 2017. 118 с.
6. Синявський В.В., Сергєєнкова О.П. Психологічний словник / за ред. Н. А. Побірченко. Київ, 2007. 336 с.

РОЛЬ І ЗНАЧЕННЯ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

**Андріяна КИСИЛИЧИН, Віталій ФІЛЬ
м. Дрогобич**

У національній доктрині розвитку освіти у ХХІ столітті визначено, що пріоритетом розвитку освіти є впровадження сучасних інформаційних технологій, які забезпечують доступ до мережі якісних баз даних, розширюють можливості сприйняття складної інформації. Це здійснюється шляхом побудови індивідуальних навчальних програм різного рівня складності залежно від конкретних потреб, використання мережі Інтернет, впровадження дистанційного навчання, випуску електронних підручників [2].

За даними статистики, серед молоді все більш поширеними стають такі негативні соціальні явища, як тютюнопаління, алкоголізм, вживання нарко-тичних речовин, що веселять, і ранні статеві зв'язки, що порушує фізичний і психічний розвиток підлітків. Це викликає з боку медичної, наукової та педагогічної громадськості занепокоєння станом здоров'я школярів та визначає необхідність надання їм допомоги в адаптації до соціального середовища та профілактики адиктивної поведінки підлітків. У зв'язку з цим перед шкільною біологічною освітою постає завдання формування знань про збереження здоров'я та оволодіння учнями вміння відповідального ставлення до нього.

Сучасна освіта вимагає постійного вдосконалення методологічних підходів до навчання та впровадження інноваційних технологій для підвищення ефективності навчального процесу. Зараз навчання в школах ідеально поєднується з

використанням інформаційних технологій, що дозволяє розширити можливості отримання та засвоєння знань.

Збереження здоров'я в умовах сучасного світу набуває особливого значення, оскільки суспільство стикається зі зростаючою кількістю проблем, пов'язаних із недостатньою фізичною активністю, неправильним харчуванням та іншими аспектами здорового способу життя.

Упровадження інформаційних технологій у навчальний процес передбачає розвиток умінь уміло та гнучко їх використовувати, а також розвиток відповідних знань та вмінь. При такому способі побудови навчального процесу можна виділити найбільш значимі цілі [1]:

- індивідуалізація та диференціація процесу навчання;
- здійснення контролю зі зворотним зв'язком, з діагностикою та оцінкою результатів;
- здійснення самоконтролю та самокорекції;
- забезпечення можливості навчання та проведення з його допомогою самопідготовки;
- наочність (демонстрація динаміки досліджуваних процесів, графічна інтерпретація досліджуваних закономірностей);
- моделювання та імітація процесів, що вивчаються й досліджуються, явищ з переходом «реальність – модель» і навпаки (або без переходу);
- проведення лабораторних робіт у режимі підключення за допомогою спеціальних пристроїв демонстраційного обладнання до комп'ютера;
- створення та використання інформаційних баз даних, необхідних для навчальної діяльності, та забезпечення доступу до інформаційної мережі;
- посилення навчальної мотивації (за рахунок показу засобів програми або включення в неї ігрових ситуацій);

- озброєння учнів стратегією засвоєння навчального матеріалу;

- формування стилю мислення, здатності приймати варіанти рішення (за рахунок системної логічної послідовності всіх операцій);

- розвиток творчих здібностей особистості (за рахунок можливостей керувати пізнавальною діяльністю учнів).

Такий підхід дав можливість створити основу та дидактичну базу для модифікованого й комплексного застосування інформаційних технологій у системі освіти. Застосування цих технологій містить комплекс методів, форм і засобів взаємодії з учнями в процесі самостійного, але контрольованого засвоєння певного масиву знань і потребує ретельної розробки кожного компонента.

Важливе місце в системі комп'ютерної освіти займають технологічні засоби, які є основою інформаційних технологій. До них належать: [3]

- електронні видання та посібники;
- комп'ютерні навчальні системи;
- мультимедійний комплекс;
- аудіо та відео навчальні матеріали;
- комп'ютерні системи тестування тощо.

Вимоги здоров'язбережувального характеру, які висуваються до розробки та використання освітніх мережевих програм, повинні відповідати гігієнічним вимогам, санітарним нормам і правилам роботи з комп'ютерною технікою. Для аналізу навчальних електронних видань і ресурсів важливе значення мають вимоги до режиму праці та відпочинку учнів під час роботи з персональним комп'ютером: використовувані засоби інформатизації навчання мають бути розроблені таким чином, щоб час їх роботи не перевищував санітарні норми роботи з комп'ютерною технікою. Розглянемо чинники та принципи, яких необхідно дотримуватись

для здоров'язбережувального використання інформаційних технологій у навчанні учнів [4].

Санітарно-гігієнічні фактори. Навчальні програмні засоби, як й інші технічні засоби навчання, не повинні викликати негативних змін у стані здоров'я учнів. Для досягнення цієї мети розробники програмного забезпечення повинні насамперед пам'ятати про гігієнічні норми безперервної роботи з комп'ютером (для учнів це одна година), передбачаючи після цього час закінчення роботи або фіксовану перерву, яка не залежить від волі учнів.

Для зниження навантаження на зоровий аналізатор також необхідно дотримуватися фізіологічних та ергономічних вимог до колірного рішення програм: забезпечення достатньої контрастності, використання синьо-зеленої частини спектру для кольору фону і позитивного екрана (світлий фон, темні букви), а також використання оптимальної кількості кольорів (не більше трьох) [4].

Для зниження психологічного навантаження під час розробки контрольних програм рекомендується передбачити датчики часу, а також можливість повернення до вже зроблених відповідей та їх коригування.

Принципи зорового сприйняття інформації. Діяльність людини, яка сидить перед екраном монітора, починається з отримання інформації: у її свідомості відображаються властивості об'єкта, що сприймається з екрана, і формується її чуттєвий образ. Фізіологічною основою формування перцептивного образу є робота зорового аналізатора. Існує певний набір умов, що забезпечують нормальну роботу зорового аналізатора: яскравість об'єкта повинна бути в певних межах; контрастність зображення на тлі необхідно вибирати з урахуванням розміру об'єкта; важливо враховувати, що око має найбільшу чутливість до жовто-зеленого випромінювання, найменшу – до фіолетового і

червоного; розмір символу повинен відповідати гостроті зору людини; треба також враховувати, що це впливає на швидкість і правильність сприйняття інформації.

Принцип фізіологічної відповідності. Кольори за яскравістю і контрастністю не повинні виходити за межі, що призводять до втоми очей. Знижена яскравість зображення викликає перенапруження м'язів кришталика ока і, як наслідок, зниження гостроти зору.

Принцип емоційної відповідності. Кольори повинні викликати емоційну реакцію, яка поліпшує самопочуття і підвищує працездатність людини. Відеоінформація або анімація повинні супроводжувати розділи, які важко зрозуміти у звичайній презентації. При цьому витрати часу на навчання в 5–10 разів менші в порівнянні з традиційним підручником. Відеоролики уможливлують змінювати часовий масштаб і демонструвати явища в прискореній, уповільненій або вибіркової зйомці [7].

Тому доцільні такі рекомендації [4]:

- намагатися використовувати не більше чотирьох кольорів;
- використовувати контрасти, які створюють сильні довготривалі ефекти;
- мінімізувати або виключити використання жовтого та червоного кольорів;
- віддавати перевагу заспокійливим кольорам: чистому зеленому, оливковому, жовто-зеленому;
- розглянути колір для фокусування (чорний).
- використовувати як стабілізаційні кольори – теплі темні тони (коричневий);
- використовувати холодні темні кольори (темно-сірий, чорно-коричневий, темно-зелено-синій) як ізолювальні та такі, що пригнічують роздратування.

Інформаційні технології, що використовуються в навчальному процесі, повинні відповідати єдиним ергономічним, естетичним і здоров'язбережувальним вимогам:

- тимчасові режими роботи освітнього електронного видання чи ресурсу, відповідність його складових здоров'язбережувальним вимогам;

- характеристики використовуваного підходу до візуалізації інформації на екрані монітора, колірні характеристики, характеристики просторового розміщення інформації, ступінь відповідності використаних підходів до візуалізації тим засобам, що загальноприйняті для такого класу інформатизації;

- характеристики організації буквено-цифрових символів і знаків на екрані монітора;

- характеристики організації діалогу (доступність для учнів, час реакції на відповідь або керуючий вплив, кількість варіантів і правдоподібність відповідей у питаннях типу «меню», наявність інструкцій чи підказок);

- характеристики звукового супроводу (комфортність сприйняття звукової інформації, зручність налаштування звукових характеристик, ступінь засміченості й оптимальний темп звукового супроводу);

- ступінь естетичності.

Застосування інформаційних технологій у формуванні здорового способу життя у школі має великий потенціал для поліпшення освіти та здоров'я учнів. Ось деякі особливості цього процесу [5]:

1. Школи можуть використовувати комп'ютери, планшети та інші технології для надання учням доступу до електронних підручників, навчальних відеоматеріалів, інтерактивних завдань та онлайн-курсів щодо здорового способу життя.

2. Вчителі та батьки можуть використовувати електронні журнали та додатки для відстеження фізичної активності, раціону харчування та інших аспектів здорового способу життя учнів.

3. Школи можуть надавати учням доступ до відеоуроків фітнесу, які можна переглядати вдома або в спеціальних зонах для фізичної активності в школі.

4. Використання мобільних додатків для планування та відстеження харчування допомагає учням та їхнім батькам приймати більш обізнані рішення щодо їжі.

5. Школи можуть організовувати віртуальні екскурсії в місця, де діти можуть побачити, як вирощуються органічні продукти або як функціонують спортивні заклади.

6. Учні можуть мати доступ до онлайн-психологічних консультацій та ресурсів для вивчення питань психологічного здоров'я й емоційного благополуччя.

7. Використання інтернет-форумів та соціальних мереж для створення спільнот, які сприяють здоровому способу життя, де учні можуть ділитися порадами, досвідом, а також отримати підтримку.

8. Інформаційні технології дають змогу школам надавати батькам доступ до інформації щодо програм та заходів, спрямованих на формування здорового способу життя для дітей.

Застосування інформаційних технологій у навчальному процесі допомагає зробити освіту про здоровий спосіб життя більш доступною, цікавою й ефективною для учнів.

Застосування інформаційних технологій у формуванні здорового способу життя у школі може бути більш розширеним та комплексним процесом. Давайте подивимося на деякі додаткові аспекти цієї теми:

Існують спеціалізовані онлайн-платформи, які надають школярам доступ до курсів та матеріалів щодо здорового

харчування, фізичної активності, психологічного здоров'я, а також інших аспектів здорового способу життя.

Використання електронних пристроїв, таких як фітнес-браслети, допомагає учням відстежувати свою фізичну активність та отримувати рекомендації щодо поліпшення здоров'я.

Існують додатки, які допомагають учням та їхнім батькам створювати збалансований раціон та відстежувати споживання поживних речовин.

Учителі можуть організовувати віртуальні лекції та майстер-класи з питань здорового способу життя, на які учні можуть записуватися і брати участь в онлайн-заняттях.

Використання GPS-технологій допомагає створювати маршрути для прогулянок, бігу чи велосипедних поїздок та відстежувати фізичну активність відповідно до місця перебування [6].

Учні можуть отримувати консультації вчителів, лікарів чи фахівців у галузі здорового способу життя через відеодзвінки та спеціалізовані додатки.

Створення віртуальних спільнот та челенджів, що спонукають учнів до підтримки здорового способу життя та обміну досвідом.

Інтернет надає можливість учням завжди бути в курсі актуальних тенденцій у сфері здорового способу життя та медицини.

Деякі додатки дозволяють вимірювати рівень стресу, тривожності та надають інформацію щодо інших аспектів психологічного здоров'я та надають рекомендації, як його поліпшити і зміцнити.

Загалом, інформаційні технології можуть ефективно сприяти формуванню здорового способу життя серед школярів, роблячи освіту більш інтерактивною, зрозумілою та доступною.

Застосування інформаційних технологій у формуванні здорового способу життя у школі є справжньою необхідністю в сучасному світі, де збереження та підтримання здоров'я набули особливої важливості. Інформаційні технології допомагають створити інноваційне середовище для освіти, що сприяє підвищенню свідомості учнів щодо здорового способу життя і надає їм засоби для вживання кращих рішень у галузі фізичного здоров'я, харчування та психологічного благополуччя.

Основні переваги використання інформаційних технологій – доступність до освітніх ресурсів у будь-який час та в будь-якому місці, спрощення процесу відстеження й аналізу фізичної активності та харчування, можливість спілкування з вчителями та фахівцями у галузі здорового способу життя через відеодзвінки і онлайн-консультації. Додатково, використання інформаційних технологій сприяє створенню стимулювальних інтерактивних середовищ для учнів, які навчаються краще, коли інформація представлена у вигляді відеоматеріалів, ігор, мультимедійних презентацій та віртуальних інтерактивних лабораторій [6].

Збереження та зміцнення здоров'я учнів є завданням національного значення, і використання інформаційних технологій допомагає підвищити ефективність програм формування здорового способу життя у школах. Отже, інтеграція цих технологій у освітній процес є важливим кроком у забезпеченні майбутнього здорових та активних поколінь.

Загалом, інформаційні технології відкривають нові можливості для формування та підтримки здорового способу життя, сприяючи популяризації здорових практик та поліпшенню якості життя людей. Розвиток цього напрямку має великий потенціал для подальшого вдосконалення та зміцнення здоров'я суспільства.

Основні переваги використання інформаційних технологій у формуванні здорового способу життя включають доступність інформації, можливість інтерактивного навчання, підвищення

мотивації до здорового способу життя, моніторинг здоров'я та прогресу у здоровому житті, а також сприяння обміну корисними досвідами й ресурсами.

Застосування інформаційних технологій у формуванні здорового способу життя є важливим і перспективним напрямом діяльності, оскільки вони допомагають суспільству стати більш інформованим і відповідальним щодо свого здоров'я та добробуту.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Вострокнутов І.Є., Галкіна А.І. Інструкція з оцінки якості програмних засобів навчального призначення. Київ : Держкоорцентр, 2015. 60 с.
2. Інноваційні пошуки в сучасній освіті / за редакцією Л.І. Даниленко, В.Ф. Паламарчук. Київ : Логос, 2014. 220 с.
3. Капіруліна С.Л., Паламарчук Л.Б. Інформаційно-комунікативні технології у процесі підвищення кваліфікації вчителів географії.. *Шкільна географічна освіта: інформаційно-комунікативні технології у навчально-виховному процесі* : зб. наук. праць. Київ : ДНВП «Картографія», 2008. С. 62–66.
4. Лаврентьєва Г.П. Рекомендації до використання електронних засобів в освітньому процесі (у навчально-виховному комплексі «садок–школа»). *Дошкільне виховання*. 2019. № 10. С. 8–9.
5. Паламарчук В.Ф. Інноваційні процеси в педагогіці. Київ : Освіта, 2014. 154 с.
6. Роберт І.В. Теорія та методика інформатизації освіти (психолого-педагогічний та технологічний аспекти). Київ : ПО РАВ, 2018. 274 с.
7. Чубарова С., Козловська Г., Єрмеєва В. Нові здоров'язбережувальні технології в освіті та вихованні дітей. *Розвиток особистості*. 2019. № 2. С. 171–187.

ГУМАНІТАРИЗАЦІЯ ОСВІТИ ЯК ЧИННИК РОЗВИТКУ САМОСТІЙНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Віталій МАЦИГІН

м. Дрогобич

Сьогодні особлива увага акцентується на вивченні гуманітарних дисциплін, т. зв. гуманітаризація виступає стратегічним напрямом реформування системи освіти в Україні. Це означає, що будь-яка сфера суспільного життя (економічна, політична, культурна) потребує т. зв. «олюднення», звернення до потреб, запитів сучасної людини, посилення уваги до неї. Причому в освітній галузі сьогодні все більш акцентується на важливості розуміння цінності періодів дитинства і юності у здобутті освіти, як основи формування особистості.

Саме завдяки гуманітаризації реалізується основне завдання освіти – формування гармонійно розвиненої особистості, яка перебуває у гармонії з собою та навколишнім середовищем, прагне до саморозвитку тощо. Власне гуманітаризація змушує нас переосмислити сутність духовно-морального життя людини, глибоко вникнути у питання теорії гуманітарно-орієнтованої освіти й виховання. Інакше кажучи, гуманітаризація освіти ставить основний акцент на «формуванні світогляду особистості, орієнтованого на загальнолюдські й національні цінності, на утвердження в свідомості й поведінці студентської молоді прогресивних громадянських, моральних та естетичних поглядів і почуттів» [4, с. 18].

