



POLISH SCIENCE JOURNAL

INTERNATIONAL SCIENCE JOURNAL

Issue 10(31)



POLISH SCIENCE JOURNAL

ISSUE 10 (31)

INTERNATIONAL SCIENCE JOURNAL

WARSAW, POLAND
Wydawnictwo Naukowe "iScience"
2020

ISBN 978-83-949403-4-8

POLISH SCIENCE JOURNAL (ISSUE 10(31), 2020) - Warsaw: Sp. z o. o. "iScience", 2020. - 89 p.

Editorial board:

Bakhtiyor Amonov, Doctor of Political Sciences, Associate Professor of Tashkent University of Information Technologies

Bugajewski K. A., doktor nauk medycznych, profesor nadzwyczajny

Czarnomorski Państwowy Uniwersytet imienia Piotra Mohyły

Temirbek Ametov, PhD

Marina Berdina, PhD

Hurshida Ustadjalilova, PhD

Dilnoza Kamalova, PhD (arch) Associate Professor, Samarkand State Institute of Architecture and Civil Engineering

Oleh Vodiani, PhD

Languages of publication: українська, русский, english, polski, беларуская, казакша, o'zbek, limba română, кыргыз тили, ჯუჯრტუ

Science journal are recommended for scientists and teachers in higher education establishments. They can be used in education, including the process of post-graduate teaching, preparation for obtain bachelors' and masters' degrees.

The review of all articles was accomplished by experts, materials are according to authors copyright. The authors are responsible for content, researches results and errors.

ISBN 978-83-949403-4-8

© Sp. z o. o. "iScience", 2020

© Authors, 2020

TABLE OF CONTENTS

SECTION: BIOLOGY SCIENCE

- AL-Zuweid Ahmed Riyadh Younis (Grodno, Belarus)**
 CHANGES IN THE LEVEL OF SOME TRACE ELEMENTS
 IN BLOOD SERUM OF PATIENTS WITH TYPE II DIABETES..... 5

SECTION: MEDICAL SCIENCE

- Alomer Rawad Ali Jebur, Glazev Anton Anatolevich (Grodno, Belarus)**
 THE EFFECT OF EXPERIMENTALLY INDUCED INSULIN RESISTANCE
 ON THE LEPTIN RESPONSE..... 11
- Bugajewski K. A. (Mykołajw, Ukraina)**
 OREŚLANIE SZCZEGÓLNOŚCI LICZBY WARTOŚCI INDEKSÓW
 MORFOFUNKCJONALNYCH I SOMATOTYPÓW PŁCIOWYCH U
 SPORTSMENEK W WIEKU MŁODZIEŻOWYM UPRAWIAJĄCYCH
 RZUT DYSKIEM..... 14
- Shanshool Mustafa Tareq (Grodno, Belarus),
 Dhurgham Fahad Ftak Al Ghuraibawi,
 Anwar Mohamed Rasheed (Baghdad, Iraq)**
 THE LEVEL OF LACTATE DEHYDROGENASE AND FERRITIN
 IN THE BLOOD OF COVID-19 PATIENTS COMPARED
 TO HEALTHY PEOPLE IN IRAQ..... 19
- Алдабергенова Тауржан Калибековна, Адильбеков Абилькасым,
 Айтжанова Асель Жанбулатовна (Нур-Султан, Казахстан)**
 ОККЛЮЗИОННЫЕ ШИНЫ: РОЛЬ И ЗНАЧЕНИЕ В КОМПЛЕКСНОЙ
 ТЕРАПИИ ДИСФУНКЦИИ ВИСОЧНО-НИЖНЕЧЕЛЮСТНОГО
 СУСТАВА..... 25
- Жилкибаева Жанна Бопановна, Алимжанов Советбек
 Жайырбаевич, Койшыманов Адилбек Бейсенович
 (Нур-Султан, Казахстан)**
 СОВРЕМЕННАЯ МЕТОДИКА ОФОРМЛЕНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ
 ЛОЖКИ ИЗ ВИНИЛПОЛИСИЛОКСАНОВОГО МАТЕРИАЛА С
 ПОМОЩЬЮ ФОНЕТИЧЕСКИХ ПРОБ ПРИ ПОЛНОМ ОТСУТСТВИИ
 ЗУБОВ..... 30
- Калиева Диана Сериковна, Сарсенбаева Феруза Султанбековна,
 Доскеева Алия Сабыржановна,
 Хусаинова Малика Булатовна (Нур-Султан, Казахстан)**
 МИНИМАЛЬНО ИНВАЗИВНЫЙ МЕТОД ЛЕЧЕНИЯ КАРИЕСА
 ПОСТОЯННЫХ ЗУБОВ У ДЕТЕЙ..... 35

