

**Петрук О. М., к.пед.н., доцент** (Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка Степана Дем'янчука, м. Рівне)

## **ШЛЯХИ УДОСКОНАЛЕННЯ ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ВИХОВАТЕЛІВ ЗАКЛАДІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ**

**Анотація.** В статті розкрито поняття «валеологічна компетентність». Показано її важливість у системі підготовки майбутніх вихователів закладів дошкільної освіти. Визначено шляхи удосконалення валеологічної компетентності майбутніх вихователів. Обґрунтовано, що цілеспрямоване формування валеологічної компетентності майбутнього вихователя закладу вищої освіти до формування основ свідомого ставлення дітей до свого здоров'я. **Ключові слова:** валеологічна компетентність, здоровий спосіб життя, майбутні вихователі, інноваційні оздоровчі технології, заклади дошкільної освіти, здоров'язберігаючі технології.

**Аннотация.** В статье раскрыто понятие «валеологическая компетентность». Показана ее важность в системе подготовки будущих воспитателей учреждений дошкольного образования. Определены пути совершенствования валеологической компетентности будущих воспитателей. Обосновано, что целенаправленное формирование валеологической компетентности будущего воспитателя заведения дошкольного образования способствует развитию готовности выпускника учреждения высшего образования к формированию основ сознательного отношения детей к своему здоровью. **Ключевые слова:** валеологическая компетентность, здоровый образ жизни, будущие воспитатели, инновационные оздоровительные технологии, учреждения дошкольного образования, здоровьесберегающие технологии.

**Annotation.** This article deals with the concept «valeological competence». It is substantiated its importance in the system of the future educators of pre-school establishments training. The ways of the future educators of pre-school establishments valeological competence perfection are revealed. The opinion that the purposeful formation of the future educators of pre-school establishments valeological competence helps to development of high readiness of a graduate of a higher education institution to formation of the basis of the preschoolers conscious attitude towards own health.

**Key words:** valeological competence, healthy lifestyle, future educators, innovative health-improving technologies, institutions of preschool education, health-saving technologies.

**Формування культури** здорового способу життя, проголошене в Законі України «Про освіту», як один з пріоритетних напрямів дошкільної освіти [1]. Сучасна дошкільна педагогіка, у свою чергу, орієнтує вихователів на пошук та використання таких форм організації життєдіяльності дітей, засобів, методів, прийомів впливу на дошкільників, які допоможуть не просто надати дітям здоров'язберезувальну інформацію, а й навчити їх усвідомлено застосовувати її в повсякденному житті. Це ставить нові вимоги до вихователя закладу дошкільної освіти, здатного володіти валеологічною культурою, спрямованою на формування здоров'язберезувальної поведінки, ціннісного ставлення до сого здоров'я, валеологічної освіти та виховання дошкільників.

**Формуванню валеологічної** та здоров'язберезувальної компетентності присвятили свої докторські дисертації Т. Андрущенко, В. Бобрицька, Ю. Бойчук, С. Гаркуша, В. Дмитрук, Л. Дрожик, П. Джуринський, В. Єфімова, І. Шульга, Г. Мешко, М. Хорошуха та ін.

Окремі аспекти формування валеологічної компетентності майбутніх вихователів закладів дошкільної освіти у вищих навчальних закладах представлено у працях Н. Денисенко, Н. Левінець, В. Бутенко та ін.

Питання валеологічної підготовки майбутніх вихователів дошкільних закладів освіти представлено в дисертаційному дослідженні Т. Книш, майбутніх фахівців з фізичної реабілітації – О. Міхеєнка, майбутніх біологів – І. Поташнюк, майбутнього викладача вищого закладу освіти І-ІІ рівнів акредитації – Н. П'ясецької.

Сучасні дослідження, що розкривають окремі сторони збереження здоров'я молоді, висвітлено в дисертаційних дослідженнях В. Бобрицької, О. Марків (формування здорового способу життя у майбутніх учителів); Ю. Бойко (формування аксіологічних установок до здорового способу життя у студентів ЗВО); Л. Соколенко (формування культури здорового способу життя студентів ЗВО); Ю. Драгнева (формування культури здоров'я в умовах комп'ютеризації навчання) та ін.