Гуманітаризація освіти відіграє важливу роль у формуванні національної свідомості молодого покоління, розуміння своєї

автентичності, окремішності у світовій цивілізації. Саме ознайомлюючи молодь з культурою свого народу, його звичаями, традиціями ми формуємо у неї відчуття приналежності до українства, запобігаємо національному нівелюванню та духовному зубожінню. Водночас виховуємо у молодого покоління і відкритість до інших культур, традицій інших народів, толерантне ставлення до їхніх віросповідань, звичаїв. Адже заклади вищої освіти не можуть бути національною освітньою «резервацією», зміст навчання у них має включати все багатство знань, вироблених всім людством [4, с. 29].

Гуманітаризація вищої освіти передбачає вивчення студентами тільки науково доведених фактів, науково обґрунтованих теорій, категорично недопустимим є їх викривлення на потребу певної ідеології чи політичної сили, як це було за т. зв. радянських часів. Нічий погляди, цінності, чи переконання, які не мають наукового обґрунтування не можуть нав'язуватись молоді. Вона є суб'єктом свого становлення, розвитку і має право на власну позицію. Тобто завдання гуманітарної освіти відкрити перед молоддю різноманітні наукові факти, теорії, показати їх неоднозначність, альтернативність і плюралізм, забезпечивши при цьому їй право на власну наукову позицію тощо.

З огляду на надання характеристики, гуманітарні дисципліни володіють значним потенціалом для розвитку самостійності у студентської молоді, яка головно формується у процесі самостійної роботи. Саме самостійна робота студентів як складне педагогічне явище є особливою формою навчальної діяльності спрямованою на самостійне опанування знаннями, уміннями й навичками за умови ефективності організації освітнього процесу у закладі вищої освіти. Це дає підстави до твердження про двоєдиність мети самостійної роботи студентів, яка включає їхню готовність до самостійного засвоєння знань,

умінь, навичок, з одного боку, та формування самостійності як риси особистості – з іншого. На основі сказаного можемо визначити основні функції самостійної роботи під час вивчення гуманітарних дисциплін.

Зазначимо, що в педагогічних університетах освітніми професійними програмами передбачено вивчення таких гуманітарних наук, як: філософії, культурології, етики, соціології, психології, педагогіки і ін.

8. Так, засвоєння систематизованих знань з будь-якої гуманітарної дисципліни у самостійній роботі студентів становить пізнавальну функцію. Наступна функція самостійної роботи студентів, яка вважається не менш важливою – самоосвітня. Вона характеризується формуванням умінь та навичок самостійної пізнавальної діяльності, у процесі якої розвивається творчий підхід до самостійного засвоєння знань, умінь і навичок та механізмів їх практичного застосування. Не менш важливою є прогностична функція (передбачення можливого результату) та коригувальна функція (вчасне коригування своєї діяльності).

Хочемо наголосити також на виховному значенні самостійної роботи, як складової діяльності студента під час вивчення гуманітарних дисциплін, адже «вона формує самостійність не тільки як сукупність певних умінь і навичок, а й як рису характеру, яка відіграє істотну роль у структурі особистості майбутнього фахівця високої кваліфікації» [5, с. 169]. І, нарешті, самостійна робота студентів у рамках вивчення гуманітарних дисциплін дає можливість їм оволодіти способами самостійного здобуття знань, вміннями розв'язання типових завдань, становить основу для вироблення творчого індивідуального підходу у майбутній професійній діяльності.

Зрозуміло, що самостійна робота є невід'ємним компонентом навчальних занять з гуманітарних дисциплін:

лекцій, практичних, семінарських. До прикладу, на лекції студент самостійно прослуховує, конспектує, запам'ятовує матеріал (це т. зв. нижчий рівень прояву самостійності). А на практичних – індивідуально або в групі виконує творчі завдання, розв'язує проблемні ситуації, здійснює самостійні спостереження, узагальнює їх результати й оприлюднює свої умовиводи. Водночас самостійною роботою студент займається й поза аудиторією. Така діяльність може передбачати самостійну підготовку до семінарського заняття, опрацювання літератури, використання різноманітних носіїв інформації та мережі Інтернет, осмислення нового матеріалу, виконання домашніх завдань та ін. [3, с. 25].

У сучасних освітніх професійних програмах закладів вищої педагогічної освіти обсяг самостійної роботи студента визначається з урахуванням специфіки професії, а також місцем дисципліни у структурі професійної підготовки (обов'язкова чи вибіркова). Крім того, береться до уваги рівень освіти (перший (бакалаврський), другий (магістерський)) та форма навчання (денна, заочна, дистанційна) та ін. [3, с. 78]. Тобто, самостійна робота є складовою навчання у закладі вищої освіти. Від рівня її організації залежить результативність освітнього процесу, успішність засвоєння студентами навчального матеріалу, ефективність формування професійних умінь і навичок. Вона мотивує студента, зумовлює потребу поглиблення знань з власної ініціативи. Самостійну роботу вважають вищою формою навчальної діяльності, адже вона сприяє набуттю вмінь аналізувати, систематизувати, планувати, контролювати власну діяльність. Так формується самостійність мислення, прагнення відкривати нові знання, відповідальність, креативність, дисциплінованість, точність, працьовитість. Самостійна робота є потрібною з огляду на важливість оволодіння навчальним

предметом та у зв'язку з необхідністю формування навичок самостійної діяльності у студентів [2, с. 15].

Основним завданням сучасної освіти є сформувати активну, діяльну людину, яка здатна діяти самостійно, забезпечуючи собі повноцінну життєдіяльність. Тобто, молода людина повинна володіти навичками самостійності у здобутті освіти. За таких концептуальних освітніх змін розширюються функції самостійної роботи, збільшується кількість годин відведених на неї, відповідно й зростає її важливість для студентської молоді. Це зумовлює й прагнення до змін характеру взаємин між викладачем та студентом, які стають рівноправними партнерами в освітньому процесі закладу вищої освіти. За таких умов важливим є педагогічний інструментарій самостійної освітньої діяльності студентів у вишах. Важливо, щоб допомога і контроль з боку викладача не пригнічували самостійності й ініціативи студента, а спонукали його до самостійного розв'язання питань організації, планування, контролю за своєю навчальною діяльністю, виховуючи самостійність як особистісну рису характеру [1, с. 181].

З одного боку, самостійна робота студента вимагає належного рівня організації, керівництва та контролю з боку викладача, а з іншого – передбачає активність, ініціативність, самостійність самого студента, формування навичок самостійної діяльності. Це потребує таких способів реалізації освітнього процесу в закладі вищої освіти, коли допомога, оцінка педагога не пригнічуватимуть завзятість студента, а привчатимуть його до самостійного планування і звершення навчання. Ефективність та результат самостійної роботи визначається рівнем самоорганізації, саморозвитку, здатністю студента розв'язувати життєві і професійні ситуації.

Важливим завданням педагога є також певний розподіл молодих людей за принципом індивідуальних зацікавлень та

уподобань. І важливою тут є умова щодо цілком самостійного для кожного вибору, що веде за собою вільний вияв ініціативи, творчої активності й обов'язкове емоційне задоволення результатом [4, с. 20]. Це найголовніше завдання, успіх його вирішення залежить від майстерності педагога – здатності реалізувати розвивально-орієнтований підхід до особистості. Педагогам необхідно створити таку демократичну систему життєзабезпечення, в якій студенти оволодіватимуть різними доступними і цікавими способами оперування інформацією в найрізноманітніших життєвих ситуаціях.

Отже, на сьогодні одним із найголовніших завдань розвитку особистості є формування самостійності й активності мислительної діяльності, однією з найважливіших характеристик якої є самоцінність цієї діяльності. І це не лише вміння виконувати нові нескладні завдання, а також здатність самостійно ставити нові цілі й досягати їх шляхом власного пошуку. Зазначимо, що саме гуманітарні дисципліни володіють необхідним потенціалом для розв'язання окреслених завдань. У процесі їх вивчення студенти оволодівають знаннями та механізмами формування самостійності як базової особистісної якості. Саме на заняттях цих дисциплін є змога закладати підґрунтя наукового світогляду особистості, орієнтованого на єдність людини й навколишнього світу, потребу ціннісного ставлення до себе, інших осіб і природи, що є основою гуманітарно-орієнтованої освіти. Гуманітарні дисципліни володіють необхідним потенціалом для мотивації до самостійної діяльності, до прояву своїх гуманних почуттів у доброчинній діяльності.

Уважаємо, що у більш глобальному значенні створена можливість особистості брати на себе відповідальність за свою життєдіяльність, передбачає здатність стати реальним суб'єктом удосконалення суспільства, творцем власної долі, створює

простір для творчого розвитку гуманної, вільної особистості та її самостійного й відповідального вибору. Водночас це допоможе позбутися психологічної неготовності багатьох громадян взяти на себе відповідальність за перебудову суспільства на засадах свободи і демократії, нездатності здійснити самостійний життєвий вибір.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Гук О. Гуманізація освітнього процесу у вищому навчальному закладі. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2012. Вип. 14. С. 179–187

2. Конюхова Н. А. Особливості організації самостійної навчальнопознавальної діяльності студентів. *Теорія та методика управління освітою*. 2010. № 4. С. 13–23.

3. Організація самостійної роботи студентів / за заг. ред. В.М. Король, В.П. Мусієнко, Н.Т. Токової. Черкаси : Вид-во ЧДУ, 2003. 216 с.

4. Проблеми гуманізації та гуманітаризації навчання і виховання у вищому закладі освіти : кол. монограф. дослідж. / П. В. Мельник та ін. ; наук. ред. Н.В. Ківенко, Ю.П. Чорноморець ; Держ. податкова адмін. України, Нац. ун-т держ. податкової служби України. Ірпінь, 2010. 255 с.

5. Продайко М. Самостійна робота як важлива складова фахової підготовки студентів. *Педагогічний альманах*. 2012. Вип. 16. С. 165–170.

ФІТБОЛ-ГІМНАСТИКА ЯК ІННОВАЦІЙНА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА ТЕХНОЛОГІЯ У ЗАКЛАДАХ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

**Анна МОТИКА
м. Дрогобич**

Україна є однією з держав, котрі у своїй політиці декларують здоров'я як найвищу цінність людини. Згідно зі Статутом Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), Конвенції ООН про права дитини, Конституції України, у країні імплементовано значну кількість законів та нормативно-правових документів, які визначають здоров'язбережувальну стратегію держави в системі освіти, а саме: Закони України «Про освіту», Закон України «Про дошкільну освіту» та інші. Виконання цих законів дає змогу забезпечити збереження та зміцнення фізичного, духовного і психічного здоров'я дошкільника як першочергове завдання розвитку, виховання і навчання найменших громадян нашої країни. Отже, ми як майбутні педагоги повинні сконцентрувати особливу увагу на проблемі фізичного розвитку дітей дошкільного віку. Саме тому існує об'єктивна потреба доцільно застосовувати інноваційні здоров'язбережувальні технології у сучасних закладах дошкільної освіти [3; 4].

Здоров'язбережувальні технології спрямовані на поліпшення показників здоров'я дошкільників, регуляцію режиму рухової активності дітей та їх мотивації до виконання фізичних вправ. Здоров'язбережувальні технології включають у себе використання методів, засобів і форм фізичного розвитку та виховання. Головна їх мета полягає у зниженні ризиків

захворювань та підвищенні якості життя. Здоров'язбережувальних технологій існує на сьогодні безліч, проте детальніше зупинимося на такій технології, як фітбол-гімнастика [10].

На жаль, у практиці фізичного виховання недостатньо висвітлена методика корекції порушень постави з використанням саме комплексів вправ з фітбол-гімнастики. Серед науковців, котрі безпосередньо займалися цією темою дослідження, наведемо таких: В.А. Мануйлова, О.Г. Сайкіна, С.О. Філіпова, Ю.Ф. Курамшин, М.М. Єфименко, О.Ф. Ісса, М.Н. Кузнецова, Т.С. Лисицька, Ж.Є. Фірільова та інші [5; 6; 8; 9].

Фітбол-гімнастика – це вправи з використанням м'яча, що має певні специфічні властивості (розмір, колір, запах, пружність), котрі застосовуються з оздоровчою метою [1]. У закладі дошкільної освіти фітбол-гімнастика може бути включена до програми фізичного розвитку дітей. Вона допомагає розвивати координацію рухів, розтягувати різні групи м'язів, вдосконалювати такі фізичні якості, як сила та витривалість.

Заняття з футбол-гімнастики можуть проводитися як у груповій формі, так і індивідуально. Вони можуть передбачати вправи на розтягнення м'язів, розвиток рівноваги, корекцію постави, зміцнення м'язів спини, живота, ніг та рук [9].

Фітбол-гімнастика у ЗДО сприяє загальному фізичному розвитку дітей, відчутному поліпшенню їхнього здоров'я та фізичної активності. Вона також може бути цікавою й захопливою формою фізичних занять для дітей [8].

Під час проведення занять з елементами фітбол-гімнастики рекомендуємо дотримуватися конкретних правил, що уможливають збільшити ефективність рухової діяльності дошкільників:

- ✓ обирати фітбол кожній дитині індивідуально, а саме з урахуванням її зросту, так, щоб забезпечити кут 90° між тулубом і стегном, гомілкою і стопою, стегном і гомілкою;

- ✓ систематично перевіряти приміщення на відсутність гострих предметів, що можуть пошкодити фітбол;
- ✓ стежити, щоб діти на занятті обов'язково були одягнуті у зручний одяг та взуття, що не ковзає;
- ✓ кожне заняття обов'язково розпочинати із простих вихідних положень і вправ, поступово збільшуючи їх складність;
- ✓ вести постійні спостереження задля того, щоб жодна вправа не викликала у дітей больових чи неприємних відчуттів;
- ✓ у жодному разі не виконувати різкі рухи, скручування у поперековому та шийному відділах хребта, напружувати м'язи спини та шиї;
- ✓ намагатися не затримувати дихання при виконанні вправ у положенні лежачи;
- ✓ прагнути не давати дітям велику кількість статичних вправ на животі;
- ✓ дотримуватися правила – голова і хребет повинні утворювати одну лінію при виконанні вправ у положенні лежачи на животі й на спині;
- ✓ не дозволяти здійснювати максимальні нахили і різкі рухи голови уперед-назад, оскільки вони можуть провокувати невинновправдване посилення шийного лордозу;
- ✓ враховувати важливе правило – фітбол не повинен рухатись при виконанні вправ, за винятком вправ, що пов'язані з його переміщенням;
- ✓ пильнувати за тим, щоб долоні дошкільника розміщувалися паралельно на рівні плечових суглобів при виконанні вправ у положенні лежачи на животі з упором рук на підлозі;
- ✓ на кожному занятті потрібно нагадувати дітям про самострахування;

✓ створювати позитивний емоційний настрій у дітей на кожному, без винятків, занятті за допомогою музичного супроводу;

✓ на заняттях з дошкільнятами доцільно використовувати вправи з елементами ігрової діяльності, уточнення уявлення дітей про будову свого тіла (наприклад, проводити ігри «Заборонений рух», називати частини тіла та їх рухи, «Торкнись певної частини тіла»);

✓ дотримуватися правила – час виконання вправ із фітболами не повинен перевищувати 40–60 % загальної тривалості заняття;

✓ повсякчасно заохочувати ініціативність та самостійність малюків – надавати можливість дітям виконувати різноманітні вправи: ходити, бігати, стрибати, танцювати тощо [2].

Заняття з елементами фітбол-гімнастики складається, як правило, з трьох частин: підготовча (5 хв.); основна (20 хв.); заключна (5 хв.). Кожна з частин логічно передують наступній. Тривалість частин може змінюватись (підготовча частина може становити 15–20 %, основна – 75–80%, а заключна – 5–10 %). Розподіл часу між трьома частинами залежить від специфіки обраних вправ, а також основних завдань, типу заняття і фізичної готовності дітей, які ними займаються. До прикладу приведемо комплекс вправ на фітболах для дітей дошкільного віку:

1. Дошкільник сидить на м'ячі, спираючись ногами об підлогу, руки на поясі. І дитина виконує нахили головою вперед-назад, праворуч-ліворуч, повороти головою праворуч-ліворуч. Темп виконання вправи – повільний. Кількість повторень 4–5 разів.

2. Сидячи на фітболі дитина витягує руки вперед і робить гімнастику для пальчиків та кистей. Те саме повторити, розвівши руки в сторони, та піднявши вгору.

3. Дошкільник сидить на м'ячі і виконує повороти тулуба праворуч-ліворуч.

4. Вправа теж виконується сидячи на м'ячі. «Сходи» – підіймати руки по черзі на пояс, на плечі, вгору, два хлопки руками і назад по черзі так само (плечі, пояс, два хлопки вниз по м'ячу). Поступово темп вправи збільшується.

5. Ходьба сидячи на м'ячі вперед-назад (не відриваючи сідниці від м'яча).

6. Стрибки на м'ячі, відриваючись від підлоги, також виконуємо стрибки, сидячи на м'ячі навколо себе (підстрибуємо, поступово переставляючи ноги і рухаємося по колу).