SECTION: PEDAGOGY

- Makhmudova Malokhat Akhmatovna,
 Nasirova Shaira Narmuradovna,
 Salomov Ulmasjon Asror Ugli (Navoi, Uzbekistan)**
 CONCEPTUAL BASIS OF DISTANCE LEARNING ORGANIZATION..... 41
- Кожаметов Николай Серикович (Павлодар, Қазақстан)**
 БАЛАЛАРДЫ ҚОЛДАУ ОРТАЛЫҒЫНДАҒЫ «ОТБАСЫНА
 ОРАЛУ» ЖОБАСЫ..... 45

| | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Мамиченко С. А. (Луганськ, Україна) ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА ВИКОРИСТАННЯ МОДУЛЬНО-РЕЙТИНГОВОЇ ТЕХНОЛОГІЇ У ПРОЦЕСІ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ КОНКУРЕНТНИХ ВІДНОСИН У МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З БІЗНЕС-АДМІНІСТРУВАННЯ..... | 51 |
| Мешко Г. М., Мешко О. І., Трубавіна І. М. (Харків, Україна) СУЧАСНІ ТЕХНОЛОГІЇ ЗБЕРЕЖЕННЯ І ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ..... | 59 |

SECTION: SCIENCE OF LAW

| | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Гаврилюк Л. В., Буличев А. О., Буличева Н. А. (Київ, Україна) ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОДІЇ СЛІДЧОГО З ПРАЦІВНИКАМИ ІНШИХ ПІДРОЗДІЛІВ ПОЛІЦІЇ..... | 67 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|

SECTION: TECHNICAL SCIENCE. TRANSPORT

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Акобян Давид Геворгович, Хачатрян Ваге Генрикович, Саргсян Спартак Оганнесович (Ереван, Армения) РАЗНОВИДНОСТИ ВЕНТИЛЯЦИОННЫХ СИСТЕМ..... | 73 |
| Мовсисян Карен Ашотович, Азоян Марат Суренович, Манукян Тигран Давидович (Ереван, Армения) ПРИЧИНЫ РАЗРУШЕНИЕ ОЗОНОВОГО СЛОЯ..... | 78 |
| Саргсян Спартак Оганнесович, Мовсисян Карен Ашотович, Манукян Тигран Давидович (Ереван, Армения) ЗДАНИЯ ПОЧТЫ НУЛЕВЫМ ЭНЕРГОПОТРЕБЛЕНИЕМ..... | 83 |

Мешко Г. М., Мешко О. І.
Тернопільський національний педагогічний університет імені В. Гнатюка,
Трубавіна І. М.
Національна академія Національної гвардії України
(Харків, Україна)

СУЧАСНІ ТЕХНОЛОГІЇ ЗБЕРЕЖЕННЯ І ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ

Стаття присвячена дослідженню сучасних технологій збереження і зміцнення здоров'я студентів-майбутніх учителів. Представлено результати експрес-опитування студентів щодо загального стану їх здоров'я. На основі аналізу психологічної та педагогічної літератури з'ясовано сутність та види здоров'язбережувальних технологій. Визначено аспекти реалізації запропонованої інтегративної технології збереження і зміцнення здоров'я майбутніх учителів, яка має психолого-акмеологічний характер: Описано особливості використання акмеологічних технологій навчання та психоконсультування, технологій ігromodelювання, технологій розвитку аутопсихологічної компетентності, що спрямовуються на розвиток суб'єктності майбутнього вчителя, підвищення рівня їх стресостійкості, формування саногенного мислення і використовуються у процесі вивчення психолого-педагогічних дисциплін, а також в діяльності групи психолого-педагогічного тренінгу. Схарактеризовано методи цілеспрямованого психологічного впливу на мотиваційну сферу особистості студента, що дають змогу керувати його здоров'язбережувальною діяльністю. Визначено необхідність розроблення теоретичних і практичних засад створення здоров'язбережувальної педагогічної системи закладу вищої освіти, яка має охоплювати моніторинг стану здоров'я студентів-майбутніх учителів, медичну профілактику, психологічний супровід, профілактичні та оздоровчі заходи, використання сучасних технологій формування конструктивних копінг-стратегій майбутніх учителів, підвищення рівня їх стресостійкості.

Ключові слова: здоров'я студентів, майбутні вчителі, професійне здоров'я, здоров'язбережувальні технології, акмеологічні технології, здоров'язбережувальне освітнє середовище, заклад вищої освіти.

Потреба у здоров'ї є основоположною в системі життєвих і професійних цінностей кожної людини, без задоволення якої не можлива самоактуалізація особистості. Тому сьогодні одним з індикаторів якості освіти є показники здоров'я і способу життя тих, хто навчається, оскільки за відсутності здоров'я знання, вміння і навички, компетентності, набуті у закладі освіти, втрачають будь-яку цінність для нинішньої життєдіяльності і для майбутньої професійної діяльності фахівця. Найбільш показовим і значущим критерієм якості здоров'яформувальної педагогічної освіти є стан здоров'я студентів-майбутніх учителів.

Як справедливо зауважує С. Максименко, на сучасну молодь впливають чинники, дія яких раніше була значно меншою. Це стосується зниження фізичного і підвищення нервово-психологічного навантаження, інформаційного

перевантаження, стрімкого поширення серед молоді шкідливих звичок [Максименко. с. 73]. Ситуація є загрозливою через постійний ріст депресивних розладів, тривожності та астенії. Переважна більшість молодих людей відзначається низьким рівнем психологічного здоров'я, що зумовлює виникнення поведінкових порушень афективно-емотивного, психоастенічного, психопатичного, шизоїдного та іпохондрично-депресивного типів [Максименко, с. 74].

Ситуація погіршується в умовах карантину, спричиненого коронавірусною інфекцією, коли кожен викладач організовує процес навчання з використанням засобів інформаційно-комунікаційних технологій на свій розсуд, вибираючи найзручніші для нього і не погоджені з іншими колегами заходи щодо забезпечення здоров'я студентів. Немає чітко визначених меж єдиної вивіреної й апробованої системи здоров'язбережувального освітнього середовища, де дотримуються ергономічних, санітарних і психолого-педагогічних норм роботи з комп'ютерною технікою, що є однією з основних умов здоров'язбережувальної діяльності.

Дослідження учених (В. Бобрицька, Я. Герчак, Г. Грیشина, Н. Рибачук, І. Яковлева та ін.) свідчать, що за період навчання у закладі вищої освіти здоров'я студентів погіршується, зростає кількість студентів з психосоматичними порушеннями і хронічними захворюваннями. Неблагополуччя у сфері здоров'я майбутніх учителів засвідчили і результати проведеного нами експрес-опитування [МЕШКО монографія]: загалом лише кожен четвертий оцінює стан свого здоров'я як добрий, вважає себе відносно здоровим; 23% опитаних мають хронічні захворювання; 52% – часто хворіють. Абсолютно здорових студентів серед числа опитаних не виявилось. Майбутні вчителі, відповідаючи на питання «Як Ви ставитеся до свого здоров'я?», вибирають варіант відповіді «моє здоров'я мене хвилює від випадку до випадку (хвороба, медична комісія тощо)» – 48% опитаних, «байдуже» – 26% студентів, у більшості випадків (63,7%) називають спосіб свого життя здоровим, не вживають ніяких ефективних заходів для покращення психологічного самопочуття, зняття емоційної напруженості.