Водночас, не зважаючи на значну кількість досліджень із цього питання, проблема валеологічної підготовки майбутніх вихователів закладів дошкільної освіти до формування і збереження здоров'я дітей знаходиться на достатньо низькому рівні. Це проявляється, насамперед, у низькій валеологічній культурі вихователів.

**Метою нашої статті** є розкриття шляхів удосконалення валеологічної компетентності майбутніх вихователів закладів дошкільної освіти.

**Професійна компетентність** виступає показником ефективності підготовки майбутнього педагога до професійної діяльності. В. Нестеренко розглядає професійно-валеологічну компетентність майбутнього вихователя як окрему складову його загальної професійної компетентності і визначає її таким чином: професійно-валеологічна компетентність – це складова загальної професійної компетентності педагога, яка конкретизує його

теоретичну і практичну підготовку до розв'язання питань, пов'язаних з вихованням у дошкільників навичок здорового способу життя [2, с. 8]. Також, В. Нестеренко до структурних компонентів професійно-валеологічної компетентності відносить: базу знань (когнітивний компонент) і систему дій, що забезпечують їх практичну реалізацію (операційний компонент).

Однак нині немає однозначного тлумачення поняття «валеологічна компетентність». В. Нестеренко та Л. Карпова вважають валеологічну компетентність одним з підвидів професійної компетентності вчителя [2; 3]. У дослідженнях О. Дворнікової, валеологічна компетентність розглядається як здатність володіти сумою валеологічних знань із науково обґрунтованими фактами; поняттями у галузі збереження здоров'я; наявністю практичних навичок і умінь здоров'язбереження; встановлювати зв'язки між валеологічними знаннями і практичними діями у професійній діяльності на основі сформованих ціннісних орієнтацій на підтримку і зміцнення здоров'я, як власного, так і здоров'я дітей [4, с. 11].

Водночас О. Бондаренко розглядає валеологічну компетентність педагога як складову життєвої компетентності, яка проявляється в знаннях, цінностях і мотивах, валеологічній позиції, діяльності щодо оздоровлення себе і своїх вихованців [5, с. 25].

На нашу думку, валеологічна компетентність є принципово важливою фаховою компетентністю у системі підготовки майбутніх вихователів дошкільних навчальних закладів. Вона забезпечує майбутнім педагогам успішну професійну діяльність, спрямовану на зміцнення та збереження здоров'я підростаючого покоління.

На основі викладеного вище та спираючись на новітні психолого-педагогічні досягнення, під поняттям «формування валеологічної компетентності майбутніх вихователів закладів дошкільної освіти» ми розуміємо цілеспрямований процес становлення позитивної мотиваційно-ціннісної спрямованості на здоровий спосіб життя, оволодіння студентами знаннями, вміннями організовувати здоров'язбережувальну діяльність, валеологічним досвідом, розвитку особистісних якостей, який здійснюється засобами оздоровчих методик та інноваційних оздоровчих технологій з урахуванням специфіки функціонування дошкільних установ.

Невід'ємною складовою загальною та професійною культури майбутнього вихователя є забезпечення здорового способу життя, збереження і зміцнення особистісного здоров'я студентів, а також їх готовності до забезпечення здорового способу життя дітей дошкільного віку.

Підготовка до здорового способу життя у людини може відбуватися двома шляхами. Перший шлях, найбільш типовий, проходить стихійно та неусвідомлено, через накопичення знань та віддзеркалення певних форм, норм поведінки і життєдіяльності, які стають цінними для особи. Саме тому особистість викладача слід розглядати як важливий взірць для студента. Пізніше вихователь стає взірцем для дитини. Другий шлях –

цілеспрямований та усвідомлений, здійснюється через створення людиною власної системи життєдіяльності, основу якої складає поважне ставлення до свого здоров'я. Цей шлях залежить від тієї роботи, що здійснюється у вищому навчальному закладі під керівництвом педагогів [6].