7. Дитина сидить на м'ячі, педагог тримає її за гомілки і по чергово у повільному темпі відводить в сторону одну з гомілок, а дитина повинна намагатись зберігати рівновагу.

8. Дитина лежачи животом на м'ячі, спирається ногами і руками в підлогу. Перехилившись вперед, поступово переставляючи ступні і долоні, дитина крокує вперед і назад.

9. Лежачи на м'ячі, дитина спирається ногами об підлогу, руки розводить в сторони і зберігає рівновагу впродовж 5 секунд, а далі – повертається у вихідне положення.

10. Утримуючи дитину за ноги, педагог штовхає її вперед так, щоб вона спиралась руками об підлогу, зігнувши руки в ліктях, намагаючись торкнутися підлоги носом.

11. Підтримка балансу рівноваги дитини: лежачи спиною на гімнастичному м'ячі і зміна підтримки на руках, на підтримку на ногах.

12. Дошкільник змінює вихідні положення: лежачи на спині на положення сидячи на фітболі, одночасно піднявши голову, педагог у цей час підтримує її за гомілки.

13. Дитина у вихідному положенні лежачи на килимку, на спині, м'яч обхоплює руками і ногами, та виконує перекати на спині вперед-назад по чергово.

14. Лежачи на гімнастичному маті чи килимку, на спині, м'яч обхопити ногами з двох сторін. Дошкільник піднімає й опускає прямі ноги, а руками під час виконання вправи може триматися за килимок.

15. Дитина з вихідного положення лежачи на килимку, на спині, м'яч під ногами, руками триматися за підлогу, виконує піднімання та опускання тазу [7, с. 1].

Переваги використання «фітбол-гімнастики у роботі з дітьми дошкільного віку:

1. Розвиток координації рухів та балансування тіла в поєднанні з рівновагою.

2. Зміцнення окремих груп м'язів, зазвичай великих, та розвиток силових показників.

3. Покращення гнучкості тіла малюків та відчутне збільшення рухового діапазону вправ.

4. Розвиток витривалості та стійкості.

5. Покращення кровообігу та обміну речовин.

6. Формування необхідних навичок здорового способу життя й активізація рухового режиму» [6, с. 140].

Окремо зазначимо, що ефективність виконання дошкільниками фізичних вправ значно поліпшується, якщо заняття відбувається на позитивному емоційному тлі, яке, зокрема, може забезпечити використання фольклорних творів, до яких відносять казкотерапію. Цікавими є програми виховання, навчання і розвитку дошкільників, що поєднують казкотерапію з нетрадиційними методами здоров'язбережувальних технологій, зокрема і з фітболом. Такі програми насамперед, сприяють корекції не тільки психомоторного, але й емоційного, а також загального психічного розвитку дітей дошкільного віку. Досить актуальними сьогодні є такі методи і прийоми, які сприяють максимальній активності всіх сенсорних каналів сприйняття, у т.ч. слух, дотик, зір, нюх і смак [5].

Отже, вправи фітбол-гімнастики для дітей дошкільного віку можуть бути веселими та цікавими, що сприятиме більш активному залученню дошкільників до систематичних занять руховою активністю. Наведений як приклад комплекс вправ і рухів спеціально розроблений для дітей з метою поліпшення їх фізичного стану, розвитку координації рухів, зміцнення м'язів та розвитку гнучкості. На заняттях з фітбол-гімнастики діти дошкільного віку безпосередньо розвивають власні фізичні можливості, а також вдосконалюють фізичні якості, здійснюють корекцію постави, формують її правильне положення, виховують правильний активний спосіб життя та культуру здоров'я загалом.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Kalichak Yu., Debelyuk H. Peculiarities of the professional training of the modern physical education instructor for preschool children. *Сучасні тенденції створення здоров'язбережувального середовища у закладах освіти* : збірник наукових праць студентської науково-практичної конференції (Дрогобич, 28 лютого 2023 р.) / за ред. Т. Пантюк, Ю. Калічака, А. Федорович, С. Івах. Дрогобич : ДДПУ ім. Івана Франка, 2023. С. 78 – 85.
2. Байєр О.М. Використання казкотерапії із фітбол-гімнастикою як здоров'язбережувальної технології. *Дошкільна освіта*. 2008. № 1 (19). С. 54–64.
3. Закон України «Про дошкільну освіту». Київ : Відомості Верховної Ради України (ВВР), 2001, № 49, ст. 259.
4. Закон України «Про охорону дитинства». Київ : Редакція журналу «Дошкільне виховання», 2001. 55 с.
5. Калічак Ю.Л. Оздоровчі технології та діагностичні методики фізичного розвитку дітей : тексти лекцій. Дрогобич : Редакційно-видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2016. 128 с.

6. Кашуба В.О. Сучасні оздоровчі технології у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку. *Спортивний вісник Придніпров'я*. Дніпропетровськ, 2010. С. 139–141.
7. Комплекс загальнорозвивальних вправ: фітбол-гімнастика <https://kyiv8.irc.org.ua/news/18-31-43-31-03-2020/>.
8. Сазанова І.О., Дорошенко Е.Ю., Гурєєва А.М. Фітбол – засіб вдосконалення фізичних якостей студенток медичних ВНЗ : навчально-методичний посібник. Запоріжжя, 2017. С. 11–13.
9. Томенко О.А., Старченко А.Ю. Фізкультурна освіта старших дошкільнят: інноваційна технологія : монографія. Суми, 2016.
10. Шишка А., Ломага О. Інноваційні здоров'язбережувальні технології у ЗДО. *Сучасні тенденції створення здоров'язбережувального середовища у закладах освіти: збірник наукових праць студентської науково-практичної конференції (Дрогобич, 28 лютого 2023 р.)* / за ред. Т. Пантюк, Ю. Калічака, А. Федорович, С. Івах. Дрогобич : ДДПУ ім. Івана Франка, 2023. С. 153–161.

КОМПЛЕКСНИЙ ПІДХІД ДО ПРОФІЛАКТИКИ ЗАХВОРЮВАНЬ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ

**Наталія Нагорна, Юрій Малик
м. Одеса**

Останнім часом зниження рівня рухової активності та фізичної підготовленості, а отже, й загального рівня здоров'я учнівської молоді в Україні мають стійку тенденцію до зниження та вже набули критичного характеру. У значної кількості школярів спостерігаються різкі зміни в бік зменшення показників виконуваного фізичного навантаження, відтак сповільнюється загальний розвиток тілесності, знижується актуальна фізична й інтелектуальна працездатність. Причинами низького рівня фізичної підготовленості учнівської молоді та відчутного погіршення стану її здоров'я є, на наш погляд, ціла низка різноманітних чинників. З-поміж яких найбільш відчутним вважаємо, соціально-політичну ситуацію у державі.

За офіційними даними, початок пандемії коронавірусної хвороби в Україні було зафіксовано 3 березня 2020 року (офіційно підтверджений випадок в Чернівецькій області). За інформацією Міністерства охорони здоров'я та Ради національної безпеки та оборони, станом на 25 серпня 2022 року в Україні було підтверджено вже 5315613 випадків зараження SARS-CoV-II, з них одужали 4880967 осіб. З початку пандемії всі, без винятків, заклади освіти різних рівнів було переведено на дистанційне навчання, тривалість обмежень у закладах вищої освіти продовжувалося терміном від одного до двох років. У 2023 році лише окремі заклади освіти змогли перейти на стаціонарне навчання (або на змішану форму), що безпосередньо залежало від

санітарно-епідеміологічної ситуації в обласних центрах і відбувалося з дозволу обласних державних адміністрацій [4, с. 350].

24 лютого 2022 року в Україні відбулося повномасштабне і вторгнення військ Російської Федерації. З огляду на військові дії країни-агресора всі заклади освіти здійснювали процес навчання в онлайн-режимі. Сьогодні в прикордонних областях і регіонах, котрі безпосередньо межують із зоною активних військових дій, навчання або не відбувається або відбувається у змішаному чи онлайн-форматі. Зазначена проблема здійснення освітнього процесу, без перебільшення, – найбільша за всі останні роки функціонування національної системи освіти [3].

Перелічені вище фактори, на нашу думку, є основними, котрі кардинально вплинули на духовно-моральний розвиток школярів, а особливо на фізичний розвиток сучасного молодого покоління, що продовжує навчання у закладах освіти різних рівнів. Сучасне непросте повсякденне життя теперішніх спудеїв, на жаль, сприяє різкому збільшенню кількості молодих людей з помітними порушеннями постави (наслідки тривалого неправильного положення тіла за телефоном або гаджетом, сутулість у результаті тривалої роботи за комп'ютером тощо).

За даними оприлюдненої статистики серед учнів старших класів виявлено різноманітні порушення постави у 79,8 % усіх обстежуваних. Автори дослідження стверджують про факт збільшення кількості підлітків за останні два десятиліття приблизно удвічі. Вважаємо такі результати занадто оптимістичними, а цифри щонайменше вдвічі вищими станом на початок 2024 року [6, с. 42].

Серед істотних причин занадто низького рівня фізичної підготовки підлітків та суттєвого погіршення стану їх здоров'я вважаємо за необхідне підкреслити проблему хронічної недостатності уваги до цих питань у сімейному колі.

У зв'язку з окресленими соціально-політичними проблемами, одним із найважливіших завдань, що постають перед закладами освіти, вважаємо дієві та невідкладні заходи щодо зміцнення здоров'я, підвищення рівня загальної фізичної підготовленості, а також сприяння утвердженню здорового способу життя, створення умов для підвищення рівня загальної і спеціально-прикладної фізичної підготовленості. Важливе значення має проведення занять з основ фізичної культури в особистому житті [1, с. 10].

Основним завданням у роботі зі школярами вважаємо профілактику та запобігання на ранньому етапі виявлених фізіологічних порушень. Зростаючі сучасні вимоги у процесі навчання вимагають активізації різного роду навантаження на їх психоемоційний стан. Аналіз психолого-педагогічної літератури дає підставу стверджувати, що психоемоційний стан учня фізіологічно впливає на фізичний стан та розвиток особистості, так само фізична культура, актуальний фізичний здійснює вплив на психоемоційний стан людини [4; 5].

Зупинимося більш детально на одному із найпоширеніших порушень опорно-рухового апарату – сколіозі.

Сколіоз є «захворюванням опорно-рухового апарату, що характеризується S або C-подібним викривленням хребта в боковій площині та може вражати як грудний, так і поперековий відділ хребта» [5, с. 38].

Розглянемо причини виникнення сколіозів у підлітковому віці.

I. Спадкові фактори (це пов'язно з типовими захворюваннями в сім'ї в родині).

- 1) генетичні захворювання ДЦП (дитячий церебральний параліч);
- 2) м'язові дистрофії;
- 3) травми хребта, грудної клітки в дитинстві;

4) аномалії розвитку спинного мозку.

II. Соціальні фактори розвитку дитини, котрі сприяють розвитку порушення ОРА (опорно-рухового апарату), на наш погляд, можна розглядати як глобальні. Це –

1) нераціональне харчування в ранньому дитинстві, що викликає м'язеві атрофії (слабкість м'язів спини);

2) психологічний чинник (високі дівчата часто соромляться свого росту, а тому свідомо деформують поставу аби менше виокремлюватися серед однолітків;

3) у суспільстві розвиваються негативні фактори, котрі спричиняють розвиток порушень опорно-рухового апарату (булінг, негативні взаємовідносини в учнівському середовищі, а також упереджене ставлення тощо).

Найбільш характерним фактором, на нашу думку, що впливає на розвиток опорно-рухового апарату, є характер транспортування наплічника (неправильне перенесення ваги, та надмірне його навантаження).

Наступним негативним критерієм вважаємо ожиріння, адже загальновідомо, що надмірна вага сприяє нерівномірному розподілу навантаження на м'язи спини.

Зазначимо також негативний вплив розвитку інформаційних технологій за останні роки, що також сприяють розвитку зазначених порушень.

У повсякденному житті можна зауважити той факт, що сучасна молодь має схильність до сутулості через слабо розвинений «м'язовий корсет», що можна спостерігати у процесі спілкування з ровесниками, читання літератури чи впродовж звичного обміну найпростішою інформацією. Щоденне спілкування з відвертим небажанням дотримання фізіологічних норм і правил закономірно викликає деградаційні зміни опорно-рухового апарату молодого організму.

Ще однією причиною порушень є гіподинамія, яку вважаємо не менш важливим фактором нормального функціонування опорно-рухового апарату. Звичке щоденне спілкування молоді в інформаційному просторі уможлиблює утворення психомеханічних рефлексів або навичок, які при усталеному багаторазовому використанні призводять до порушень ОРА.

Гіподинамія як поширена проблема сучасності (коли людина занадто мало здійснює фізичних рухів) викликає появу порушень роботи деяких органів та систем організму. Саме тому лікарі з усього світу щороку привертають увагу до проблеми гіподинамії серед сучасного населення [2, с. 625].

Причина гіподинамії – підвищення комфортності життя задля досягнення технічного прогресу, зокрема мережі інтернет. Гіподинамія сприяє розвитку малорухомості, тобто зниження фізичної активності, що провокує атрофічні зміни в м'язах, кістковій тканині, порушення обміну речовин, зниження кількості мінеральних речовин та синтезу білків. У сукупності перелічені фактори суттєво впливають на загальний стан організму (виникають захворювання ОРА, порушення у діяльності серцево-судинної системи, різноманітні дистрофії).

Основними профілактичними заходами у боротьбі з гіподинамією є виконання різноманітних фізичних навантажень, адже здавна відомо, що рух – це життя, а також ефективний спосіб активізації профілактики практично всіх захворювань, особливо ОРА. З цією ж метою можна успішно використовувати за порадою лікаря-ортопеда різноманітні комплекси коригуючої гімнастики задля формування правильної постави і виправлення її порушень.

Коригуюча гімнастика зазвичай проводиться три-чотири рази на тиждень. При цьому важливо дотримуватися її тривалості – не менше 15–25 хвилин. При цьому зазначимо, що необхідно

брати до уваги насамперед думку фахівця задля досягнення оптимального ефекту поліпшення загального фізичного і психологічного станів. Подібні заняття проводять не менше року за умови постійного консультування лікаря-ортопеда. Комплекс вправ вибирають у такий спосіб, щоб досягнути максимального ефекту розвантаження м'язів хребта та м'язів шиї.

Учні, котрі упродовж тривалого часу перебувають у положенні сидячи за комп'ютером, мають об'єктивну потребу розвантажувати м'язи хребта та спини, час від часу змінювати статичні положення тіла, постійно стежити за відповідністю робочого місця визначеним санітарно-гігієнічним нормам: спинка стільця повинна розміщуватися вище рівня плечей, мати досить жорстке та рівне місце сидіння, висота сидіння співмірна із довжиною гомілки, а глибина – 4/5 довжини стегна. Поверхня робочого стола повинна бути рівною і бути на рівні ліктя зігнутої руки.

Недотримання вказаних вище вимог спричиняє появу таких наслідків: біль у спині, шиї, головна біль та швидка втомлюваність. При систематичному порушенні цих норм а також ігноруванні перелічених факторів, виникає ризик виникнення гострих і хронічних порушень в ОРА, які в подальшому можуть спричинити серйозні та хронічні захворювання хребта.

За умови відсутності ефекту при застосуванні коригуючої гімнастики необхідно замінити її комплексом лікувальної фізичної культури, завданням якої є цілеспрямоване усунення причини захворювання, відновлення функцій хребта, усунення больового фактора, розслаблення м'язів спини, а також їх зміцнення. Однак тут треба вважати такий чирник, як систематичне використання. Крім того, вказані комплекси при сколіозі потрібно адаптувати до важкості та ступеню хвороби. Так, легкий перебіг зміщує концентрацію уваги на зміцнення м'язів корсету та загальної гнучкості хребта, а при важких формах порушення

опорно-рухового апарату необхідно сконцентрувати увагу на виконанні вправ, спрямованих на корекцію постави.

Багаторічний практичний досвід роботи дає підстави рекомендувати «комплексний підхід до лікування учнівської молоді із порушеннями опорно-рухового апарату, що передбачає застосування лікувального плавання чи відвідування басейну з метою проведення лікувальних процедур. Плавання як універсальний вид спорту чи просто фізична вправа, не маючи практично жодних протипоказань, крім наявності дерматологічних захворювань, рекомендоване переважній більшості пацієнтів незалежно від форми і стану порушення» [1, с. 12].