Все вище зазначене свідчить про необхідність розроблення й активного впровадження у діяльність закладів вищої освіти здоров'язбережувальних технологій, формування здоров'язбережувального освітнього середовища. Освітнє середовище є здоров'язбережувальним, якщо поняття здоров'я виступає в ньому системоутворювальною цінністю і критерієм ефективності освіти, якщо його психологічною основою є: формування орієнтованої на здоров'я структури життєвих цінностей, де вищі щаблі в ієрархії життєвих і професійних цінностей займає здоров'я; організація комфортної взаємодії суб'єктів освітнього процесу та їх діяльності; забезпечення адаптивності, психологічної стійкості і психологічної грамотності учасників освітнього процесу; використання розвивального предметного середовища [Кузнецова, с. 8-9].

Мета статті полягає у з'ясуванні сутності і видів здоров'язбережувальних технологій та описі досвіду їх застосування у практиці підготовки майбутніх учителів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. В освітній практиці поняття

«педагогічна технологія» використовується на трьох взаємопов'язаних ієрархічних рівнях: загальнопедагогічному (технологія синонімічна педагогічній системі, охоплює сукупність цілей, змісту, засобів і методів навчання, алгоритм діяльності суб'єктів та об'єктів процесу), частково методичному (технологія розуміється як сукупність методів і засобів для реалізації певного змісту навчання і виховання в рамках одного предмета, класу, майстерні вчителя); локальному чи модульному (технологія як вирішення окремих дидактичних і виховних завдань) [Селевко]. У дослідженні ми дотримуємося трактування технології як цілісного процесу організації діяльності викладачів і студентів, спрямованого на вирішення освітніх завдань. Незважаючи на різні підходи щодо розуміння сутності і змісту педагогічних технологій, учені єдині в тому, що технологія створює оптимальні умови для вирішення практичних завдань.

Аналіз наукової літератури дав змогу виокремити такі групи технологій, спрямованих на супровід особистісно-професійного зростання і саморозвиток фахівців:

– педагогічні технології, орієнтовані на самопізнання і саморозвиток в умовах освітнього процесу (технологія саморозвитку Л. Макарової, І. Шаршової та інші);

– акмеологічні технології, спрямовані на особистісне і професійне зростання людини в зрілому віці (технології ігromodelювання О. Анісімова, ресурсозбереження О. Жданова, оптимізації емоційної стійкості М. Секач, розвитку аутопсихологічної компетентності Л. Степанової, психоконсультації Г. Марасанова та інші);

– психологічні технології, орієнтовані на актуалізацію і супровід професійного розвитку і саморозвитку на різних стадіях професіоналізації (модель конструктивної зміни поведінки, розроблена Л. Мітіною, психологічного супроводу і підтримання професійного розвитку Н. Глуханюк, технології актуалізації рефлексивної позиції С. Мінюрової та інші).

У контексті нашого дослідження важливим є поняття «здоров'язбережувальна технологія», що охоплює всі напрями діяльності закладу вищої освіти щодо збереження, зміцнення і формування здоров'я студентів. Варто зауважити, що у науковій літературі це поняття використовується як синонім до процесу формування культури здоров'я, здорового способу життя, як фізкультурно-оздоровчі, санітарно-гігієнічні чи медичні заходи.

Учені Н. Онищенко та О. Лиховид поняття «здоров'язбережувальні технології» трактують як оптимальне поєднання традиційних технологій навчання із сукупністю методів, засобів і форм організації навчально-виховної роботи, завдяки застосуванню яких створюються умови для формування, збереження та зміцнення здоров'я суб'єктів освітнього процесу [Онищенко, Лиховид, с. 124].