Готовність майбутнього педагога-дошкільника до забезпечення здорового способу життя дітей є важливою ланкою його теоретичної і практичної підготовки до професійної діяльності, пов'язаної з вихованням і навчанням дитини. В процесі дослідження ми переконалися, що одним із шляхів формування валеологічної компетентності є раціональне поєднання всіх сукупностей інтерактивних форм і методів навчання. Тому ми намагалися проводити із студентами нетрадиційні заняття з різних дисциплін, а особливо з таких, як «Теорія і методика фізичного виховання та валеологічної культури» та «Теорія і методика співпраці з родинами».

Інтерактивне навчання передбачає моделювання життєвих ситуацій за допомогою таких методів як ділова гра, метод рольових ігор, кейс-метод (метод випадків і ситуацій), ПОПС-формула, метод мозкового штурму, круглий стіл та інші. Ці методи орієнтовані на активізацію пізнавальної діяльності та реалізацію потреб студентів, тому особлива увага приділялася створенню атмосфери співробітництва, взаємодії, в якій учасники процесу більш мобільні, відкриті й активні. До прикладу досить цікавим було використання інтерактивних методів навчання на заняттях з курсу «Теорія та методика співпраці з родинами». На одному з лабораторних занять студенти підготували і провели батьківські збори з елементами практикуму в старшій групі «Здоров'я дитини – основа майбутнього».

Добре зарекомендував себе в роботі при підготовці фахівців дошкільної освіти і формуванню у них валеологічної компетентності інтерактивний метод «Мозковий штурм» (метод колективного обговорення та пошуку рішень). Цей метод дозволяє за відносно короткий час запропонувати значну кількість варіантів відповідей на запитання. Як приклад ми запропонували студентам тему: «Здоровий спосіб життя». Їм був даний час на обговорення і вільне висловлення своїх думок та ідей. Майбутні вихователі записували на аркуші паперу свої ідеї щодо розв'язання висунутої проблеми. Після цього ідеї були проаналізовані та розглянуті детальніше і відібрані ті, які на думку студентів вирішують поставлену проблему.

Слід відзначити, що під час проведення занять студенти були досить активними і швидко та якісно засвоювали матеріал. Цьому сприяло те, що студенти багато часу працювали самостійно. Їм пропонувалися такі теми і проблеми, які певним чином впливали на формування валеологічної компетентності. Матеріал, здобутий таким шляхом, студенти не тільки засвоювали, а й тривалий час його пам'ятали. Ми переконалися в тому, що рівень засвоєння інформації, здобутої шляхом мозкової атаки, значно вищий, ніж тоді, коли її подає викладач.

З метою активізації пізнавальної діяльності студентів під час проведення лекційних занять з курсу «Теорія та методика фізичного виховання та валеологічної освіти» були застосовані методи проблемного викладу лекцій, створення проблемних ситуацій, постановки питань дискусійного характеру з наступним обговоренням їх, включення в лекцію заздалегідь підготовлених виступів студентів. На початок кожної лекції з метою формування позитивної мотивації студентів до вивчення теоретичного матеріалу наголошувалося на практичному значенні отриманих знань. Необхідно зауважити, що курс лекцій був спрямований на логічне і послідовне оволодіння студентами системою необхідних знань. Адже кожна окрема лекція, вилучена з контексту лекційного циклу, не може забезпечити ефективного навчання й розвитку певних умінь.

Практичні заняття розпочиналися після того, як студенти засвоїли теоретичні знання з програми і мали загальні уявлення про педагогічну майстерність, професійно необхідні якості педагога, особливості професійної діяльності вихователя. Оволодіння професійними та валеологічними вміннями здійснювалося поступово. Спочатку студенти навчалися невимушено діяти в аудиторії, оволодівали технікою мовлення, виробляли чіткість дикції, правильне дихання, способи регуляції самопочуття тощо. Потім розглядався зміст спілкування, способи комунікативного впливу, прийоми встановлення контактів, а також відбувалося формування і розвиток елементів майстерності на занятті.