Плавання у поєднанні з ЛФК є одним з найефективніших засобів корекції порушень ОРА. Цей вид спорту має здатність моделювати різноманітні стани та відчуття організму (стан невагомості, що зменшує тиск на ОРА і веде до розслаблення м'язів спини, шиї, грудних м'язів тощо). Рекомендовано – двічі-тричі на тиждень займатися плаванням з проведенням комплексів ЛФК. Займатися плаванням важливо тривалий час, аж до досягнення значного ефекту. У цьому контексті доцільно зауважити, що при регулярному і систематичному відвідуванні басейну час лікування порушення ОРА відчутно скорочується. З огляду на особливості соціально-політичної ситуації в нашій країні, зокрема відсутності можливості відвідувати басейн, можна рекомендувати ще один із методів профілактики захворювань ОРА. Йдеться про ЛФК, яка доповнює інші засоби, а також сприяє поліпшенню загального фізичного і психологічного стану людини, – фізіотерапію [7].

Отже, досвід практичної діяльності, опрацювання спеціальної літератури дають підставу стверджувати, що комплексний підхід до профілактики захворювань опорно-рухового апарату учнівської молоді передбачає використання різноманіття засобів, з-поміж яких найкраще зарекомендували себе такі: активізація рухового режиму, коригуюча гімнастика, плавання, фізіотерапія.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Kalichak Yu.L. Health preservation component of preschool teachers' training in the process of studying the subject «Health improving technologies and diagnostic methods of preschool children physical development». *Наукові інновації та передові технології*. 2022. № 5(7). С. 10–18.
2. Kalichak Yu.L. Training preschool teachers in fundamentals of ecology and valeology. Moderní aspekty vědy: XIV. Díl mezinárodní kolektivní monografie / Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o.. Česká republika : Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o., 2021. str. 614–647.
3. Kalichak Yu.L., Lekhnovska N.V. Optimization of students' intellectual performance by means of physical exercises. *Український психолого-педагогічний науковий збірник*. Львів : ГО «Львівська педагогічна спільнота», 2020. № 21. С. 35–40.
4. Okhabska I., Budzyn V., Rybchych I., Zyma I., Kalichak Y. (2022). Management of Medical Institutions on Context of Provision Medical and Preventive Care in COVID-19 Condition. *International Journal of Health Sciences Available* online at www.sciencescholar.us. Vol. 6 No. 1, April 2022, p. 347–356.
5. Мироненко С.Г., Шапаренко І.Є. Фізична реабілітація при дефектах постави та деяких деформаціях опорно-рухового апарату : навчальний посібник : Полтава, 2022. 103 с.
6. Офіційні дані МОЗ та РНБО станом на 25 серпня 2022 року в Україні. URL: <https://glavcom.ua/country/society/operativni-dani-moz-v-ukrajini-za-dobu-zahvorilo-1658-lyudey-701036.html>.
7. Сітовський А.М. Фізична терапія при порушенні діяльності опорно-рухового апарату : навчальний посібник. Луцьк : Волинський національний університет імені Лесі Українки, 2022. 183 с.

УСЕБІЧНЕ ВИХОВАННЯ У СПАДЩИНІ О. ВИШНЕВСЬКОГО

Анжеліка ПРУСЬКА

м. Дрогобич

Проживаючи дні й викреслюючи їх на календарі один за одним, ти ніколи не зруйнуєш його, своє життя. Нехай іноді опускаються руки, а у горлі відчуватиметься гіркий присмак болю та все ж тобі, друже, випала чудова нагода все змінити. Ти можеш вірити у свою нікчемність та у зовнішню силу, яка ніби-то становить рушійний важіль у твоєму житті. А можеш випрямити плечі й бачити, як звідусіль потоком тебе зустрічатиме гора можливостей. Коли зумієш збагнути тактику застосовану у світі, не йди із нею у землю, ділись зі світом. Бо вчення – то найвищий скорб і його цінність полягає у тому, що його вершину не можна купити або ж обміняти, його можна лише шукати протягом життя й куштувати не поспішаючи, щоб не прогавити найвагоміше. Ти, звісно, міг би отримати усі відповіді на запитання та чи хотів би ти тоді продовжувати цю боротьбу? Тож постав собі за завдання не збільшувати кількість відповідей у житті, а примножувати число таємниць, які прагнутиме збагнути не одна жива душа. Саме у цих словах закладені основи виховання на шляху до осягнення істини та розуміння глибин думок Вишневського – видатного педагога, який розглядав життя зусібіч. Виховання – це свого роду механізм, який можна порівняти із нашою системою організму. Оскільки, якщо бодай щось піде не так, то навіть відхилення в одному компоненті здатне зруйнувати всю систему.

Тіло за тілом, душа за душею, крок за кроком, цивілізація за цивілізацією формують людство як вищу форму існування – й не дарма. Сприймаючи зроблене предками, кожне покоління

будує свій поверх – робить це за заданим природою покликом і «планом», осягає наміри предків, додає щось своє і йде далі». На думку Г. Ващенка, праці якого високо цінував Омелян Іванович, «традиція оберігає цілісність нації, передаючи молодому поколінню релігію, національні вартості, культуру, мову, символи, світогляд» [2, с. 101].

Розгортаючи малу енциклопедію етнодержавознавства, натрапляємо на рядки, які твердять, що «нація – це феномен, у формуванні якого провідну роль відіграють процеси соціально-психологічного порядку». Її козир закладений у Єдності, яка згуртовує та загартовує міцність не одного духу. Лише у випадку, коли люди збагнули цю єдність та мають спільні цінності, їх можна назвати нацією, а не народом, який всього-на-всього становить населення певної території. Якби ми, українці, були населенням без внутрішньо закладеного нашими предками стержня, ми б зазнали поразки ще до того, як почалася б війна. Та ось уже триває не один рік боротьби, а ми хоч покалічені й травмовані ранами, які вже не зашити, та все ж знаємо, що нам у житті робити.

Безумовно, проблема наслідування традиції загострюється, якщо розвиток суспільства зазнає глибинних революційних змін. Вони вимагають не уточнень і корекції змісту виховного ідеалу, а повного переходу на іншу систему цінностей, як це трапилось з нашим народом на початку ХХ ст. Глибинні переломи у свідомості суспільств в історії не є рідкістю. У 30-ті рр. це трапилось й з іншими народами: німцями та італійцями. Та все ж глибинні зміни не засвідчують про утворення порожнечі, а радше – навпаки. Уявімо, що усі надали перевагу стабільності, зробили її своїм позитивним ідолом, якого намагатимуться дотримуватися. Спершу така тактика може зазнавати прогресу та демонструвати непогані результати, однак рано чи пізно вона вичерпає себе. Ми можемо надати першість чомусь іншому та з

плином часу і ця складова перестане працювати. Суть у тому, щоб не зосереджувати увагу лише на одній деталі, а володіти вмінням балансувати й творити нове, при цьому не забуваючи про слід, залишений нам у спадок від предків.

Сутність виховного процесу навчає вміння правильно заповнювати порожнечу, при цьому не бути, як застояна вода в озері. Ділись збагненним, залишай опісля власної присутності легкість, а не напругу. Визнач те, що не є тобі байдужим й люби його усім серцем та роби кроки назустріч власним цінностям, оскільки лише в русі можна збагнути чи справді вони належать тобі.

У той час як договір із ворогом «не вартуватиме й шматка паперу, на якому написаний», – слова Отто Фон Бісмарка, – кожне твоє слово повинно відповідати дійсності, яку не зруйнує ніхто і ніщо.

Та все ж говорити і діяти – не тотожні терміни, тому й не дивно, що О.І. Вишневський провів ретельний аналіз різноманітних галузей й присвятив цілу працю вивченню виховного ідеалу. Цінність його праці у тому, що педагог охопив низку складних запитань та безліч «Чому?», які так складно збагнути людству.

Першочергово варто розуміти, що прагнення до самовдосконалення закладені у нас глибоко всередині, а самого ідеалу як такого не існує. Присутність ідеалу та термінів «правильно» чи «помилково» – це всього лише творіння людей, які самі ж видумали ці терміни й надали їм певного значення та рис, яких намагаються дотримуватись століттями. Те, що для одного становитиме істину, для іншого може бути нічим, та все ж саме ці уявні хмарки, створені людьми, дають впорядковувати хаос світового рівня, при цьому базуючись на демократичних засадах, не обмежуючи вільнодумство. Самі ці утворення цінностей стають запорокую до формування, як її назвав

Ващенко, «печаті вічності», тобто тих незмінних складових, які прийняті й затверджені широким колом людства впродовж років. Навіть розуміючи, що ідеалу насправді немає, все ж варто прагнути до створення довершеного орієнтиру, який допомагатиме робити кроки у правильному напрямі, оскільки його присутність уможливорює визначити мету нашої діяльності загалом та не зійти зі шляху. Більше того, щоб досягнути вершини, не варто одразу прагнути досягнути кінцевої точки, оскільки виховний ідеал – це сходинки, які поступово ведуть вгору. Задля його досягнення важливими є виконання базових завдань на низькому рівні, оскільки їх реалізація у подальшому сформує міцну опору без прогалин та тріщин.

Як ми не намагалися звести все до єдності та спільності, все ж виховний ідеал – це відокремлення індивіда від всього, що його оточує. Першочергово ми спостерігаємо формування внутрішніх рис, а тоді вихід на суспільне поле бою, причому обидві складові відбуваються позмінно, формуючись й відточуючись упродовж життя.

Ступаючи услід за Ушинським, нам відкриваються двері до ознайомлення із народністю виховного ідеалу. Влучно написані його слова: «Кожен народ має свій особливий ідеал людини і вимагає від свого виховання відтворення цього ідеалу в окремих особистостях» [21, с. 122]. Особливий ідеал людини засвідчує про індивідуальність та особливості формування кожного народу та про зміни, які відбуваються на основі природних та історичних умов життя.

Заміна будь-яких течій іншими неодмінно зустрінеється із супротивом, оскільки зруйнувати застарілі принципи, які глибоко вросли корінням у шкіру, не так вже й легко. Та все ж це не означає, що ми повинні дотримуватися застарілих поглядів, що прийшли до нас із глибини століть. Саме жага людства до запровадження інновацій врятувала його від неминучої загибелі,

а вміння швидко адаптуватися до змін сформувало з нас тих, ким ми зараз є. Візьмімо, наприклад, запровадження християнства на наших землях. Усі ми гучно й впевнено вигукуємо точну дату – 988 рік. Та чи у тодішні часи люди так само приязно поводитись, коли їхні язичницькі погляди намагались зруйнувати? Та все ж з плином часу ми бачимо позитивні зрушення, які сформувала наявність релігії: вона згуртувала мільйони людей по усьому світі, поліпшила взаємини між ними, зміцнила економічні та соціальні відносини, зробила ривок у сфері освіти, хоч і була побудована на засадах примусу й не одної пролитої крові.

Хоча в умовах сучасності філософія відділилась від теології і становить окрему науку, та все ж вона тісно пов'язана з релігійним началом, оскільки саме релігія почала ставити запитання філософського типу. Саме завдяки усвідомленню певних релігійних особливостей люди почали глибоко замислюватись та аналізувати, а ці дві складові завжди вестимуть до зростання інтелекту.

Перевагою наявності релігії є ще й те, що люди впродовж життя наслідують і дотримуються певних норм та володіють здатністю бути чуйними й сумлінними. Без заперечень ми – це не досконала версія й далеко не вершина виховного ідеалу, воно й на краще. Джерело наслідування, безумовно, повинно бути, оскільки це не допускає утворення хаосу та настання внутрішньої порожнечі. Кожен дотримується не лише встановлених норм, а й ненав'язливої свободи, яка не чинить надмірного тиску на людство та формує у нас відчуття марножиттєвості. Навіть у найтемнішій особистості, якщо вміло підійти, можна побачити щось світле – це й вражає.

Найважливіше у житті – це внутрішні звершення. Ті, що не формуються за день чи два та ті, які неможливо отримати, не складаючи титанічних зусиль. Найпарадоксальніше те, що те найвагоміше неможливо побачити, проте кожен глибоко

всередині намагається опанувати те «незряче» та бодай відшукати його у собі. Саме тому, щоб не зійти зі свого шляху, так важливо віднайти й визначити власні цінності які, як писав Вишневський, завжди узгоджуються з духовним полем суспільства.

Система цінностей та виховання перебувають у тісному зв'язку. Розвиток, прогрес та ривок вперед ніколи б не знайшли місця у нашому світі лише тому, що просто існують, оскільки задля їхнього функціонування потрібне міцне ядро, яке буде здатним витримати всю цю вагу і таким джерелом є втілені у них цінності, які розпалюють духовне багаття. Ми не можемо отримати полум'я без дров, так само і неможливо запустити у дію й зробити так, щоб людство крокувало вимуштруваними кроками, якщо воно й гадки не має куди йде і для чого взагалі рухається.

Наступні важливі складові цінностей – відверта віра у них, а також їхнє опредмечення задля подальшого наслідування. Ми, без сумніву, виражаємо цінності власними вчинками та все ж першочергово беремо їх з певного джерела задля перейняття. «Немає такої книжки і такої науки, яка не зачіпала б хоч якоюсь мірою серця дитини, а від цих маленьких зачіпань утворюються рисочки, а з цих рисочок утворюються асоціації, а з цих асоціацій іноді складаються потім такі джерела схильностей і пристрастей які вже неспроможна побороти й доросла людина» – вердження, яким поділився Ушинський і які ще раз наголошують на важливості фактора наслідування, а також застосування не лише виховного процесу поданого педагогом, а й самостійного відбору матеріалів задля власного розумового збагачення.

Наявність цінностей – це важливо. Та який з них сенс, якщо людина прагне наповнитись тим, що їй не належить? Чи відчуватиме вона задоволення від прожитого, якщо носитиме у собі тягар із чужими настановами та вчинками, які насправді їй

не характерні? Важливо робити правильний вибір, оскільки наявність переліку цінностей не доводить, що ви проживете власне життя з гідністю й без докору. Яскравим прикладом можемо потрактувати виховний ідеал комунізму, який теж дотримувався певних стратегій та чи були вони шляхом до істини? Навряд чи. Цінності, сформовані у ньому, були лише показовою демонстрацією порядку й ідеалу, а на меті вся діяльність та її погляди не мали ні найменшого спрямування на допомогу, розуміння та дієвість. Як кожен індивід може підлягати під один шаблон рівності, якщо кожен з нас вміщує у собі цілий Всесвіт, а нас таких багато. У кожного свій вир думок і те, що задовольняє одного, може бути рівним нулю для іншого. Ващенко недаремно писав: «Загальну гармонію треба шукати не в одній людині, а у всій людності, тільки хай буде кожний досконалий сам по собі». І саме він наголошував на важливості педагога зробити з дитини людину «перш ніж нею оволодіють суспільні співвідношення».

Отже, аналізуючи все вищевикладене, можемо дійти висновку, що О. Вишневський справді мав широке коло осіб, думки яких гармонійно поєднувались із його власними. Тут важливо підкреслити діяльність і внесок Г. Ващенка, праці якого неодноразово приходили на допомогу й влучно викладали зміст, лаконічно підкреслюючи найважливіше.

Як на мене, саме такий комплексний підхід дає змогу охопити весь масштаб знань та поглядів Омеляна Івановича Вишневського. Завдяки аналізу не лише його власних поглядів, а й розгляд й ознайомлення з баченнями тих людей, діяльність і мислення яких він високо цінував та підтримував. Така система розгляду допомагає зануритись у найпотаємніші глибини душі цього талановитого професора й педагога, діяльність якого залишила вагомий і позитивний слід не лише у розвитку педагогіки, а й у наших серцях.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Вишневський О.І. Теоретичні основи сучасної української педагогіки : посібник. Видання третє, доопрацьоване, доповнене. Дрогобич, 2006, 568 с.
2. Вишневський О.І. Український виховний ідеал і національний характер 2010, 160 с.
3. Ващенко Г. Виховання волі і характеру. Лондон : вид-во Спілки Української Молоді. 1952, 256 с.
4. Ващенко Г. Виховання любови до Батьківщини. Лондон : вид-во К.К. СУМ у В. Британії, 1954. 40 с.
5. Ващенко Г. Комунізм, інтернаціоналізм і виховання любові до Батьківщини. Визвольний шлях. 1956, С.295–358.
6. Ващенко Г. Виховний ідеал. Полтава : Полтавський вісник. 1994, 192 с.
7. Ващенко Г. Загальні методи навчання. Київ : Українська Видавнича Спілка. 1997, 410 с.
8. Ващенко Г. Праці з педагогіки і психології. Київ : Школяр Фада ЛТД. 2000, 416 с.

