

УДК 371.134:793.3:613.9

МАРТИНЕНКО Олена Володимирівна –  
кандидат педагогічних наук, доцент,  
завідувач кафедри хореографії  
Бердянського державного  
педагогічного університету  
e-mail: mar.len68@mail.ru

## ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА ПІД ЧАС ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ- ХОРЕОГРАФІВ

**Постановка та обґрунтування актуальності проблеми.** Останнім часом проблема здоров'я нації відноситься до кола глобальних. Значну роль у вирішенні окремих питань цієї проблеми відіграють вищі педагогічні навчальні заклади, які мають можливість упроваджувати в навчальний процес здоров'язберігаючі технології. Формування під час навчання здоров'язберігаючої компетентності допоможене лише виробленню стійкої мотивації студентів на здоровий спосіб життя, а й для реалізації отриманої інформації в своїй професійній діяльності [1].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Ми визначили та проаналізували ряд наукових досліджень, які розглядають питання здоров'язбереження студентів в умовах ВНЗ: Н. Анікеєва – формування здоров'язберігаючої компетенції студентів під час професійної підготовки у ВНЗ; Л. Белова – підготовка майбутніх спеціалістів з фізичної культури до здійснення здоров'язберігаючої педагогічної діяльності; А. Бондаревська – культурно-освітній простір вузу як середовище професійно-особистісного саморозвитку студентів; Д. Воронін – здоров'язберігаючі технології як засіб інституціональної перебудови вищої школи; О. Криміна – взаємозалежність особистісного розвитку і нервово-психічного здоров'я студентів-хореографів в процесі соціалізації; Н. Панчук – формування здоров'язберігаючої відповідальності студентів ВНЗ; В. Фертик – професійно-творче удосконалення студентів-хореографів в умовах здоров'язберігаючого середовища. Як ми бачимо, проблема здоров'язбереження студентів у наукових дослідженнях розкривається досить широко. Разом з тим, на наш погляд, потребує уточнення визначення педагогічних умов навчання студентів в умовах здоров'язберігаючого середовища, виявлення та експериментальна перевірка інтерактивних здоров'язберігаючих технологій, вивчення особливостей підготовки майбутніх фахівців до проектування здоров'язберігаючого навчального процесу в професійній діяльності.

**Мета статті** полягає у визначенні педагогічних умов підвищення якості здоров'язберігаючого освітнього середовища під час професійної підготовки студентів-хореографів БДПУ та надання методичних рекомендації щодо їхнього застосування.

У рамках нашого дослідження ми визначили ряд причин, які негативно впливають на рівень професійної підготовки студентів-хореографів з позиції організації здоров'язберігаючого середовища: порушення санітарно-гігієнічних вимог та санітарних правил облаштування танцювальних аудиторій (не дотримання норм освітлення та опалювання; несистематичне вологе прибирання, відсутність витяжної системи та ін.); формальне проведення інструктажів з безпеки життєдіяльності; не раціональне планування розкладу навчальних занять; фізичне перевантаження студентів; відсутність заходів щодо покращення їхнього психічного здоров'я.

Вважаємо, що для формування здоров'язберігаючої компетентності майбутніх учителів хореографії доцільно застосовувати ряд спеціальних педагогічних умов і психолого-педагогічних впливів: планове впровадження здоров'язберігаючих технологій як у навчальну так і у виховну роботу зі студентами; інтеграція знань зі здоров'язбереження в зміст різних дисциплін; систематичне проведення зі студентами інструктажів з безпеки життєдіяльності; орієнтація студентів на сучасні оздоровчі хореографічні техніки та танцювальні фітнес-комплекси, з метою покращення власного фізичного здоров'я та застосування набутих знань в подальшій професійній діяльності; організація тренінгів та майстер-класів для викладачів, спрямованих на поліпшення показників їхнього психічного і соціального здоров'я [2]; організація заходів, спрямованих на поліпшення психологічного мікроклімату в навчальних студентських групах (підвищення толерантності, стресостійкості, корекція поведінки, ціннісних і мотиваційних орієнтацій).