В процесі проведення практичних занять з метою розвитку у студентів певних знань, умінь та навичок здоров'язбережувального характеру використовувалися традиційні технології фізкультурно-оздоровчої роботи та інноваційні оздоровчі технології. Дієвими формами виявилися фізкультурні заняття (сюжетні, тренувального типу); загартування; фізкультурно-оздоровчі заходи; дні здоров'я; естафети та змагання; фізкультурні свята й розваги; ігри (рухливі, народні); туристичні походи, екскурсії, мандрівки; туристичні свята; оздоровчі технології (аромотерапія, фітотерапія, кольоротерапія, арт-терапія, музикотерапія, піскова терапія, фітбол-гімнастика, психо-гімнастика, звукова, імунна, дихальна гімнастика); масаж і самомасаж.

Для актуалізації опорних знань студентів на практичних заняттях застосовувалися методи фронтальної бесіди, письмового та усного опитування за відповідними запитаннями. Це дозволяло здійснювати поточний контроль засвоєння матеріалу кожної теми, а також коригувати, узагальнювати й систематизувати знання студентів.

Зверталася увагу студентів на те, що з великої кількості оздоровчих технологій потрібно використовувати лише ті, які дійсно будуть мати позитивний вплив на здоров'я дітей. А також обов'язково радитися з медичними працівниками, психологами, достеменно знати особливості впровадження різних технологій у практику оздоровчої роботи з дітьми. Тому завдання, які отримували студенти для самостійної та індивідуальної роботи сприяли розвитку їх валеологічної культури.

В процесі проведення лабораторних занять використовувалися різні види робіт, а саме: творча, активна робота студентів з понятійним апаратом; складання і розгадування тематичних кросвордів і ребусів; аналіз навчальних текстів і комунікативних ситуацій, а також анотованих наукових джерел, підручників і навчально-методичних посібників з методики співпраці з родинами; розробка пам'яток та консультацій для батьків; підготовка та проведення рольових та ділових ігор, тренінгових вправ та занять з фізичної культури.

Отже, навчальна дисципліна «Теорія і методика фізичного виховання та валеологічної освіти», на нашу думку, відіграє важливу роль у практичній підготовці майбутнього вихователя до професійної діяльності і є одним з можливих шляхів розвитку його валеологічної компетентності. Головна особливість і цінність цієї дисципліни полягає в тому, що вона дає можливість формувати основи свідомого ставлення до власного здоров'я, розв'язувати реальні або штучно сконструйовані педагогічні ситуації, вправляти педагогічне мислення, розвивати творчу уяву шляхом пошуку і знаходження нових оздоровчих технологій, формувати цінні якості майбутнього вихователя.

Формування валеологічної компетентності у процесі дотримання здорового способу життя та технологій його збереження спрямоване на зміцнення індивідуального здоров'я. Тому, студент повинен отримувати інформацію про зміцнення здоров'я з різних джерел: засобів масової інформації, розповідей, бесід тощо. З метою усвідомлення студентами значення здорового способу життя та закріплення позитивної мотивації у його дотриманні, нами організовувався перегляд художніх фільмів, тренінгів, підготовка виступів: «Ми обираємо здоровий спосіб життя», «Чому ми це робимо? Шкідливий вплив алкоголю на організм», «Як я активно проводжу вихідні?», «Що хотілося б отримати в процесі професійної підготовки і закладі вищої освіти?», обговорення ситуацій з життя студентів, написання міні – творів на тему «Як я дбаю про своє здоров'я».