ВИКОРИСТАННЯ ІНТЕРАКТИВНИХ МЕТОДІВ НАВЧАННЯ В ЯПОНІЇ

**Анастасія СІТАСАНОВА,
м. Дрогобич**

Дослідження проблеми інтерактивних методів навчання привернули увагу відомих сучасних та зарубіжних учених: О. Пометун, Л. Пироженко, а також В. Беспалько, В. Монахова. Вони пояснюють інтерактивність в освіті як вміння взаємодіяти, підтримувати стан розмови чи діалогу. І їхні дослідження також доводять, що інтерактивне навчання дає змогу значно підвищити швидкість засвоєння матеріалу, адже воно впливає не лише на свідомість, а й на емоції учнів. Розвиток елементів інтерактивного навчання знаходимо в працях В. Сухомлинського, науковому доробку педагогів-новаторів 70–80-х рр. ХХ ст. (В. Шаталов, Є. Ільїн, С. Лисенкова, Ш. Амонашвілі та ін.). Вони також зробили вагомий внесок у розробку теорії розвивального навчання. [4]

У цих наукових пошуках, особливо щодо використання інтерактивних методів навчання, вітчизняні науковці посилалися на досвід Японії, відомої своєю високорозвиненою освітньою системою, що завжди визнавалася в світі за високий стандарт навчання та успішний підхід до освіти. Однак у сучасному світі, де зміни в технологіях та суспільстві відбуваються зі швидкістю світла, Японія також змінює свій підхід до навчання. Один із ключових аспектів цієї трансформації – використання інтерактивних методів навчання..

Реалізація цього завдання значною мірою пов'язана із застосуванням таких методів, які підводять дитину порівнювати, класифікувати, аналізувати, узагальнювати результат своєї

діяльності тощо. Ці методи є інтерактивними у навчанні молодших школярів [7].

«Інтерактивний метод – це метод навчання, при якому студенти та викладачі перебувають у режимі розмови та діалогу один з одним. Це співпраця та взаєонавчання: вчителі – учні, учні – вчителі. При цьому вчитель і учень є рівноправними суб'єктами освіти. Інтерактивна взаємодія виключає домінування одного учасника навчального процесу над іншим, однієї точки зору над іншою. Під час такого спілкування учні вчаться бути демократичними, спілкуватися з іншими, критично мислити та приймати мудрі рішення» [9].

Метою інтерактивної взаємодії є:

- Дати кожному слухачеві можливість зрозуміти та обміркувати те, що він знає та думає.
- Створити атмосферу співпраці, взаємодії, співпраці.
- Сприяти участі всіх учасників у навчальному процесі.

Учень і вчитель, перебуваючи у інтерактивній взаємодії, є рівноправними, рівнозначними суб'єктами навчально-виховного процесу. Вони спільно визначають мету діяльності, об'єкт, суб'єкт, засоби діяльності, результати навчання. Під час такого спільного пошуку здійснюється обмін думками, знаннями, способами діяльності, внаслідок чого відбувається рефлексія, оцінювання здобутих результатів [8].

Інтерактивні методи навчання захоплюють дітей, адже вони ефективні, розвивають їхні творчі здібності та пізнавальний інтерес. На курсах, які використовують інтерактивні методи навчання, можна позбутися клопоту учнів із низькими академічними досягненнями, натомість зацікавити їх навчальними матеріалами і тим самим подарувати радість від власних успіхів. Під час таких уроків діти активно змагаються, спілкуються та намагаються довести свою точку зору, вчаться працювати в групах, а також розвивають комунікативні навички [8].

Організація навчання в ЯШ (Японська школа) за інтерактивним методом передбачає моделювання життєвих ситуацій, використання рольових ігор, спільне розв'язування завдань на основі аналізу споріднених ситуацій тощо. Інтерактивні методи навчання часто поділяють на дві групи: методи фронтального та групового навчання. Вони використовуються на різних уроках з різними цілями і сьогодні є найбільш вживаними [9].

У Японії інтерактивні методи навчання стають все більш популярними в освітніх системах на всіх рівнях. Ось деякі з них:

1. Проблемне навчання (Problem-Based Learning, PBL).
2. Кооперативне навчання (Cooperative Learning).
3. Проектне навчання (Project-Based Learning, PBL).
4. Метод "Flipped Classroom".
5. Взаємопідтримка і співпраця.
6. Активне запитання [9].

«Проблемне навчання (Problem-Based Learning, PBL) – це педагогічний метод, який активно використовується в освітній системі у всьому світі, включаючи Японію. PBL став способом сприяти глибокому розумінню матеріалу, розвитку критичного мислення, навичок розв'язання проблем та комунікативних навичок. В Японії, PBL здобуває популярність і впроваджується на різних рівнях освіти, включаючи вищу освіту та медичну підготовку» [4].

Основні принципи методу:

- **Задача як вихідний пункт:** навчальний процес починається з представлення студентам або учням реальної проблеми або ситуації, яка вимагає розв'язання.
- **Активне дослідження:** учні або студенти активно вивчають проблему, збираючи і аналізуючи інформацію, шукаючи рішення та використовуючи різні джерела даних.

- Співпраця в групах: PBL сприяє спільній роботі учнів або студентів в групах. Вони обговорюють проблему, висловлюють різні погляди та намагаються разом знайти рішення.

- Самостійність: учні або студенти визначають, як самостійно організовувати свій навчальний процес. Вони відповідають за власне навчання та розв'язання проблеми.

- Оцінка: після розв'язання проблеми проводиться оцінка результатів, яка виявляє здатність учнів або студентів аналізувати, розв'язувати проблеми та працювати в команді [3].

У Японії, PBL стає важливою частиною освітньої системи, яка сприяє підготовці учнів та студентів до складних завдань і викликів сучасного світу. Використовуючи цей метод, Японія допомагає своїм молодим громадянам розвивати необхідні навички та готує їх до успішного майбутнього.

"Кооперативне навчання (Cooperative Learning) є важливим аспектом освітньої системи в Японії та в інших країнах. Цей метод покликаний сприяти співпраці та колективному навчанню студентів чи учнів у групах. У Японії, де комунікація та співпраця вельми цінуються, кооперативне навчання відіграє важливу роль у розвитку навичок спільної роботи та соціальної взаємодії"[2].

Основні принципи кооперативного навчання:

- Групова робота: учні або студенти розподіляються на групи, де кожен має виконувати свою частину завдання або робити внесок у спільний проєкт.

- Залежність від інших: кожен учасник групи залежить від інших для досягнення спільної мети, що підсилює відчуття взаємозалежності.

- Спільне розв'язання завдань: учні чи студенти спільно розв'язують проблеми, обговорюють запитання та розробляють рішення.

- Взаємопідтримка: групова динаміка сприяє підтримці один одного та врегулюванню конфліктів шляхом спільних узгоджених зусиль[2].

Переваги кооперативного навчання:

- Розвиток соціальних навичок. Учні навчаються спільно працювати, слухати інших та виражати свої думки, що сприяє розвитку комунікативних навичок.

- Зростання мотивації. Групова взаємодія може підвищити мотивацію до навчання, оскільки учні відчувають себе більш включеними та важливими для успіху групи.

- Збільшення розуміння матеріалу. Учні мають можливість вивчати матеріал з різних кутів з огляду на різні погляди своїх товаришів.

- Розвиток критичного мислення. Кооперативне навчання сприяє розвитку аналітичних та критичних навичок учнів [4].

У Японії, кооперативне навчання є важливим елементом освітньої системи та сприяє розвитку співпраці та соціальних навичок серед учнів. Цей метод навчання допомагає підготувати студентів до складних викликів у сучасному світі, де співпраця та комунікація важливі для досягнення успіху.

«Проектне навчання (PBL) – це освітній підхід, який активно впроваджується в Японії та інших країнах. Він заснований на ідеї вивчення матеріалу через розв'язання конкретних завдань та проектів, що реалістично моделюють реальний світ. Проектне навчання розвиває креативність, критичне мислення та практичні навички учнів та студентів, а також допомагає їм краще розуміти та застосовувати знання» [6].

Основні принципи PBL:

- Реальні проекти: учні або студенти працюють над конкретними проектами або завданнями, які мають реальну значущість і застосування в сучасному світі.

- Активне дослідження: учні або студенти проводять дослідження, збирають і аналізують інформацію, шукають рішення та розробляють проекти.
- Співпраця в командах: PBL часто включає групову роботу, де учні або студенти спільно вирішують завдання та діляться відповідальністю.
- Практичні навички: учні або студенти розвивають практичні навички, які важливі в їхній майбутній кар'єрі та житті [6].

Переваги проєктного навчання. Застосування знань: учні навчаються застосовувати свої знання на практиці в реальних ситуаціях. Розвиток критичного мислення: розв'язання проблем та завдань, які потребують аналізу і критичного мислення, сприяє розвитку цих навичок. Комунікативні навички: PBL вимагає співпраці та комунікації у командах, що розвиває комунікативні навички учнів. Зацікавленість у навчанні: реальні проєкти можуть підвищити мотивацію учнів, оскільки вони більше зацікавлені у практичних завданнях [1].

Проєктне навчання в Японії стає все більш важливим елементом освітньої системи, допомагаючи учням і студентам розвивати практичні навички та критичне мислення, що необхідно для їхнього майбутнього успіху в сучасному світі [5].

«Метод «Flipped Classroom» (перевернутого класу) – це інноваційний підхід до навчання, який активно впроваджується в Японії та інших країнах. В основі цього методу лежить ідея зміни ролей учителя та учня: учні вивчають новий матеріал самостійно поза класом, а на уроці вчителі відводять час для спільної роботи, дискусій, та вирішення практичних завдань» [3].

Основні принципи методу «Flipped Classroom»:

- Самостійне навчання: учні вивчають новий матеріал, часто за допомогою відео, підручників або онлайн-ресурсів, самостійно перед уроком.

- Активна робота на уроці: на уроці вчителі сприяють активній дискусії, розв'язуванню задач та виконанню практичних завдань, які допомагають учням глибше зрозуміти матеріал.

- Індивідуалізація: метод «Flipped Classroom» надає учням можливість вчитися у власному темпі та за потреби звертатися за підтримкою вчителів [3].

Переваги методу «Flipped Classroom».

Глибше розуміння матеріалу: Учні мають можливість вивчати матеріал в комфортний для них спосіб та повніше його розуміти. Розвиток критичного мислення: вчительські завдання та обговорення на уроках сприяють розвитку критичного мислення й аналізу. Взаємодія та співпраця: уроки стають платформою для активної взаємодії, співпраці й обговорення, що підвищує рівень комунікативних навичок. Індивідуалізація: учні можуть працювати у власному темпі та вибирати матеріал, який відповідає їхнім потребам та інтересам [4].

У Японії, метод «Flipped Classroom» стає новаторським рішенням у сфері освіти, яке допомагає підготувати студентів до викликів сучасного світу, розвиваючи їхні навички самостійного навчання, критичного мислення та співпраці [9].

Взаємопідтримка та співпраця є важливими аспектами японського суспільства та освітньої системи. Ці цінності сприяють розвитку спільності, соціальних навичок та підготовці молодих громадян до складних викликів сучасного світу.

«Активне запитання – це метод вивчення, який активно використовується в освіті та розвитку учнів та студентів в Японії та інших країнах. Цей метод надає студентам можливість активно ставити питання, розвивати критичне мислення та стимулювати самостійне навчання» [1].

Основні принципи активного запитання: постановка запитань (студенти формулюють запитання щодо засвоєного матеріалу. Це допомагає їм глибше розуміти тему й активно

взаємодіяти з нею. Активний пошук відповідей: студенти шукають відповіді на свої запитання, використовуючи різні ресурси, такі як підручники, Інтернет, викладачі та товариші. Розвиток навичок критичного мислення: цей метод сприяє розвитку навичок аналізу, оцінки і обґрунтування власних висновків [1].

Переваги активного запитання:

- Збільшення обізнаності: шукаючи відповіді на свої запитання, студенти отримують більше знань та розуміння.
- Розвиток самостійного навчання: студенти навчаються самостійно здобувати інформацію та навички.
- Зацікавленість у навчанні: активне задавання запитань стимулює цікавість до теми та навчання взагалі.
- Підвищення рівня розуміння: запитання допомагають розглядати тему з різних кутів і краще її розуміти [1].

У Японії, активне запитання є важливим методом навчання, який сприяє розвитку критичного мислення, самостійного навчання та глибокого розуміння матеріалу. Він відображає важливий аспект японської освітньої філософії, яка підкреслює активну участь студентів у навчанні та розвитку.

Упровадження інтерактивних методів навчання є непростим завданням і потребує якісної підготовки вчителів та змін у навчальних програмах. Однак ця трансформація в освіті важлива, оскільки підготовка учнів до життя у сучасному світі вимагає глибокого розуміння й активної участі в навчанні.

Використання інтерактивних методів навчання в Японії – це своєрідний внесок у світову освітню практику, який допомагає підготувати нове покоління громадян, спроможних критично мислити й активно спілкуватися у глобальному суспільстві.

Крім того, використання інтерактивних методів може створити атмосферу в класі, що найкраще сприяє співпраці,

розумінню та доброзичливості, а також запроваджує особистісно орієнтований підхід до навчання.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Андрущенко Л. Активізація пізнавальної діяльності учнів шляхом упровадження інтерактивного навчання на уроках історії. *Історія в рідній школі*. 2015. № 11. С. 10–13.

2. Баханов К.О. Організація особистісно орієнтованого навчання : монографія. 2008. 159 с.

3. Біла С.Я. Методи навчання історії в школі: навчально-методичний посібник для студентів спеціальності «Історія». 2009. 492 с.

4. Богачик Г. Традиції та інновації у викладанні суспільних дисциплін. *Історія України*. 2005. № 36. С. 2–3.

5. Пометун О. Методика навчання історії в школі : навчальний посібник. Київ : Генеза, 2006. 328 с.

6. Інтерактивні методи навчання : навчальний посібник / за загальною редакцією П. Шевчука і П. Фенриха. Щецін : Видавництво WSAP, 2005. 170 с.

7. Крамаренко С.Г. Інтерактивні техніки навчання як засіб розвитку творчого потенціалу учнів. *Відкритий урок*. 2002. № 5–6. С. 7–11.

8. Інтерактивні технології навчання: теорія, практика, досвід: методичний посібник : авт.- уклад. О. Пометун, Л. Пироженко. Київ : А.П.Н.; 2002. 136 с.

9. Мокрогуз О.П. Інноваційні технології на уроках історії : навчально-методичний посібник. Харків : Видавнича група «Основа»: «Тріада+», 2007. 192 с.

ОСВІТА В НІМЕЧЧИНІ ТА МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ІСТОРІЇ В НІМЕЦЬКИХ ШКОЛАХ

Степан ФАРИМА
м. Дрогобич

Уже декілька десятиліть Україна реформує свою систему освіти, довготривалі і для багатьох «болючі» процеси намагаються охопити весь спектр предметів, програм і підручників, створивши комфортні умови навчання. Завданнями української освіти є: забезпечення умов для набуття компетентностей (ключових і предметних); формування патріотизму, самосвідомості, людських та національних цінностей демократичного, плюралістичного суспільства; оволодіння базовими знаннями.

Загалом всі останні кроки в реформуванні спрямовані на зближення з Європою, її цінностями, системами. Але Європа не є одноманітною, одноликою. ЄС – це двадцять сім держав з різними поглядами на світ, історичним минулим, теперішнім, економічним, соціальним, демографічним становищем та релігією.

У цій публікації розглядатиметься одна з найпрогресивніших держав ЄС і світу загалом, одна з передових економік – Німеччина, з її унікальною системою освіти з перспективи звичайних людей, які навчалися у тамтешніх школах і мають різне ставлення. Особлива увага приділяється вивченню історії в силу двох невдалих агресивних війни, що розпочиналися Німеччиною.

1. *Загальні риси системи освіти в Німеччині.* Освіта в Німеччині, як і освіта в Україні, складається з дошкільної; загальної середньої; позашкільної освіти; професійно-технічної; вищої; післядипломної. Що цікаво, Німеччина як батьківщина

дитсадків, майже не має державних дошкільних закладів і більшість, якщо не всі, є приватними.

Після дитсадків іде розгалужена шкільна система, її досить лаконічно проте влучно описують С.О. Сисоєва та Т.Є. Кристопчук: «Середні школи ФРН поділяються на п'ять основних типів: гімназія, реальна школа, головна школа, професійна школа і загальна школа. Найбільш престижним типом середньої школи є гімназія (*Gymnasium*), диплом якої дозволяє без вступних іспитів вступити на більшість факультетів університету. Як правило, гімназії спеціалізуються на гуманітарній освіті. Реальна школа (*Realschule*) також має достатньо високий статус і дає професійну освіту у галузі обслуговування, торгівлі і державної служби. Високий бал, одержаний за результатами навчання у реальній школі, дозволяє вступити до старшого класу гімназії, а потім – до університету. Головна школа (*Hauptschule*) призначена, в основному, для учнів, які не передбачають продовження своєї освіти в університеті. Професійна школа (*Professionalschule*) також орієнтована переважно на учнів, які прагнуть оволодіти тією чи іншою робочою професією і не планують здобувати вищу освіту. Загальна школа поєднує різні особливості гімназій і реальних шкіл, що дозволяє здобувати одночасно гуманітарну і технічну освіту. Учні загальних шкіл, які склали іспити за програмою гімназії, одержують можливість вступити до університету» [5, с. 110].