Існують різні підходи до класифікації здоров'язбережувальних технологій. У дисертаційному дослідженні Ю. Палічука здоров'язбережувальні технології класифікуються на вузькоспеціалізовані і комплексні. До вузькоспеціалізованих належать такі здоров'язбережувальні технології: медичні (технології профілактики захворювань, корекції і реабілітації соматичного здоров'я, санітарно-гігієнічної діяльності); освітні (сприяють

збереженню здоров'я в процесі навчання і виховання); соціальні (технології організації здорового способу життя, профілактики і корекції девіантної поведінки); психологічні (технології профілактики і психокорекції психічних відхилень особистісного та інтелектуального розвитку), до комплексних – технології комплексних профілактичних захворювань, корекції та реабілітації здоров'я (фізкультурно-оздоровчі і валеологічні); педагогічні технології, що сприяють збереженню і зміцненню здоров'я; технології, що формують здоровий спосіб життя [Палічук, с. 8-9]. Нез'ясованими є відмінності між освітніми і педагогічними технологіями, незрозумілим є співвідношення педагогічних технологій і технологій, що формують здоровий спосіб життя.

На нашу думку, кожна педагогічна технологія повинна бути здоров'язбережувальною, тобто передбачати:

- раціональну організацію освітнього процесу відповідно до вікових, індивідуальних, статевих особливостей, гігієнічних норм;
- адекватність методик навчання;
- створення психологічно безпечного освітнього середовища, сприятливих умов для збереження здоров'я суб'єктів освітнього процесу.

Нам імпонує підхід О. Ващенко і Г. Свириденко [Ващенко, с. 1-6], які на основі наявних здоров'язбережувальних технологій виокремлюють такі типи технологій:

– здоров'язбережувальні – технології, що створюють безпечні умови для перебування, навчання та праці в школі, і ті, що вирішують завдання раціональної організації виховного процесу (з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних та фізичного навантажень можливостям учнів);

– оздоровчі – технології, спрямовані на зміцнення здоров'я, підвищення потенціалу (ресурсів) здоров'я (фізична підготовка, фізіотерапія, ароматерапія, загартування, гімнастика, масаж, фітотерапія, музична терапія);

– технології навчання здоров'ю – гігієнічне навчання, формування життєвих навичок (керування емоціями, вирішення конфліктів тощо), профілактика травматизму та зловживання психоактивними речовинами, статеve виховання;

– виховання культури здоров'я – виховання в учнів особистісних якостей, які сприяють збереженню та зміцненню здоров'я, формуванню уявлень про здоров'я як цінність, посиленню мотивації на ведення здорового способу життя, підвищенню відповідальності за особисте здоров'я, здоров'я родини.

І. Волкова [Волкова] стверджує, що упровадження здоров'язбережувальних освітніх технологій пов'язане з використанням медичних (медико-гігієнічних, фізкультурно-оздоровчих, лікувально-оздоровчих), соціально-адаптованих, екологічних здоров'язбережувальних технологій та технологій безпеки життєдіяльності.

Виклад основного матеріалу. Для нашого дослідження, що зосереджує увагу на збереженні і зміцненні психічного здоров'я студентів, особливий інтерес представляють акмеологічні технології. Для цих технологій характерною є, насамперед, гуманістична спрямованість, адже вони орієнтовані на допомогу в здійсненні прогресивного розвитку особистості, в той час, коли чимало психологічних впливів є за своєю сутністю маніпулятивними.

Головним методом акмеологічних технологій є внутрішній або внутрішньо здійснюваний акмеологічний вплив [Гладкова, с. 247].

Головною метою акмеологічного впливу є стимулювання розвитку властивостей суб'єктності, коли об'єкт впливу стає більш активним, відповідальним за себе, свої дії та вчинки, стан здоров'я. Основне завдання акмеологічних технологій – сформувати і закріпити у свідомості майбутнього вчителя необхідність у самопізнанні, саморозвитку і самореалізації, що дають змогу за допомогою спеціальних прийомів і технік самоактуалізувати особистісне і професійне «Я». Через самооцінку, програмування, саморегуляцію, самоутвердження реалізуються внутрішні і зовнішні модальності «Я-концепції» [Гладкова, с. 284].