Виступи студентів давали можливість проаналізувати не тільки розуміння поставленої проблеми, а й знаходити шляхи для її вирішення. Найбільш типовими були виступи, в яких студенти відзначали, що роблять ранкову гімнастику, загартовуються, раціонально харчуються тощо. Читаючи студентські твори про важливість здоров'я і обговорюючи їх, ми вкотре переконались в тому, що здоров'я – найголовніша цінність у житті людини. Адже коли людина береже своє здоров'я, то вона може цього навчити інших. Оскільки, сьогодні кількість захворювань на планеті зростає (хворіють не лише дорослі, а й діти), вимоги до валеологічної підготовки, до особистісних якостей, здатних забезпечувати успішність адаптації та можливість самореалізації людини у світі зростають. Особистісна якість – це ставлення, яке закріпилося і стало звичним, та визначає стійкість поведінки особистості в будь-яких умовах, що змінюються. Аналіз творів студентів дозволив зробити висновок про те, що найбільш важливими

вони вважають валеологічні знання, особисте ставлення до здоров'я, наявність певних здібностей та бажання самих вести здоровий спосіб життя.

**Отже, у процесі** формування валеологічної компетентності майбутнього вихователя закладу дошкільної освіти шляхами її удосконалення є комплекс активних методів навчання, що ґрунтуються на демократичному стилі взаємодії, ініціативі і творчості: діалогічно-дискусійні (бесіди, диспути, евристичні бесіди, проєктно-пошукова робота), ігрові (ділові, рольові, соціально-психологічні, комунікативні ігри), ситуаційного навчання (case-study), виконання професійно спрямованих вправ, тренінгів, які реалізовувалися під час проведення лекційних, практичних і лабораторних занять з дисциплін «Теорія і методика співпраці із родинами» та «Теорія і методика фізичного виховання та валеологічної освіти». Така робота сприяє свідомому оволодінню професією, підвищує інтерес до оздоровчих методик та технологій, активізує свідоме ставлення до свого здоров'я та здоров'я оточуючих, саморозвитку, самовдосконалення, розвиває комунікативність, творчість, виховує валеологічну культуру тощо. Аналіз результатів дослідження свідчить про те, що цілеспрямоване формування валеологічної компетентності майбутнього вихователя закладу дошкільної освіти сприяє високій готовності випускника вищого навчального закладу до формування основ свідомого ставлення до власного здоров'я у дошкільників.

Перспективним напрямом подальшої наукової розробки проблеми є формування готовності майбутніх вихователів до створення в закладах дошкільної освіти здоров'язберігаючого простору.

1. Закон України «Про освіту» / Законодавство про освіту. – Х. : ПП «ГВІНІ», 2005. – 240 с. 2. Нестеренко В. В. Підготовка майбутніх педагогів до виховання у дошкільників навичок здорового способу життя : автор. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : 13.00.04 «теорія і методика професійної освіти» / Нестеренко Вікторія Володимирівна. – Одеса, 2003. – 20 с. с. 3. Карпова Л. Г. Формування професійної компетентності вчителя загальноосвітньої школи : автореф. дис. на здобуття ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / Л. Г. Карпова. – Харків, 2004. – 20 с. 4. Дворникова О. Б. Формирование валеологической компетентности у студентов педагогического колледжа в процессе предметной подготовки: автореф. дисс. канд. пед. наук : 13.00.08 / Дворникова Ольга Борисовна: Урал. гос. пед. ун-т. – Екатеринбург, 2005. – 179 с. 5. Бондаренко О. М. Використання інтерактивних методів навчання при формуванні валеологічної компетентності студентів педагогічних університетів [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://science.kpnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/13/2014/06/> 6. Формування готовності майбутнього вихователя до створення здоров'язберігаючого середовища та забезпечення здорового способу життя дітей дошкільного віку : навч. посіб. для слухачів курсів підвищення кваліфікації / О. Яременко, О. Вакулєнко, Л. Жаліло, Н. Комарова та ін. – К. : Український ін-т соціальних досліджень, 2000. – 232 с. [Електронний ресурс]. – Режим доступу : [https://studopedia.su/6\\_3128](https://studopedia.su/6_3128).

Рецензент: д.пед.н., професор Поташнюк І. В.