М.І. Гагарін вказує, що систему німецької освіти можна схематично показати так: початкова школа (4 роки) – середня школа (8–річне реальне училище або 9-річна гімназія) – вища школа (університети, педагогічний заклад вищої освіти, вища школа мистецтв або вищий технічний навчальний заклад) [2, с. 53].

Особливість німецької системи освіти проявляється також у її федеративності. Кожна з 16 федеративних земель веде власну освітню політику, а міністерства освіти в класичному українському розумінні не існує. Представники кожної землі складають Постійну конференцію міністрів освіти і культури, яка і займається освітніми справами в державі. Така самостійність кожної землі породжує велетенську кількість програм. Так, в навчанні історії: «Сучасний історик Е. Фукс із університету Мангейма зазначав, що потрібна певна централізація навчальних програм та розробка загальних стандартів, обов'язкових для всіх земель. За його підрахунками, станом на 1995 р. існувало 2000 шкільних програм з історії, до їх розробки залучаються від 30 до 120 співробітників відповідних методичних структур, а тому централізація програм необхідна бодай з економічних міркувань» [3, с. 63].

Детальніше про основи німецької освіти, пропозиції та перспективи можна ознайомитись в Навчальній програмі для гімназій / середніх шкіл на прикладі федеральної землі Баден-Вюртемберг [6], що на південному заході Німеччини.

2. Німецька освіта з погляду німців. Найкраще зрозуміти ситуацію в якій перебуває німецька освіта у відносному теперішньому можна лише в самих німців. Тож перейшовши на форум-платформу Reddit, можна отримати інформацію з перших уст.

На форумі Reddit, де обговорюється все – від політики та спорту до мікроекономіки та відеоігор, знаходимо два заголовки про німецьку освіту словами реальних людей, захованих під масками зефіроподібних аватарів та хитрозакручених нікнеймів. Ці дві теми розміщуються в одному великому розділі [r/AskAGerman](#), де люди з усього світу цікавляться Німеччиною. Важливо зазначити, що Reddit сповідує філософію інтернет

безпеки та анонімності, тож люди не використовують справжніх імен.

Перший заголовок: «German history in German schools?» [7], який започаткував бразилець Mon_erdon; другий, започаткований ліванською дівчиною, яка цікавиться Німеччиною: «What's your opinion on the German schooling system?» [8].

Користувач **fzvo** ділиться таким: «У багатьох федеральних землях є інтегрована школа (integrierte Gesamtschule), яка поєднує в собі реальну школу та гімназію, і ви можете вільно переходити з однієї програми на іншу.

Коли я ходив до школи у 2000 р., вони вважалися менш якісними, ніж гімназії, але, можливо, це був просто снобізм [8].

Adhesive_Duck420 додає: «Важливим аспектом, який ви, можливо, пропустили, є те, що німецька система шкільної освіти пропонує учням можливість переходу до іншої школи залежно від їхніх здібностей та прогресу. Якщо учень демонструє виняткові успіхи в навчанні або демонструє потребу в іншому освітньому середовищі, він може перейти між різними типами шкіл.

Така гнучкість дозволяє вносити корективи та визнає, що потенціал та інтереси дитини можуть розвиватися з часом» [8].

Його доповнює користувач **dnizblei**: «(...)навіть якщо ви не перейдете протягом перших 9 років, у вас все одно є шанс обрати «2. Bildungsweg», що означає, що ви можете відвідувати більш комплексні школи після Hauptschule, що в кінцевому підсумку призведе до потенційної можливості навчатися в багатьох університетах.

Двоє моїх найближчих друзів зробили саме так і заробляють набагато більше за середньостатистичних викладачів (в ІТ та продажах).

Якщо ви не хочете вчитися, ви також можете отримати звання «майстра», що дає вам можливість заснувати компанію в певній галузі (наприклад, будівництво)» [8].

Про що свідчать ці три коментарі? В Німеччині, як і в Україні, сформувалось уявлення про «престижні» та «непрестижні» професії. Як і в Україні, там бракує людей, навчених точним, прикладним наукам. Цей дефіцит спонукає наймати на професії медсестр, будівельників, інженерів емігрантів. Причина поділу на «престижні» та «непрестижні» багатьма розглядається як наслідок поневолення частини Німеччини СРСР у минулому столітті, але така проблема існує і в інших європейських країнах, тож варто це розглядати більш глобально. Дефіцит робочої сили в Європі спричинений низкою факторів, серед яких старіння населення, зменшення кількості молодих людей, які вступають на ринок праці, та брак кваліфікованих працівників: Оскільки люди в Європі живуть довше, вони довше залишаються на ринку праці. Це означає, що все менше молоді виходить на ринок праці. Загалом можна виділити такі фактори: соціальні стереотипи (деякі професії можуть страждати від стереотипів і упереджень, що впливають на їхній статус. Наприклад, традиційно жіночі професії або професії, пов'язані зі звільненими робітниками, можуть мати низький статус через соціокультурні упередження); Заробітна плата (престижні професії, як правило, оплачуються краще, ніж непрестижні, але останніми тенденціями стала висока конкурентність; Суспільне визнання (престижні професії часто супроводжуються вищим статусом та загальним визнанням у суспільстві).

Дедалі більше поширюється думка: «Що б не сталося далі, епоха, в якій наступні покоління німців підвищували свій життєвий рівень завдяки постійному розширенню робочої сили, наближається до завершення» [9].

Цю тему розвивають наступні користувачі.

alexelso: «Я вважаю, що ця система (система освіти) змушує дітей приймати кар'єрні рішення занадто рано, і часто вони залишаються недостатньо освіченими і застрягають з обмеженими можливостями у дорослому віці, якщо вони не отримали найвищого рівня доуніверситетської освіти. Моя дружина не дуже задоволена своєю кар'єрою, але вона обрала її у 15 років, і зараз у неї дуже обмежені можливості для покращення кар'єрних аспектів, тому що вона має лише 10 класів освіти та спеціальну освіту, пов'язану з кар'єрою. Я вважаю, що діти повинні закінчити 12 років формальної шкільної освіти, а потім вирішувати, чи здобувати їм університетську освіту, чи ні» [8].

momoji13: «Я думаю, що головною помилкою тут є припущення, що Haupt- або Realschule за своєю суттю гірші за гімназію. Так, гімназія готує вас до академічної кар'єри. Але чи справді це найкраще в наш час?

Діти навчаються по-різному, але це не означає, що вони менш розумні чи менш здібні.

Професійна робота тут високо цінується, зараз, мабуть, навіть більше, ніж будь-коли. У моєму поколінні (діти 80-х) кожен намагався відправити свою дитину до гімназії, а потім до університету. Зараз ми маємо безліч бакалаврів і магістрів, яким важко знайти роботу через надто високу конкуренцію, і в той же час не вистачає кваліфікованих робітників майже в усіх інших сферах, які не є академічними.

Я маю ступінь доктора філософії. Так, я заробляю більше, ніж хтось без наукового ступеня. І мої кар'єрні можливості безмежні. Гаразд. Але я також провчився 12 років в університеті і не почав заробляти належні гроші, поки мені не виповнилося 30. До того ж, багато вакансій для мене також можуть бути заповнені магістрами (бо вони дешевші за мене), або більш досвідченими людьми з докторським ступенем, ніж я. Ринок праці дуже конкурентний для

мене (особливо як для фертильної самотньої жінки, яка ще не має дітей). З іншого боку, медсестри, які доглядають за хворими, дуже потрібні (просто як приклад). Вони можуть обирати собі роботодавця, отримувати пільги і дуже добре платять (хоча й недостатньо добре за ту важку роботу, яку вони виконують, зважаючи на брак робочої сили).

Шкільна система, безумовно, потребує реформування, але я вважаю, що в цілому вона є хорошою. Нам потрібні менші класи і більше вчителів, і, можливо, сортування слід проводити пізніше, ніж зараз. Але загалом я вважаю, що це нормальна система» [8].

І знову ж ситуація дуже близька до українських реалій. Зараз, станом на 2023 р., активно ведуться обговорення щодо вибору предмету дітьми в школах, проте це розглядається через призму ЗНО/НМТ (є побоювання, що учні вибиратимуть гуманітарні предмети, бо їх легше вивчати).

3. Вивчення історії в Німецьких школах. Як би це не було іронічно, але надалі йтиметься саме про гуманітарну гілку в шкільній освіті Німеччини – вивчення історії. «В країні панує культ навичок самостійного вивчення історії. Велика роль відводиться роботі з першоджерелами, підручники формуються не на основі авторського тексту, а на базі організації самостійної навчальної діяльності школярів. Ці трансформації не викликали громадських і наукових дискусій, як це було у США та Великобританії, не лунали голоси захисників національної історії. Головна причина такого стану справ полягає у тому, що гіркий досвід націонал-соціалізму та комуністичної влади у Східній Німеччині викликав у істориків «стійку алергічну реакцію» на прагнення держави надати викладанню історії «політичну чи ідеологічну орієнтацію» [3, с. 60].

У німецьких початкових школах історія викладається лише у поєднанні з іншими предметами, такими як біологія, хімія, географія та фізика. У деяких землях історія викладається як

окремий предмет з 5-го класу, а в Баварії – з 7-го. У кожній німецькій землі мають власні альтернативні програми, але є одна спільна риса. Дві години уроків історії на тиждень (базовий рівень) та 5 годин на тиждень (для учнів, які обирають предмет за вибором для поглибленого вивчення).

Як навчальну програму пам'ятають самі німці?

muehsam: «У мене були уроки історії з 6-го по 13-й клас. Вона була організована за хронологічним принципом, хоча останні кілька століть проходили двічі

6-й клас: античність, приблизно до 500 року

7-й клас: середні віки, від 500 до 1500 року

8 клас: ранній модерний період, приблизно до Французької революції

9 клас: Французька революція до початку Першої світової війни

10 клас: 20 століття, тобто Перша світова війна, Веймарська республіка, Друга світова війна, повоєнна епоха.

11–13 класи – ті самі періоди, що й у 9-му та 10-му класах, тільки більш детально і з акцентом на більш конкретних подіях та темах, оскільки ми вже знали загальну схему.

Ми також говорили про колоніалізм загалом, особливо про французький та британський. Я чітко пам'ятаю "тристоронню торгівлю" між Європою, Африкою та Америкою, коли рабів вивозили з Африки до Америки, сировину – з Америки до Європи, а частину вироблених товарів вивозили до Африки, щоб заплатити за рабів» [7].

Важливо наголосити, що деякі гімназії мають не 12-річну а саме 13-річну систему, інше, на чому варто зосередити увагу, так це повторення матеріалу попередніх років у 11–13 класах, про які згадує користувач форуму, такий підхід не є чимось дивним у багатьох європейських країнах і називається концентричним. Для вступу до закладів вищої освіти потрібно мати атестат про

середню освіту, який буває трьох типів: «загальний» (дає право вступу до всіх закладів вищої освіти); «фаховий» (дає право вступу на певні спеціальності); документ для вступу лише у вищі фахові школи чи на відповідний факультет загальноосвітнього університету. Перші два видаються після закінчення гімназії чи відповідного до неї професійного закладу з тривалістю навчання 13 років. Третій отримують після навчання тривалістю 12 років у профшколах.

Концентричний підхід передбачає вивчення історії у школах певними етапами (концентрами) після завершення яких в учня складається загальне розуміння епохи. В старших класах до деяких тем повертаються заново для поглибленого вивчення, у випадку Німеччини це ХХст., але про це буде згадуватися нижче.

«Концентрична структура вивчення історії розрахована на дво-, триразовий розгляд одних і тих самих хронологічних відрізків історичного минулого, кожного разу підвищуючи рівень аналізу. Насправді ні та (лінійна), ані інша структура освіти не існують у чистому вигляді: всередині концентрів вивчення історичного минулого переважно будується лінійним принципом, а поєднання елементарних (пропедевтичних) і тематичних курсів історії вказує на присутність елементів концентрів усередині лінійної системи» [4, с. 41].

Кількість програм, як уже згадувалось, досить велика, але для прикладу наведемо навчальну програму з історії для гімназій у Баден-Вюртемберзі [6]:

3.1 Класи 5/6

3.1.0 Орієнтація в часі

3.1.1 Перша зустріч з історією

3.1.2 Єгипет – культура і висока культура

3.1.3 Греко-римська античність – співіснування в полісі та імперії

3.1.4 Від пізньої античності до європейського середньовіччя – нові релігії, нові імперії

3.2 Класи 7/8

3.2.0 Орієнтація в часі

3.2.1 Європа в Середньовіччі – життя в аграрному суспільстві та зустрічі з іноземцями

3.2.2 Перехід до Нового часу – нові світи, нові горизонти, нове насильство

3.2.3 Французька революція – громадянство, розум, свобода

3.2.4 Європа після Французької революції – громадянство, національна держава, конституція

3.2.5 Індустріальна національна держава – прорив модерну

3.2.6 Імперіалізм і Перша світова війна – європейське прагнення до влади і нова епоха

3.2.7 Європа у міжвоєнний період – прорив і поразка демократичної конституційної держави

3.3 Класи 9/10

3.3.0 Орієнтація в часі

3.3.1 Націонал-соціалізм і Друга світова війна – знищення демократії та злочини проти людяності

3.3.2 ФРН і НДР – дві держави, дві системи в розділеному світі

3.3.3 Чужі кімнати? Колишні імперії та їхні сучасні виклики в історичній перспективі

3.3.4 Росія - імперія перехідного періоду

3.3.5 Китай - імперія перехідного періоду

3.3.6 Османська імперія та Туреччина - від ісламської імперії до світської національної держави

3.3.7 Колишні імперії та європейська інтеграція в порівнянні

3.4 Класи 11/12

3.4.0 Орієнтація в часі

3.4.1 Шляхи до західного модерну (11.1, базовий предмет)

3.4.2 Шляхи до модерної доби (11.1, профільний)

3.4.3 Диктатури у 20 столітті як альтернативні концепції парламентської демократії (11.2, основна тема)

3.4.4 Моделі врядування у 20 столітті: Загрози демократії та свободі (11.2, спеціалізація)

3.4.5 Західна та Східна Європа після 1945 року: Прагнення до процвітання та участі (12.1, базовий предмет)

3.4.6 Західна та Східна Європа після 1945 року: Шляхи до постіндустріального громадянського суспільства (12.1, спеціалізація)

3.4.7 Актуальні проблеми постколоніальних просторів в історичній перспективі (12.2, базова)

3.4.8 Актуальні проблеми постколоніальних просторів в історичній перспективі (12.2, основна)

Привертають увагу пункти під назвою «Орієнтація в часі» або «Орієнтування в часі». На сайті міністерства культури молоді та спорту землі Ваден-Вюртенберг знаходимо цю ж програму і пояснення до першого такого пункту: «3.1.0 Орієнтування в часі. Охарактеризувати історичний період, якому присвячені уроки історії в 5/6 класах, учні можуть використовувати такі дані: 10 тисячоліття до н. е. Перехід від палеоліту до неоліту в Європі, з IV тис. до н. Єгипетська цивілізація, 5 століття до н. е. Афіньська демократія, з кінця 1 ст. н. е. Римська імперія, 800 р. Імператорська коронація Карла Великого» [10]. Тож це звичайний вступний урок, який має охарактеризувати період та надати основні поняття і терміни а також дати, які мають освоїти учні.

Але, як вже згадувалось, Німеччина різна, відтак користувач **ghostedygrouch** ділиться своїм неприємним досвідом: «Я із Західної Німеччини, недалеко від кордону зі Східною Німеччиною. Ми почали в 5 класі (близько 10 років у 1990 році) з кам'яного віку та бронзового віку. Потім до кінця 7-го класу (14

років) був Стародавній Єгипет, Середньовіччя, Французька революція і Перша світова війна. Ні римлян, ні греків, ні навіть німецьких племен, ні промислової революції. Німецькі колонії взагалі не згадувалися. З 8 класу і до атестату зрілості (13 клас) це був Гітлер. І більше нічого. Гітлер тут, Гітлер там, навіть німецькою та англійською ми читали книги про Другу світову війну. Це було втомливо. Зрозумійте мене правильно, це важлива тема, але в історії є більше, ніж Гітлер. Навіть якщо йдеться про німецьку історію. Ми нічого не знали про післявоєнний час, 50-ті роки, холодну війну, рух 68-го року – ми навіть нічого не дізналися про НДР чи падіння Берлінської стіни. Саме тому мені знадобилося багато часу, щоб визнати падіння стіни історією». [7]. Доцільно згадати про концентричний принцип, в Німеччині він сконцентрований на ХХ ст. і має на меті продемонструвати всю трагічність воєн, розпочатих у минулому німцями. Саме зі школи німцям прищеплюють пацифізм і всіляку неприпустимість війни.