Актуальною у контексті нашого дослідження є технологія конструктивної зміни поведінки [Митина], яка передбачає послідовне перетворення мотиваційної, інтелектуальної, афективної і поведінкових структур особистості, в результаті чого зовнішня детермінація життєдіяльності людини змінюється на внутрішню. Використання цієї технології сприяє формуванню стресостійкості, стимулює до прояву творчої активності, в якій прагнення до самозмін є одним з важливих елементів саморозвитку. Ця технологія зосереджує увагу на усвідомленні майбутнім учителем самого себе, своїх ціннісних орієнтацій та професійного саморозвитку.

Педагогічна технологія, яку ми використовуємо для збереження і зміцнення здоров'я майбутніх учителів та у процесі підготовки до збереження і зміцнення професійного здоров'я, є інтегративною, має психолого-акмеологічний характер, тому що спрямована на: самопізнання і саморозвиток особистості студента в умовах освітнього процесу; актуалізацію і супровід особистісно-професійного зростання і саморозвитку майбутніх учителів; актуалізацію і перетворення їх внутрішнього світу; стимулювання у досягненні «акме» на етапі професійної підготовки, прагнення до самоактуалізації; виховання ціннісного і відповідального ставлення до професійного здоров'я; підвищення адаптаційних можливостей і рівня стресостійкості; формування саногенного мислення.

Аспектами реалізації запропонованої інтегративної технології є: акмеологічні технології навчання та психоконсультації, технології ігromodelювання, технології розвитку аутопсихологічної компетентності, а також «тонкі» методи цілеспрямованого психологічного впливу на мотиваційну сферу особистості [Акмеология], що дають змогу керувати здоров'ятворчою діяльністю майбутніх учителів.

Для зміни мотиваційної сфери особистості майбутніх учителів в координатах здоров'ятворчої діяльності, формування ціннісного і відповідального ставлення до професійного здоров'я ми використовуємо такі методи акмеологічного впливу, як метод «зміцнення домінувальних мотивів», метод «дискредитації», метод «смилоутворення», метод «конверсії», метод «породження мотивів», яких раніше не було в мотиваційній ієрархії студентів. Ці методи впливу запозичені нами з акмеології [Акмеология; Гладкова].

Метод «зміцнення домінувальних мотивів» полягає у тому, що у процесі взаємодії викладач стимулює домінувальні в мотиваційній ієрархії студента мотиви, використовуючи формулювання: «Це дуже важливо для досягнення

професійного довголіття!», «Це потрібно для збереження «професійної форми!», «Це правильно!», «Ви на правильному шляху». Реалізація цього методу ефективна за умови високого авторитету викладача в очах майбутніх учителів.

Використання методу «дискредитації» передбачало послаблення чи повне знищення тих домінуючих мотивів діяльності в ієрархії мотивів майбутніх учителів, які негативно впливають на мотивацію здоров'язбережувальної діяльності (через аргументацію, переконання, використання формулювань: «Це не те, до чого потрібно прагнути у здоров'ятворчій діяльності», «Це неправильний шлях виходу зі стресу», «Це не те, чим варто керуватися у розумному способі життя» і т.п.).

Логічним продовженням попереднього методу є метод «смыслеутворення», який ґрунтується на тому, що у процесі взаємодії зі студентами ми розвиваємо до рівня домінуючих ті мотиви, які до цього часу займали другорядне значення в мотиваційній ієрархії майбутнього вчителя (досягнення емоційного благополуччя, попередження емоційного вигорання, підвищення рівня стресостійкості, саногенне мислення).

Представлені методи ми використовуємо під час аналізу професійних ситуацій, розв'язуванні педагогічних задач, ігromodelюванні, мікрвикладанні.

Метод «конверсії» спрямовується на докорінну реорганізацію ієрархії мотивів діяльності майбутніх учителів. Для здійснення конверсійних впливів треба спочатку дисбалансувати звичну для студента структуру поля його внутрішніх значень, порушити систему зв'язку між елементами його психологічного простору, а вже потім вводити нову, потрібно для студента інформацію, а далі знову стабілізувати, інтегрувати цей простір на іншій семантичній і ціннісній основі [Гладкова]. Цей метод ми використовуємо під час проведення психолого-педагогічного тренінгу. Його реалізації сприяють дискусії, рольові ігри, психодрама, використання притч, аналіз психомалюнків.