Ми визначили, що для покращення здоров'язберігаючого середовища БДПУ і укріплення здоров'я студентів-хореографів доцільно проводити відповідну організаційну роботу: обговорення на засіданнях кафедри питань, пов'язаних з інноваційними методиками оздоровлення студентів у сучасних умовах; проведення поглибленого медичного огляду студентів та оформлення листів дозволу для отримання професійної хореографічної освіти; контроль викладачів за дотриманням санітарно-гігієнічних норм під час навчального процесу (освітлення аудиторій, провітрювання, вологе прибирання тощо); організація роботи психологічної служби та кімнати довіри із залученням викладачів кафедри психології; проведення діагностики емоційного стану викладацького складу, студентських груп та окремих студентів; розробка корекційних заходів щодо створення позитивного емоційного стану всіх учасників навчально-виховного процесу; проведення навчальних та виховних заходів на тему здоров'язбереження; розповсюдження на інформаційних дошках тематичних повідомлень про шляхи збереження та профілактики здоров'я («Профілактика ОРЗ та грипу», «Струнка постава – залог здоров'я» та ін.).

Для покращення результативності професійної підготовки студентів-хореографів доцільно ретельно підходити до планування розкладу навчальних занять.

Ми розробили рекомендації до розкладу навчальних занять, які, на наш погляд, можуть урахувати необхідні умови здоров'язберігаючого середовища. По-перше, бажано, щоб розклад був систематичним і не змінювався кожного тижня. Таким чином, організм студентів буде налаштовуватися на відповідне навантаження і вони психологічно будуть готові до того чи іншого практичного заняття. Першими парами доцільно ставити такі, які пов'язані з розігрівом тіла («Фізкультура в хореографії», «Партерна гімнастика»), психічною регуляцією («Танцювальна терапія») або загальною підготовкою студентів. Це дозволить підготувати студентів до більш якісного виконання танцювальних вправ на практичних заняттях з «ТМ класичного танцю», «ТМ народно-сценічного танцю», «ТМ сучасного танцю» та інших, які доцільно ставити другими в розкладі.

По-друге, слід урахувати, що фізичне навантаження студентів не має перевищувати шести академічних годин під час навчального процесу (при денному навантаженні не більше 4-х пар). Тому, під час складання

розкладу слід чергувати практичні заняття, які передбачають високе фізичне навантаження з лекційними або практичними заняттями з помірним навантаженням («ТМ роботи з ДХК», «Акторська майстерність», «Танцювальна терапія» та ін.). Крім того, більшість студентів входить до складу танцювальних колективів кафедри, тому це також слід урахувати, щоб не перевантажити їх організм та нервову систему.

По-третє, самостійну роботу в танцювальних аудиторіях слід планувати в другій половині дня. Таким чином, студенти зможуть відпочити та підготуватися до самостійної роботи, яка пов'язана з постановкою танцювальних номерів («Мистецтво балетмейстера»), вивченням тренажних вправ та етюдів («ТМ класичного танцю», «ТМ народно-сценічного танцю» та ін.) чи просто роботою над власною фізичною підготовкою. По-четверте, пари слід планувати таким чином, щоб вони проходили в одному корпусі або ставити першу (останню) пару в іншому корпусі. Це позбавить студентів зайвих перевдягань, переохолодження та сприятиме дотриманню правил гігієни.

Перед початком навчального року при складанні робочого навчального плану слід урахувати співвідношення кількісного складу студентів групи з розміром танцювальної аудиторії. Так, максимальний склад студентів для занять хореографією (робота біля станка) в БДПУ повинен не перевищувати 12-15 осіб (ліцензований обсяг набору: 25 – денне відділення, 40 – заочне). Тому, більшість занять мають проводитися підгрупами. В іншому випадку порушуються не лише санітарно-гігієнічні умови, а й погіршується рівень професійної підготовки майбутніх фахівців.

Ще одним важливим моментом створення здоров'язберігаючого середовища під час професійної підготовки студентів є правильне проведення навчальних занять. Існують певні обставини, які в процесі навчальної діяльності роблять безсумнівний негативний вплив на здоров'я студентів: необхідність протягом тривалого часу підтримувати високий рівень інтенсивності фізичної або розумової діяльності; тривале збереження вимушеної пози; велике навантаження на зір та м'язи; неорганізованість в дотриманні режиму дня, харчування і сну; відсутність оптимальних умов у навчальному закладі для забезпечення здоров'я.