Дослідження гіркого минулого присутнє у німецьких підручниках з дидактики, історії, суспільствознавства та політичної освіти. Звідти знаємо: «Культура пам'яті. Роберт Бейєр. Навіщо потрібна освіта про Голокост? 21 століття не в останню чергу стане епохою, в якій – рано чи пізно – ніхто не буде особисто пам'ятати події, звірства та злочини націонал-соціалістичного режиму. Навіть зараз, у 2011 р., майже не залишилося очевидців, які б хотіли і могли передати свій досвід стороннім особам або шкільним класам. З відходом у небуття покоління злочинців і свідків, але передусім тих, хто вижив і допомагав, групи людей, які в останні десятиліття були найпотужнішими і найвпливовішими, які в останні десятиліття найсильніше і найпереконливіше застерігали, що події, подібні до тих, що призвели до Голокосту, не повинні повторитися.

Відповідальність за це завдання буде в майбутньому ще більшою мірою лежати на вчителях (історії).

Якщо Теодор Адорно матиме свій шлях, це завдання навіть стане найважливішим освітнім завданням з усіх. У праці «Освіта після Освенцима» він постулював: «Вимога, щоб Освенцим не повторився, є найпершою справою в освіті(...)» [1, с.122].

Вдалося трохи розпитати про історичну освіту користувача **livinginanutshell02**, яка згадує: «Я закінчила університет майже три роки тому в Шлезвіг-Гольштейні, щоб було зрозуміліше. У нас також протягом 1,5 року була велика проблема з Ковідом, тому це багато чого зіпсувало» [7].

На питання, які сучасні технології використовувалися на уроках історії (інтерактивні карти, планшети, електронні дошки), отримав таку відповідь: «Нічого такого. У деяких школах є дошки, але ми все одно використовували діaproектори, а пізніше – звичайний проектор + екран. Якщо ми проводили дослідження самостійно, то могли отримати в школі ноутбук» [7].

На питання на чому зосереджувалася увага при вивченні історії (економіка, культура, релігія, політика), отримав таку відповідь: «Політика, культура, економіка і релігія приблизно в такому порядку. Залежно від теми вони намагаються дати учням загальний огляд важливих тем»[7].

Як виглядають тести / іспити з історії? – «Молодші учні мають відповідати на запитання, тоді як старші учні аналізують джерела в есе (наприклад, текст, малюнок, карикатуру, цитату)» [7].

Чи є якісь спеціальні контурні карти, на яких потрібно малювати кордони різних країн у різні епохи, або зошити, які потрібно купувати для уроків історії? – «Ні. Ми іноді дивимося на карти, але це зовсім не обов'язково, щоб вивчити всі кордони і те, як вони змінювалися, – І тут багато німців навіть не розуміють, що таке ці «контурні карти», іноді німці вважають, що потрібно

малювати карти з нуля, самотужки, практика контурних карт і в Україні вже показала свою невисоку ефективність, часто учні просто не купують їх, або ж якщо купують то нерідко відмовляються їх використовувати, – як висновок, на уроках історії основна увага приділялася Німеччині та її відносинам у Європі протягом всієї історії, і хоча ми побіжно згадували й інші європейські країни, ми не висвітлювали їхню історію в деталях. Більш конкретна історія Франції чи США, наприклад, розглядалася на уроках англійської та французької мов» [7].

Отже, система освіти в Німеччині постала перед проблемами, які не чужі й Україні. «Престижні професії», брак абітурієнтів на точні спеціальності та надто велика кількість охочих опанувати гуманітарні дисципліни.

На думку багатьох, системі необхідне реформування та забезпечення рівномірного випуску як школярів *Hauptschule* і *Professionalschule*, так і *Gymnasium*.

Як стало зрозуміло, ставлення німців до системи освіти і викладу історії в школах різне, що й не дивно через федеративність освітньої системи. Комуś пощастило, і він вивчав комплексну історію Німецької держави, а комуś уже з 8 класу лише й нагадували про Гітлера і помилки минулого.

Ще одна разюча відмінність – технологічність шкіл, від крейди до сенсора – різниця відчутна. Також нарікають на складність вступних іспитів (про це не згадувалося), однак у Німеччині для вступу іноді треба здати 10 екзаменів, на що сильно скаржаться як батьки, так і учні. В інтернеті вже давно набирає популярності тренд «*Sell your soul to the German school system*» – на нього реагували і міністри, але поки найбільше, що отримали протестувальники – це обіцянки. Така жорстка система, можливо, пов'язана з браком звичайних робітників, працівників сфер обслуговування тощо.

Щодо мети історичної освіти, то вона має пацифістський характер, спрямований на недопущення колишніх помилок. Необхідно поважати визнання Німеччиною звірств воєнного часу та її чітке прийняття повної відповідальності за нацистські злочини. Вона суворо дотримується законів, які забороняють заперечення Голокосту і будь-які дискусії, що прославляють нацизм. Тож іншу частину дослідження займатиме вивчення історії в німецьких школах.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Дидактика, історія, суспільствознавство та політична освіта. Моделі, тексти, приклади / за ред. Барбара Дмитраш, Алоїз Еккер, Ірен Еккер, Фрідріх Оль. 128 с.. С.122. Режим доступу:

https://fdzgeschichte.univie.ac.at/fileadmin/user_upload/i_fdzgeschichte/RESSOURCEN/18_06_2012_Broschuere.pdf

2. Зарубіжна система вищої освіти : навчальний посібник / автор-упорядник М.І. Гагарін. Умань : ВПЦ «Візаві», 2017. 102 с. С. 53.

3. Навчання історії в зарубіжній школі : навчальний посібник / Боровець І., Дубінський В., Паур І. за ред. д-ра іст. наук, проф. С. Копилова. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2020. 244 с. С. 60, 63.

4. Пометун О. І., Фрейман Г. О. Методика навчання історії в школі. Київ: Генеза, 2006. 328 с. С. 41.

5. Сисоєва С.О., Кристопчук Т.Є. Освітні системи країн Європейського Союзу: загальна характеристика : навчальний посібник. Київський університет імені Бориса Грінченка. Рівне : Овід, 2012. 352 с. С.110.

6. Courses of Education in Baden-Württemberg: <https://km-bw.de/site/pbs-bw2/get/documents/KULTUS.Dachmandant/KULTUS/KM-Homepage/Publikationen%202018/Bildungswege-englisch.pdf>.
7. https://www.reddit.com/r/AskAGerman/comments/qvn65j/german_history_in_german_schools/.
8. https://www.reddit.com/r/AskAGerman/comments/13izauf/whats_your_opinion_on_the_german_schooling_system/.
9. Running Out of Fuel by Craig Stirling: <https://www.bloomberg.com/news/newsletters/2023-06-07/world-economy-latest-germany-is-running-out-of-workers>.
11. https://www.bildungsplaene-bw.de/bildungsplan,Lde/Startseite/BP2016BW_ALLG/BP2016BW_ALLG_GYM_G.

ЗАКОНОДАВЧЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

Ольга ХОМИН, Юрій КАЛІЧАК
м. Дрогобич

Стрімкий розвиток інформаційного суспільства ставить перед системою дошкільної освіти нові вимоги. Сучасна освітня політика держави спрямована на реформування усієї системи освіти, й успішне здійснення цих реформ вимагає детального аналізу наявної нормативно-правової бази щодо освіти та соціально-економічних умов країни і потреб громадян. Сьогодні тенденції розвитку освіти «визначаються на законодавчому рівні. Формування достатньої і прогресивної законодавчої, іншої нормативно-правової бази освіти є одним із основних факторів, які можуть забезпечити можливість реалізації прав громадян на освіту. Тому прийняття дієвої законодавчої бази в галузі освіти, своєчасне внесення змін у діючі закони, а також реалізація вже прийнятих законів – актуальне, важливе і надто складне державне завдання» [1, с. 1110].

Базовий компонент дошкільної освіти – державний освітній стандарт, третя редакція якого затверджена наказом МОН від 12.01.2021 № 33. У ньому продовжено традиції стандартів дошкільної освіти 1998 та 2012 рр. Стандарт визначає очікування суспільства щодо розвиненості, вихованості й освіченості дитини дошкільного віку, спрямовує розробку і оновлення освітніх програм для закладів дошкільної освіти, окреслює вимоги та орієнтири щодо програм професійної підготовки майбутніх педагогів.

Для сучасного суспільства завжди потрібне різні оновлення – це забезпечує відчуття стабільності, непорушності ідеалів і

принципів вітчизняної дошкільної освіти, а також – відповідає викликам сучасної освіти.

Базовий компонент дошкільної освіти (БКДО), відповідно до ст.ст. 22, 23 Закону України «Про дошкільну освіту» є державним освітнім стандартом; визначає вимоги до рівня розвиненості, вихованості, навченості дітей перед вступом до школи. мінімальне освітнє ядро; має оновлюватися один раз на 10 років.

До системи законодавства з питань дошкільної освіти належать Конституція України, Міжнародні договори, закони України, Постанови та розпорядження Кабінету Міністрів України, накази Міністерства освіти і науки України та інших центральних органів виконавчої влади.

Конституція України гарантує доступність і безоплатність дошкільної освіти в державних і комунальних закладах дошкільної освіти.

Закон України «Про дошкільну освіту» визначає правові засади організації дошкільної освіти в Україні. Він встановлює загальні принципи функціонування закладів дошкільної освіти, обов'язки батьків, права та обов'язки педагогічних працівників. Концепція розвитку дошкільної освіти визначає стратегічні напрями розвитку дошкільної освіти в Україні і встановлює основні пріоритети в цій галузі. Закон визначає поняття дошкільної освіти та окреслює її завдання, які зазвичай включають підготовку дітей до шкільної освіти, розвиток їхніх здібностей і соціальної адаптації.

Організація системи дошкільної освіти: Закон може встановлювати порядок організації закладів дошкільної освіти, їхній статус, вимоги до педагогічних працівників та інфраструктури. Фінансування та надання послуг: закон регулює питання фінансування дошкільної освіти, а також встановлює правила надання освітніх послуг дітям. Права та обов'язки

батьків: Закон може містити відомості про права і обов'язки батьків у контексті дошкільної освіти, зокрема щодо обрання закладу та співпраці з ним. Контроль та нагляд: Закон може передбачати систему контролю та нагляду за дотриманням стандартів у закладах дошкільної освіти.

Закон України «Про освіту» визначає загальні принципи системи освіти в Україні, до якої входить і дошкільна освіта. Він регулює питання організації, фінансування та контролю в закладах освіти. Міністерство освіти і науки України може видавати накази та інструкції, що деталізують вимоги та процедури, пов'язані з дошкільною освітою.

Наукові елементарні знання логіко-математичного спрямування, акумульовані в конструкційних, інтелектуальних іграх, уможливають логіко-математичний розвиток дитини швидше, ніж розв'язання прикладів та арифметичних задач на заняттях. Важливо так організувати життєдіяльність дошкільників, щоб кожен мав змогу легко засвоювати знання математичного характеру.

Забезпечення рівного доступу до якісної освіти учені характеризують як глобальну світову тенденцію, яка є надзвичайно багатогранною. Вона «передбачає:

- забезпечення рівноправності (за статтю, віком, національністю, соціальним статусом, віросповіданням тощо) громадян у доступі до освіти;

- створення умов (відповідного законодавчого і ресурсного забезпечення) для здобуття якісної освіти та розробки механізму об'єктивного її оцінювання за певними показниками і критеріями» [4, с. 33].

Щодо принципу доступності дошкільної освіти, то, «відповідно до ст. 24 Конституції України, громадяни мають рівні конституційні права і свободи та є рівними перед законом. Не може бути привілеїв чи обмежень за ознаками раси, кольору

шкіри, політичних, релігійних та інших переконань, статі, етнічного та соціального походження, майнового стану, місця проживання, за мовними або іншими ознаками. Рівність прав жінки і чоловіка забезпечується: наданням жінкам рівних із чоловіками можливостей, зокрема у здобутті освіти» [5, с. 54].

Однією з найбільш актуальних проблем є недостатність фінансування дошкільної освіти, що спричиняє неможливість нормального функціонування наявних державних дошкільних закладів і створення нових. Велика кількість міжнародних документів присвячена питанням освіти і відображає засадничі норми щодо права на освіту та прав дитини. Хоча міжнародні документи не наголошують на дошкільній освіті, пріоритетним напрямом державної політики закріплюють реалізацію права на освіту.

Основними завданнями законодавства України про дошкільну освіту Закон України «Про дошкільну освіту» визначив «забезпечення:

- 1) права дитини на доступність і безоплатність здобуття дошкільної освіти;
- 2) необхідних умов функціонування і розвитку системи дошкільної освіти;
- 3) прав та обов'язків учасників освітнього процесу, встановлення відповідальності за порушення законодавства про дошкільну освіту;
- 4) умов для благодійної діяльності у сфері дошкільної освіти [8, с. 74].

Закон встановлює обов'язковість дошкільної освіти, що має забезпечити виконання вимог Базового компонента дошкільної освіти [8].

Закон «Про дошкільну освіту» надав право обирати різні форми здобуття дітьми дошкільної освіти, зокрема у:

закладах дошкільної освіти незалежно від підпорядкування, типів і форми власності;

структурних підрозділах юридичних осіб приватного і публічного права, зокрема закладів освіти;

сім'ї – за сімейною (домашньою) формою здобуття дошкільної освіти;

взаємодії з «фізичними особами, що здобули педагогічну освіту та/або професійну кваліфікацію педагогічного працівника, зокрема тих, які провадять незалежну професійну діяльність;

о взаємодії з фізичними особами-підприємцями, основним видом діяльності яких є освітня діяльність» [8, с. 55].

Великий масив законодавства, що регулює забезпечення права на освіту, зокрема дошкільну, складають постанови Кабінету Міністрів України «Про затвердження Положення про дошкільний навчальний заклад» [15], «Про затвердження Положення про центр розвитку дитини» [16], «Про затвердження Положення про освітній округ» [17].

Ключовим поняттям «у критеріях оцінки ефективності та якості освіти виступає категорія сформованих у дитини компетентностей, що вказують на можливість активно проявляти особистісні надбання в різних самостійних та організованих за підтримки дорослого видах діяльності. Ключова категорія компетентності дитини та характеристика її вікових особливостей стали предметом ретельного аналізу та конкретизації» [7, с. 12].

Компетентності формують унаслідок реалізації змісту освітніх напрямів роботи ЗДО внаслідок виконання педагогом основних професійних обов'язків, котрі урізноманітнюють досвід дитини за підтримки батьків в умовах родинного виховання.

Перевагами дошкільної освіти є:

- 1) усвідомлення самоцінності дошкільного дитинства;
- 2) розуміння дошкільного дитинства як важливої передумова гармонійного розвитку й успішної самореалізації дитини у житті;
- 3) повага до дитини, особливостей її розвитку та індивідуального досвіду;
- 4) вдосконалення фізичного, психічного та соціального здоров'я дитини;
- 5) розвиток творчих задатків, здібностей і талантів дітей,
- 6) збереження та примноження національних традицій родинного та суспільного виховання [19].

Таким чином, основними завданнями дошкільної освіти на сучасному етапі є:

- 1) забезпечення належних умов для повноцінної едукції дитини;
- 2) створення здоров'язбережувального середовища в умовах ЗДО та родини;
- 3) збільшення та урізноманітнення мережі ЗДО;
- 4) оновлення змісту, форм і методів дошкільної освіти відповідно до вікових особливостей дітей;
- 5) формування у дитини духовності;
- 6) професійне виявлення ранньої обдарованості, забезпечення умов для розвитку талановитих дітей;
- 7) постійний моніторинг динаміки стану здоров'я і психічного розвитку дошкільників.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Шаповал Р.В. Правове регулювання освіти в Україні. *Форум права*. 2011. № 1. С. 1110–1115.

2. Апрелева І.В. Реалізація принципу доступності до суспільного дошкільного виховання в Україні (20–30-ті рр. ХХ ст.) : автореф. дис. ... канд. пед. наук.: 13.00.01. Дрогобич, 2016. 20 с.

3. Базовий компонент дошкільної освіти / науковий керівник: А.М. Богуш, дійсний член НАПН України, проф, доктор пед. наук ; авторський колектив: Беленька Г.В., Богініч О.Л., Гавриш Н.В., Долинна О.П., Ільченко Т.С., Коваленко О.В., Лисенко Г.М., Машовець М.А., Низковська О.В., Панасюк Т.В., Піроженко Т.О., Поніманська Т.І., Сідельнікова О.Д., Шевчук А.С., Якименко Л.Ю. Київ : Видавництво, 2012. 26 с.

4. Бюджетний кодекс : Закон України № 2456-VI від 08 липня 2010 р. Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/2456-17>.

5. Кодекс законів про працю : Закон України № 322-VIII від 10 грудня 1971 р.

6. Конституція України. *Відомості Верховної Ради України*. 1996. № 30. Ст. 141.