Ці «тонкі» методи цілеспрямованого психологічного впливу на мотиваційну сферу особистості, що дають змогу керувати здоров'ятворчою поведінкою і діяльністю майбутніх учителів в професійних цілях. До методів психологічного тиску чи примусу ми не вдаємося, а переслідуюмо мету забезпечення позитивної мотивації студентів на здійснення діяльності зі збереження і зміцнення власного здоров'я. Для нас важливо, щоб майбутні вчителі організували свою життєдіяльність на основі свідомої, вмотивованої реалізації принципів і цінностей розумного способу життя.

Акмеологічні технології навчання передбачають створення сприятливих психофізіологічних умов для якомога повнішої реалізації в освітньому процесі внутрішнього потенціалу студента. Для того, щоб подолати наслідки стресів, що виникають на заняттях внаслідок інформаційних перевантажень, для долання психологічних інформаційних бар'єрів ми використовуємо одночасне поєднання інформаційного «перевантаження» з психологічною компенсацією в ігрових формах. Такий підхід реалізується «для внутрішнього розкріпачення, долання психологічних бар'єрів» [Деркач]. Система навчання в рамках акмеологічних технологій являє собою поетапне сходження за рівнями засвоєння: впізнання → відтворення → застосування → творчість [Гладкова, с. 251]. Такий підхід створює основу для розвитку саногенного і творчого

потенціалу майбутніх учителів. Варто зауважити, що при цьому важливе значення має і наявність рис саногенного мислення у викладача, який працює зі студентами.

Акмеологічні технології розвитку аутопсихологічної компетентності передбачають цілеспрямований вплив на формування готовності і здатності майбутніх учителів до спеціальної роботи щодо зміни своїх особистісних рис та поведінкових характеристик, розвиток їх саногенного потенціалу. При формуванні аутопсихологічної компетентності ми зосереджуємо увагу на пізнанні студентами сильних та слабких сторін власної особистості, формування суб'єкта самоперетворювальної діяльності, який володітиме технологією саморозвитку, вмітиме визначити оптимальну стратегію здоров'язбереження. Реалізації зазначеного завдання сприяють: курси «Вступ до педагогічної професії» (особливо тема «Професійне самовиховання майбутнього педагога»), загальної психології (складання психологічної карти самопізнання особистості, програми саморозвитку особистості), педагогічної психології (тема «Психологія особистості та діяльності вчителя»), «Освітні технології» (ознайомлення з технологією успішної діяльності, технологією саморозвитку), розроблені нами курс «Професійне здоров'я педагога» [Монографія Мешко] та психолого-педагогічний тренінг [Мешко, стаття Кривий Ріг].

Акмеологічні технології ігromodelювання ми використовуємо як у процесі вивчення психологічних та педагогічних дисциплін, так і в діяльності групи психолого-педагогічного тренінгу.

Висновки. Отже, формування здоров'язбережувального освітнього середовища повинно стати пріоритетним напрямком роботи закладу вищої освіти. Навчання, яке не шкодить здоров'ю студентів, а сприяє його збереженню і зміцненню, має стати основною ланкою системи професійної підготовки майбутніх фахівців у закладі вищої освіти.

Діяльність зі збереження здоров'я студентів у закладі вищої освіти повинна передбачати такі напрями: 1) гігієнічні заходи з оптимізації режиму робочого дня студентів, їхнього харчування, забезпечення оптимальної рухової активності; 2) упровадження в освітній процес валеологічних технологій педагогічної взаємодії; 3) вибір освітніх технологій, які враховують психологічні особливості студентського віку, усувають перевантаження, в т.ч. й інформаційні, та зберігають здоров'я студентів; 4) створення у вищій психологічно безпечної та комфортної освітнього середовища, в якому більшість суб'єктів освітнього процесу мають позитивне до нього ставлення, високі показники індексу задоволеності потреб і захищеності від психологічного насилля; 6) цілеспрямоване формування культури професійного здоров'я студентів через упровадження курсів «Професійне здоров'я фахівця». «Попередження професійного вигорання» тощо; 5) навчання здоровому (розумному) способу життя, формування культури здоров'я студентів через проведення психолого-педагогічних тренінгів, антистрес-тренінгів, розроблення навчальних програм із самоменеджменту, тайм-менеджменту, екології особистості тощо; 7) постійний моніторинг стану здоров'я студентів.