Вважаємо, що викладачам під час організації та проведення практичних занять

з хореографічних дисциплін необхідно враховувати наступне (гігієнічні умови в танцювальному класі: температуру і свіжість повітря, раціональність освітлення і т.п.); кількість видів навчальної діяльності (опитування, розповідь, показ, тренаж, обговорення та ін. (норма – 4–7 видів за заняття); кількість видів викладання (словесний, наочний і т.п. (норма – не менше 3-х); застосування методів, які сприяють активізації ініціативи і творчого самовираження студентів; застосування ТСО відповідно до гігієнічних норм; розкриття питань, пов'язаних із здоров'ям і здоровим способом життя; психологічний клімат на занятті, наявність емоційних розрядок (жартів, усмішок, афоризмів з коментарями і т.і.); щільність заняття, тобто кількість часу, витраченого на навчальну роботу (норма – не менше 60% і не більше 75–80%).

З метою збереження здоров'я студентів, попередження та профілактики травматизму під час проведення практичних занять з дисциплін хореографічного циклу та самостійної роботи в танцювальних аудиторіях викладачам доцільно проводити інструктажі з безпеки життєдіяльності. Вони містять питання охорони здоров'я, пожежної, радіаційної безпеки, реагування на надзвичайні ситуації, безпеки побуту тощо. Запис про їхнє проведення повинен робитися у навчальних журналах, в яких відводиться сторінка для реєстрації вступного, первинного, позапланового, цільового інструктажів зі студентами.

Для підвищення якості фахової підготовки студентів в умовах здоров'язберігаючого середовища, доцільно адаптувати зміст дисципліни «Фізичне виховання» відносно до професійної діяльності вчителя хореографії. Так, нами було розроблено та апробовано на практиці навчальну програму дисципліни «Фізичне виховання», яка передбачала ознайомлення майбутніх фахівців із різноманітними фітнес-комплексами. На наш погляд, це, по-перше, сприятиме покращенню фізичної форми студентів-хореографів, а, по-друге – дозволить ознайомитися з різноманітними оздоровчими фітнес-техніками, які можуть стати в нагоді майбутнім фахівцям. Як, показали результати опитування студентів-хореографів БДПУ, 25% з них вже під час навчання працюють фітнес-тренерами в різних спортивних клубах та комплексах.

Мета розробленої нами навчальної програми «Фізичне виховання» передбачала формування фізичного, психічного, духовного здоров'я студентів, оволодіння основними положеннями теорії та методики

фізичної культури в хореографії, виховання та удосконалення загальної фізичної культури особистості, потреби в здоровому способі життя. Ми передбачили, що в результаті вивчення дисципліни «Фізичне виховання» у майбутніх учителів хореографії, має бути сформована предметна (дидактична) компетентність: використовувати теорію і методику виконання фізичних вправ у професійній діяльності; знаходити та використовувати інформацію з різних джерел згідно з поставленою задачею; працювати над підтримкою і розвитком власного здоров'я і здоров'я своїх учнів.

Відомо, що важливу роль у покращенні якості здоров'язберігаючого освітнього середовища навчального закладу і в поліпшенні педагогічних умов особистісного розвитку студентів грає стан психічного і соціального здоров'я викладачів. У зв'язку з цим, доцільно організувати з викладачами спеціальні психолого-педагогічні заняття і тренінги, спрямовані на зниження невротичності, агресивності, дратівливості, емоційної лабільності. Тому, однією з умов, ми визначили організацію тренінгів та майстер-класів для викладачів, спрямованих на поліпшення показників їхнього психічного і соціального здоров'я. Слід зауважити, що в БДПУ функціонує психологічна служба, яка працює зі студентами. Однак, опитування викладачів дозволило з'ясувати, що працівники цієї служби не проводять групові форми роботи з викладачами, хоча в індивідуальних зверненнях не відмовляють.

Вважаємо за доцільне рекомендувати психологічній службі (лабораторії) БДПУ планувати психологічні тренінги з викладачами відповідних кафедр, з урахуванням їхньої професійної спрямованості. Крім того, слід виставляти інформацію (друковану, електронну) про проведення майстер-класів та тренінгів з питань арт-терапії, оздоровчих психологічних технік, психологічної допомоги учням тощо.

Наступна умова також пов'язана з роботою психологічної служби. Так, для поліпшення показників особистісного розвитку студентів в умовах здоров'язберігаючого освітнього середовища навчального закладу, доцільно підвищувати не лише рівень їхнього фізичного здоров'я, а й приділяти увагу покращенню психічного і соціального здоров'я. Ми вважаємо, що для цього раціональним буде організація спеціальних психолого-педагогічних впливів на колективи навчальних студентських груп по підвищенню толерантності, стресостійкості, ефективності стратегій корекції поведінки, нормативних

потребнісно-мотиваційних орієнтацій, формування адекватної самооцінки і «Я-концепції», що реалізуються психологами за рахунок поліпшення психологічного мікроклімату в навчальних студентських групах.