7. Міністерство освіти і науки : наказ про затвердження Базового компонента дошкільної освіти. Режим доступу: https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/2021/12.01/Pro_novu_redaktsiyu%20Bazovoho%20komponenta%20doshkilnoyi%20osvity.pdf.

8. Про дошкільну освіту : Закон України № 2628-III 11 липня 2001 р. Режим доступу: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/2628-14>.

9. Про затвердження плану дій на 2017–2019 рр. поетапного створення додаткових місць у закладах освіти для дітей дошкільного віку : Розпорядження Кабінету Міністрів України від 06 грудня 2017 р. № 871-р. Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/871-2017-p>.

10. Про затвердження Положення про дошкільний навчальний заклад : Постанова Кабінету міністрів України № 305: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/305-2003-п>.

11. Про затвердження Положення про освітній округ : Постанова Кабінету міністрів України № 777. Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/777-2010-п>.

12. Про затвердження Положення про центр розвитку дитини : Постанова Кабінету міністрів України № 1124 від 05 жовтня 2009 р.

13. Про місцеве самоврядування : Закон України № 280/97-ВР від 21 травня 1997 р. Режим доступу: <http://zakon0.rada.gov.ua/laws/show/280/97-вр>.

14. Про освіту : Закон України № 2145-VIII від 05 вересня 2017 р.

15. Про охорону дитинства : Закон України № 2402-III від 26 квітня 2001 р. Режим доступу: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/2402-14?find=1&text=%EE%F1%E2%B3%F2>.

16. Рішення Конституційного Суду України у справі за конституційним поданням 50 народних депутатів України про офіційне тлумачення положень ч. 3 ст. 53 Конституції України № 5-рп/2004 від 04 березня 2004 р.

17. Роз'яснення щодо внесення змін до Закону України «Про дошкільну освіту» http://old.mon.gov.ua/ua/activity/education/56/690/normativno_pravova-baza/.

18. Статті 22 Закону України «Про дошкільну освіту» та враховуючи рішення колегії Міністерства освіти і науки України від 21.12.2020 протокол № 12/1-2.

19. Шаповал Р.В. Конституційне право людини і громадянина на освіту в Україні. 2011. № 1. С. 29–35. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pib_2011_1_7.

THE MAIN DIRECTIONS OF THE HEALTH CARE ACTIVITIES OF THE SOCIAL EDUCATOR IN A MODERN INSTITUTION OF GENERAL SECONDARY EDUCATION

**Oksana Yazhyk, Andriana Dyminska,
Drohobych**

The activities of a general secondary education institution in preserving and strengthening the health of children can only be considered full-fledged and effective when health preservation and health-forming technologies are implemented within the system. Several groups of health-preserving technologies are distinguished:

Medical and Hygienic Technologies: These involve ensuring compliance with the conditions of the educational process, including maintaining a healthy and hygienic learning environment.

Physical Culture and Health Technologies: These are aimed at physical development through activities that promote hardening, strength, endurance, and speed training.

Ecological Health-preserving Technologies: These involve teaching students to love and care for nature, fostering environmental awareness and responsibility.

Socially Adaptive and Personally Developing Technologies: These are aimed at adapting students' bodies to the health-forming factors of the educational process, promoting overall well-being and personal development.

Medical and Health-Improving Technologies: These serve to implement the ideas of medical pedagogy and physical culture, ensuring that students receive the benefits of both medical and physical education.

Scholars T. Veretenko and M. Lekholetova analyze health-preserving technologies as conditions for a child's education at school through the "optimal organization of the educational process and a full-fledged and rationally organized movement mode." They suggest that to achieve the goal of forming health-preserving technologies, it is advisable to implement socio-pedagogical means that include a movement orientation, such as physical exercises, minutes of physical education, dynamic breaks, and therapeutic physical education".

At present, the new Ukrainian school recommends the high-quality implementation of a technological approach in the activities of a social pedagogue regarding the formation of a healthy lifestyle for modern schoolchildren. The result of implementing health education technology will be the formation of a healthy lifestyle through the application of organizational and methodical tools, methods, instruments, and a set of educational techniques. Modern scientists interpret the concept of "health-preserving technologies" as "optimal conditions for the stay of schoolchildren in an educational institution during the socially organized educational process." It is important to note that health care pedagogy is not considered a separate educational technology; it integrates several areas of work to preserve, strengthen, and restore the health of students in general secondary education schools.

As a result of mastering the basic mechanisms of using health-preserving technologies, the social pedagogue will learn:

Theoretical Foundations: Understanding the organization of health care activities and the use of appropriate pedagogical technologies.

Methodological Basis: Learning to form valeo-ecological actions within the educational process of a general secondary education institution.

Lesson Organization: Mastering forms and methods of lesson organization that contribute to the preservation and formation of schoolchildren's health.

Health-Improving Techniques: Knowing the content and methods of using health-improving techniques in the educational process.

At a practical level, a social pedagogue should be able to:

Navigate the variety of health-preserving pedagogical technologies.

Apply elements of pedagogical creativity, independence, research activity, and both traditional and innovative educational technologies.

Predict the results of implementing health-preserving pedagogical technologies in the educational process.

Analyse literature on the problem of organizing the health-preserving educational process.

Produce necessary visual didactic material.

Creatively use pedagogical assets in organizing a health-preserving educational process in a general secondary education institution.

Specialists supporting the educational process today are entrusted with significant responsibility regarding the implementation of health-preserving technologies in general secondary education institutions. In organizing health care activities in these institutions, priority is given to the social pedagogue. This specialist often develops and implements various educational activities with the involvement of other experts, such as child psychologists and medical workers. They organize health lessons in classrooms and at school, plan thematic classroom hours, and facilitate the viewing of educational videos and presentations.

The health-preserving activities of a social teacher in a general secondary education institution involve a system of measures aimed at preserving and strengthening the health of students. These measures include the rational organization of the educational process, planning physical culture and health activities, and conducting educational work with students to instill values of health and a healthy lifestyle.

This is achieved through organizing systematic methodical work with teachers, specialists, and parents [2, p. 86].

The priority tasks of the health-preserving activities of a social teacher in a general secondary education institution include ensuring the protection of the life and health of children, fostering the formation of a healthy lifestyle, creating conditions that promote the psychological comfort of students, and implementing the prevention of various addictions by organizing and forming the social culture of students.

Scholars identify the main areas of health-preserving activities of social pedagogues as:

Informational and Educational: This involves providing information to children, parents, and teachers about the specific directions and methods of preserving individual and public health. The responsibilities of a social pedagogue include designing information stands, organizing the work of the valeological service, and delivering thematic lectures.

Health-Promoting: This area focuses on improving the spiritual, moral, physical, and mental health of students. It promotes physical culture, gymnastics, and an active lifestyle by integrating health technologies into the educational process. Activities may include classes in music therapy, color therapy, aromatherapy, and phytotherapy.

Preventive: Preventive work aims at preventing the development of behavioral deviations and preserving social well-being. This includes implementing strategies and activities to prevent various addictions and negative behaviors among students.

Social-Psychological: Creating conditions for the psychological comfort of students involves addressing their social and emotional needs, helping them develop a positive self-image and interpersonal relationships.

Within the scope of educational activities, it is important to spread knowledge about health, ways, methods, and technologies for its preservation and strengthening, and to educate students about a

culture of healthy behavior. The social pedagogue organizes educational seminars, lectures, trainings, business games, and other activities to achieve these goals.

Informational and educational activities also involve designing information stands, organizing the work of the valeological service, and providing thematic lectures to disseminate knowledge about health preservation and promotion.

In conclusion, the social educator's role in health-preserving activities is multifaceted, involving informational, educational, health-promoting, preventive, and social-psychological dimensions. By addressing these areas, social pedagogues help create a supportive environment that promotes the overall well-being of students in general secondary education institutions [1, p. 64].

A social pedagogue must ensure the safety of life and prevent various diseases. In this context, it is expedient for the specialist to use active methods of education - games, discussions, debates, to conduct volunteer activities dedicated to the promotion of compliance with the basic rules of leading a healthy lifestyle.

The socio-psychological direction of the activity of a social pedagogue should be focused on preserving the mental health of the individual through the creation and maintenance of a positive psychological climate in the team, stress prevention, through the development of communication skills, thanks to the formation of the social culture of pupils. That is, within the limits of this direction, a social pedagogue should carry out social education of the individual.

The organization of health-preserving activities of a social pedagogue consists in providing assistance in carrying out purposeful work to preserve and strengthen not only physical, but also social and spiritual health of the individual. In the process of conducting health-preserving activities in a general secondary education institution, a social pedagogue should, first of all, conduct preventive measures to prevent deviant behavior of pupils and conduct individual and group

classes aimed at developing children's communication skills through the formation of vitality and stress resistance.

The organization of health-preserving activities is a necessary condition for the formation of a valuable attitude of children regarding the observance of the basic rules of leading a healthy lifestyle and the full development of the personality of each student in the institution of general secondary education.

REFERENCES

1. Kalichak Yu.L., Drohomiretska N.T. Health preservation in inclusive preschool education. *Osobystist, simya i suspilstvo: pytannya pedahohiky ta psykholohiyi: Personality, family and society: questions of pedagogy and psychology: Collection of theses of scientific works of participants of the international scientific and practical conference* (Lviv, November 26–27, 2021). Lviv : NGO «Lvivska pedahohichna spilnota», 2021. pp. 56–63.
2. Boyko Y. Naukovyy analiz katehoriy «zdorovya» ta «zdorovyi sposib zhyttia» z pozytsiyi pedahohichnoyi aksiolohiyi. Psykholoho-pedahohichni problemy silskoyi shkoly. *Scientific analysis of the categories "health" and "healthy lifestyle" from the standpoint of pedagogical axiology. Psychological and pedagogical problems of the village school*. 2014. Issue 50. P. 63–71..
3. Veretenko T., Lekholetova M. Sutnist i klasyfikatsiya pedahohichnykh umov formuvannya zdorovyazberihalnoyi kompetentnosti maybutnikh sotsialnykh pedahohiv i pratsivnykiv. *The essence and classification of pedagogical conditions for the formation of health care competence of future social teachers and workers. Scientific papers of Volodymyr Hnatyuk National Pedagogical University named after Volodymyr Hnatyuk in Ternopil. Series: Pedagogy*. 2017. Issue 1. P. 85–92.

4. Hres O. Pedahohichni umovy orhanizatsiyi zdorovyazberihayuchoyi diyalnosti kerivnyka zahalnoosvitnoho navchalnoho zakladu. Pedahohika, psykholohiya ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannya i sportu. *Pedagogical conditions for the organization of health-preserving activities of the head of a comprehensive educational institution. Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports*. 2015. Issue 10. P. 11–17.

5. Huk O.V., Hrynyk I.M., Kalichak YU.L. Sotsialno-pedahohichni peredumovy formuvannya zdorov'yazberezhuvalnoyi kompetentnosti ditey doshkilnoho viku na suchasnomu etapi. Innovatsiyna pedahohika. *Socio-pedagogical prerequisites for the formation of health care competence of preschool children at the current stage. Innovative pedagogy*. 2022. Issue 51. Volume 2. P. 168–171.

6. Danilavichyutye E.A., Lytovchenko S.V. Stratehiyi vykladannya v inklyuzyvnomu navchalnomu zakladi: navchalno-metodychnyy posibnyk. *Teaching strategies in an inclusive educational institution: educational and methodological manual*. Kyiv : "ASK" Publishing Group, 2012. 360 p.

7. Dity z osoblyvymy potrebamy u zahalnoosvitnomu prostori: pochatkova lanka: *Children with special needs in the general educational space: the initial link: edited by V.I. Bondarya, V.V. Zasenka*. Kyiv, 2004. 152 p.

8. Indeks inklyuziyi [Index of inclusion]: preschool educational institution: educational and methodological manual. Compilers: Patrikeeva O.O., Dyatlenko N.M., Sofiy N.Z., Naida Yu.M. Under the general editorship of Shynkarenko V.I. Kyiv : Pleiady Publishing House LLC, 2013. 100 p.

9. Inklyuzyvna osvita. [Inclusive education]. A guide for parents. Canada's experience. Kyiv : A. V. Palivoda, 2012. 120 p.

10. Kolupayeva A.A. Inklyuzyvna osvita: realiyi ta perspektyvy Inclusive education: realities and prospects : monograph. Kyiv : "Summit-Knyga", 2009. 262 p.

11. Kolupayeva A. A., Danilavichyutye E. A., Lytovchenko S. V. Profesiynne spivrobitnytstvo v inklyuzyvnomu navchalnomu zakladi *Professional cooperation in an inclusive educational institution: educational and methodological manual*. Kyiv: "ASK" Publishing Group, 2012. 192 p.

12. Kolupayeva A.A., Yefimova S.M. Navchalnyy kurs «Vstup do inklyuzyvnoyi osvity». *Training course "Introduction to inclusive education"*. Kyiv : Naukovyi svit, 2010. 200 p.

13. Kolupayeva A.A., Savchuk L.O. Dity z osoblyvymy osvitnimy potrebamy ta orhanizatsiya yikh navchannya. *Children with special educational needs and the organization of their education: a scientific and methodological manual*. Kyiv : ATOPOL Publishing Group, 2011. 274 p.

14. Kolupayeva A.A., Taranchenko O.M. Dity z osoblyvymy potrebamy v zahalnoosvitnomu prostori: pochatkova lanka. *Children with special educational needs and the organization of their education: scientific and methodological manual*. Kyiv : ATOPOL Publishing Group, 2011. 274 p.

15. Convention on the Rights of Persons with Disabilities. Access mode https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_g71#Text.

16. Lorman Tim. Sim stovpiv pidtrymky inklyuzyvnoyi osvity. Osnovy inklyuzyvnoyi osvity. *Seven pillars of support for inclusive education. Basics of inclusive education : educational and methodological manual edited by Kolupaeva A.A.* Kyiv : "ASK", 2012. 308 p.

17. Putivnyk dlya batkiv ditey z osoblyvymy osvitnimy potrebamy: Guide for parents of children with special educational needs: a teaching and methodical guide in 9 books edited by A.A. Kolupaeva. Kyiv : "ASK", 2010. 363 p

НАШІ АВТОРИ

Ашиток Надія – доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри загальної педагогіки та дошкільної освіти Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

Гук Наталія – кандидат економічних наук, доцент, директор, ліцею №4 імені Лесі Українки Дрогобицької міської ради Львівської області

Димінська Андріана – студентка спеціальності «Соціальна робота» Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

Долішняк Наталія – студентка магістратури спеціальності «Дошкільна освіта» Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

Кавчак Ірина – студентка магістратури спеціальності «Дошкільна освіта» Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка.

Калічак Юрій – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри загальної педагогіки та дошкільної освіти Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

Кахновець Руслана – студентка магістратури спеціальності «Середня освіта (Історія)» Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

Кисиличин Андріяна – студентка магістратури спеціальності «Середня освіта (Географія)» Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

Мотика Анна – студентка спеціальності «Дошкільна освіта» Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

Малик Юрій – студент спеціальності «Середня освіта (Біологія та здоров'я людини)» Одеського національного університету імені І. І. Мечникова

Мацигін Віталій – аспірант I року навчання кафедри загальної педагогіки та дошкільної освіти спеціальності 011 «Освітні, педагогічні науки»

Нагорна Наталія – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогічної освіти та соціальної реабілітації Одеського національного університету імені І. І. Мечникова

Пруська Анжеліка – студентка спеціальності «Середня освіта (Історія)» Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

Пурій Галина – кандидат економічних наук, доцент, заступник директора з навчальної роботи ліцею №4 імені Лесі Українки Дрогобицької міської ради Львівської області

Сітасанова Анастасія – студентка спеціальності «Середня освіта (Історія)» Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

Фарима Степан – студент спеціальності «Середня освіта (Історія)» Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

Філь Віталій – кандидат біологічних наук, доцент, завідувач кафедри медико-біологічних дисциплін, географії та екології Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

Хомин Ольга – студентка спеціальності «Середня освіта (Історія)» Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

Чомко Ірина – студентка магістратури спеціальності «Дошкільна освіта» Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

Яжик Оксана – студентка магістратури спеціальності «Соціальна робота» Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

.

Наукове видання

**СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ СТВОРЕННЯ
ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА У
ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ**

Збірник наукових праць

Випуск 2

**Дрогобицький державний педагогічний університет
імені Івана Франка**

Редактор

Ірина Невмержицька

Редактор перекладу

Віктор Лішнянський

Технічний редактор

Артимко Ірина

Здано до набору 10.06.2024 р. Формат 60х90/16. Гарнітура Times.

Ум. друк. арк. 8,65. Наклад 50 прим. Зам. 59.

Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка
(Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до державного реєстру
видавців, виготівників та розповсюджувачів видавничої продукції ДК No
5140 від 01.07.2016 р.). 82100, Дрогобич, вул. Івана Франка, 24, к. 2