Визначені завдання потребують окреслення технологічних кроків з

організації здоров'язбережувального супроводу освітнього процесу, створення системи здоров'язбережувальної педагогічної системи закладу вищої освіти.

Тому предметом наших подальших наукових розвідок буде дослідження теоретичних і практичних аспектів створення здоров'язбережувальної педагогічної системи закладу вищої освіти, яка має охоплювати постійний моніторинг стану здоров'я студентів-майбутніх учителів, медичну профілактику, психологічний супровід, профілактичні та оздоровчі заходи, використання сучасних технологій формування конструктивних копінг-стратегій майбутніх учителів, підвищення рівня їх стресостійкості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ:

1. Акмеология: учебник / под общ. ред. А.А. Деркача. М.: Изд-во РАГС, 2002. 681 с.
2. Ващенко О., Свириденко С. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі. Здоров'я та фізична культура. 2006. № 8. С. 1-6.
3. Волкова І. В. Поняття «здоров'язберігаючі технології» та їх класифікації [електронний ресурс]. Режим доступу: http://edu-postdiploma.kharkov.ua/index.php?option=com_content&task=view&id=712. Заголовок з екрана.
4. Гладкова В. М., Пожарський С. Д. Основи акмеології: підручник. Л.: Новий Світ, 2000, 2007. 320 с.
5. Кузнецова И. В., Чепурных Е. Е., Обижесвет В. П, и др. «Школа здоровья»: внедрение проекта в учреждениях образования: коллективная монография. М.: МТО-ХОЛДИНГ, 2001. 176 с.
6. Максименко С. Д. Психологічні засади пропагування психогігієнічного виховання і здорового способу життя молоді. Практична психологія та соціальна робота. 2008. № 6. С. 72-74.
7. Мешко Г. М. Теорія і практика підготовки майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я: монографія. Тернопіль: ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2018. 438 с.
8. Halyna Meshko, Oleksandr Meshko, Nadia Drobyk, and Oleksander Mikheienko Psycho-pedagogical training as a mean of forming the occupational stress resistance of future teachers // The International Conference on Sustainable Futures: Environmental, Technological, Social and Economic Matters (ICSF 2020). Kryvyi Rih, Ukraine, May 20-22, 2020. E3S Web of Conferences. Volume 166, 10023 (2020). doi: <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202016610023>
9. Митина Л. М. Профессиональное здоровье учителя: стратегия, концепция, технология. Народное образование. 1998. № 9-10. С. 166-172.
10. Онищенко Н. П., Лиховид О. Р. Здоров'язбережувальні технології у системі підготовки майбутніх учителів до інноваційної діяльності. Молодий вчений. 2016. № 9.1 (36.1). С. 122-126.
11. Палічук Ю. І. Педагогічні здоров'язбережувальні технології в системі підготовки фахівців економічного профілю: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04; ТНПУ ім. В. Гнатюка. Тернопіль, 2011. 22 с.
12. Селевко Г. К. Современные образовательные технологии. М.: Народное образование, 1998. 256 с.

POLISH SCIENCE JOURNAL

Executive Editor-in-Chief: PhD Oleh M. Vodiany

ISSUE 10(31)

Founder: "iScience" Sp. z o. o.,
NIP 5272815428

Subscribe to print 28/10/2020. Format 60×90/16.
Edition of 100 copies.

Printed by "iScience" Sp. z o. o.
Warsaw, Poland

08-444, str. Grzybowska, 87
info@sciencecentrum.pl, <https://sciencecentrum.pl>



ISBN 978-83-949403-3-1



9 788394 940331