Бесіди з викладачами кафедри хореографії показали, що задля запобігання порушень або затримки процесів соціально-психологічної адаптації студентів I курсу психологічною лабораторією БДПУ разом з куратором групи обов'язково проводяться тренінгові програми. Тривають вони протягом восьми годин і проводяться на березі моря на території спортивного оздоровчого табору БДПУ. Психологи проводять тренінгові програми із застосуванням методів формування комунікативних умінь та технік тілесно-орієнтованої і арт-терапії, тренінги по виявленню здібностей до професійного навчання, міжособистісних стосунків в групі тощо.

Студентів доцільно вчити розподіляти своє фізичне навантаження. По-перше, окрім навчального процесу в аудиторіях, вони приймають участь у концертних заходах та інших проєктах. По-друге, організація самостійної роботи проводиться в танцювальних аудиторіях, іноді не лише самостійно, а й з групою студентів свого або інших курсів (постановка номерів). По-третє, участь у самодіяльних хореографічних колективах за межами університету, працевлаштування за спеціальністю хореографа або фітнес-тренера.

Важливою умовою професійної освіти в умовах створення здоров'язберігаючого середовища у ВНЗ є використання здоров'язберігаючих технологій, серед яких виділяють: приватні (вузькоспеціалізовані) і комплексні (інтегровані). Серед приватних здоров'язберігаючих технологій в процесі фахової підготовки вчителя хореографії можна застосовувати: медичні (технології профілактики захворювань; корекції та реабілітації соматичного здоров'я, санітарно-гігієнічної діяльності); освітні, які сприяють здоров'ю (інформаційно-навчальні та виховні); соціальні (технології організації здорового і безпечного способу життя; профілактики і корекції девіантної поведінки); психологічні (технології профілактики та психокорекції психічних відхилень особистісного та інтелектуального розвитку). До комплексних здоров'язберігаючих технологій можна віднести: технології комплексної профілактики захворювань, корекції та реабілітації здоров'я (фізкультурно-оздоровчі

та валеологічні); педагогічні технології, що сприяють здоров'ю; технології, що формують ЗСЖ.

**Висновки та перспективи подальших розвідок напряму.** Застосування в роботі зі студентами здоров'язберігаючих технологій сприятиме не лише підтримці їхнього здоров'я і покращенню якості професійної освіти, а й буде хорошим прикладом для того, щоб вони застосовували ці технології в подальшій роботі. Отже, важливо не лише створити здоров'язберігаюче середовище для навчання студентів, а й надати відповідні знання для їхньої практичної діяльності на посадах учителів хореографії та керівників дитячих хореографічних колективів.

Наш експеримент носить рекомендаційний характер. Щоб отримати результати потрібен не лише час і кошти, а й систематичне впровадження здоров'язберігаючих технологій викладачами ВНЗ у навчально-виховний процес, а також контроль за виконанням.

Однак, ми припускаємо, що визначені нами педагогічні умови організації здоров'язберігаючого середовища у ВНЗ і надані методичні рекомендації щодо їхнього використання зможуть значно покращити рівень професійної підготовки студентів-хореографів.

#### СПИСОК ДЖЕРЕЛ

1. Воронін Д. Є. Здоров'язберігаюча компетентність студента в соціально-педагогічному аспекті // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. пр. за ред. Єрмакова С. С. – Харків: ХДАДМ (ХХІІ), 2006. – № 2. – С. 25–28.
2. Фертик В. Е. Профессионально-творческое совершенствование студентов-хореографов в условиях здоровьесберегающей среды: дис. ...канд. пед. наук: 13.00.08 / Вадим Евгеньевич Фертик. – Москва, 2009. – 260 с.

#### REFERENCES

1. Voronin, D. E. (2006). *Zdorovyazberigayucha kompetentnist studenta v sotsialno-pedagogichnomu aspekti*. [Health-student competence in social-pedagogical aspect]. Kharkiv.
2. Fertik, V. E. (2009). *Professionalno-tvorcheskoye sovershenstvovaniye studentov-khoreografov v usloviyakh zdorovyeberegayushchey sredy*. [Professional and creative improvement of students-choreographers in conditions of a health-saving environment]. Moskva.

#### ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРА

**МАРТИНЕНКО Олена Володимирівна** – кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри хореографії Бердянського державного педагогічного університету, Заслужений працівник культури України.

*Наукові інтереси:* теорія та методика роботи

з хореографічним колективом, фахова підготовка студентів-хореографів у ВНЗ, теорія і практика балетмейстерської діяльності.

**INFORMATION ABOUT THE AUTHOR**

**MARTYNENKO Olena Volodymyrivna** – Candidate of Pedagogical Sciences, Docent, head of Choreography Department of Berdyansk State

Pedagogical University, Honored Worker of Culture of Ukraine.

*Circle of scientific interests:* Theory and Methods of working with choreographic collective, professional training of students-choreographers in higher education, theory and practice of ballet master activities.

*Дата надходження рукопису 22. 04. 2017 р.*

УДК 378:[37.011.3-051:78]

**МІЩАНЧУК Вікторія Миколаївна** –

кандидат педагогічних наук,  
завідувач кафедри музикознавства,  
інструментальної та хореографічної підготовки  
Криворізького державного педагогічного університету  
e-mail: victoriya.n.m@gmail.com

**КОМУНІКАТИВНО-КОМПЕТЕНТІСНИЙ КОМПОНЕНТ МУЗИЧНО-ВИКОНАВСЬКОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ МУЗИЧНОГО МИСТЕЦТВА З ВИКОРИСТАННЯМ СУГЕСТИВНИХ ТЕХНОЛОГІЙ**

**Постановка та обґрунтування актуальності проблеми.** Питання впровадження інновацій у фахову підготовку майбутніх учителів музичного мистецтва є особливо актуальними для музичної освіти України, важливою складовою якої виступає музично-виконавська підготовка. Вона вимагає від майбутнього фахівця володіння знаннями у сфері музичного мистецтва для проникнення у глибини музичних творів, розкриття змісту, створення неповторного образу композиції й відтворення його у живому звучанні, оволодіння музично-виконавськими вміння та навичками (вокальними, хоровими, інструментальними), інтерпретації музичних творів, уміння створювати атмосферу емпатійно-діалогового спілкування зі слухацькою аудиторією. Вирішення проблеми ефективності музично-виконавської підготовки ми вбачаємо у використанні сугестивних технологій, де вплив одного партнера на іншого відбувається за допомогою вербальних та невербальних стимулів, які сприятимуть розкриттю внутрішнього потенціалу особистості, налагодженню комунікативних зв'язків між учасниками творчого процесу та допоможуть реалізувати свої здібності та можливості у практичній діяльності.

Музично-виконавська підготовка майбутніх учителів музичного мистецтва з використанням сугестивних технологій розглядається нами як складне системне утворення, де важливе місце у її структурному складі відведено комунікативно-компетентісному

компоненту. Особливістю даного компоненту є володіння необхідною базою знань, умінь та навичок для побудови діалогового спілкування між учасниками навчально-виховного процесу, що передбачає обмін інформацією, її обговорення, висловлювання кожною особистістю власної думки, пошук цікавих ідей у створенні музичних образів. Важливим аспектом в організації творчої взаємодії виступає компетентність майбутніх учителів музики щодо використання вербальних, невербальних та музично-виконавських засобів впливу на особистість, адекватного оцінювання набутого мистецького досвіду, аналізування нестандартних ситуацій та вирішення творчих завдань. Саме компетентність майбутнього фахівця у сфері побудови комунікативних відносин зі своїми учнями забезпечує їхню ефективність та продуктивність.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У науковій літературі теоретичні та методичні проблеми музично-виконавської педагогіки обґрунтовані Л. Баренбоймом, Г. Коганом, Г. Нейгаузом, Г. Ципіним, О. Шульпяковим та ін.; питання пізнання та сприймання мистецьких явищ знайшли своє відображення у дослідженнях Б. Асаф'єва, Л. Мазеля, В. Медушевського, Е. Назайкінського, О. Рудницької, Б. Яворського та ін. Музично-виконавська підготовка майбутніх учителів музики у наукових працях розглядається в різних аспектах: інструментально-виконавська підготовка (Н. Гуральник, Л. Гусейнова, А. Душний,