

*Дисципліна «ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В ОСВІТІ»*

# **ТЕМА 8. Здоров'язберігаючі технології**

▣ д.пед.н., проф. Л.В. Штефан



# ПЛАН ЛЕКЦІЇ

1. **Здоров'я суб'єктів педагогічного процесу як одна з актуальних проблем сучасної освіти**
2. **Здоров'язберігаючі технології в освітянській практиці**



**1. Здоров'я суб'єктів  
педагогічного процесу як  
одна з актуальних  
проблем сучасної освіти**



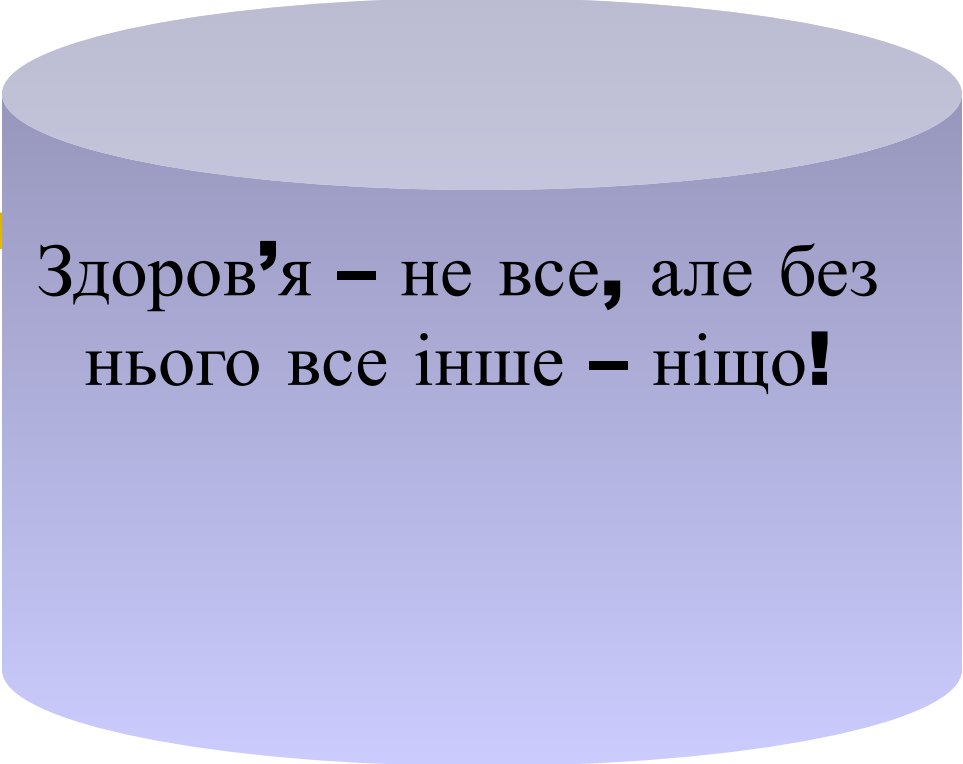
□ Вступаючи у нове тисячоліття, сучасна освіта почала свій розвиток на якісно новому рівні. Розглядаючи особистість як найвищу цінність, вона сконцентрувала увагу на головній вітальній цінності – здоров'ї як того, хто навчає, так і того, хто навчається.

□ Приводом до цього став комплекс причин, серед яких, у першу чергу, виступає різке зниження здоров'я суб'єктів освітнього процесу.





**Сократ**



Здоров'я – не все, але без  
нього все інше – ніщо!



**Здоров'я - стан повного  
фізичного, духовного і  
соціального благополуччя, а не  
тільки як відсутність хвороб і**

**фе**

*Статут Всесвітньої організації  
охорони здоров'я*



# ВИДИ ЗДОРОВ'Я

Вид здоров'я	Суть виду
Соматичне здоров'я	поточний стан органів і систем організму людини, основу якого складає біологічна програма індивідуального розвитку
Фізичне здоров'я	рівень зростання та розвитку органів і систем організму
Психічне здоров'я	стан психічної сфери, основу якого складає духовний комфорт, що забезпечує адекватну поведінкову реакцію
Моральне здоров'я	комплекс характеристик мотиваційної та інформаційної сфер життєдіяльності, основу якого визначає система цінностей, установок і мотивів поведінки індивіда у суспільстві

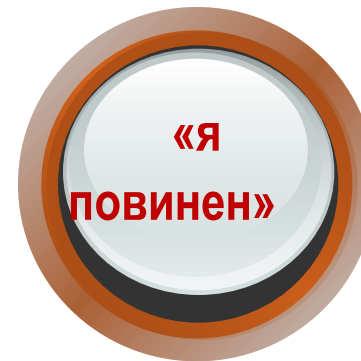
# КРИТЕРІАЛЬНА БАЗА ВИДІВ ЗДОРОВ'Я



**Соматичне і  
фізичне  
здоров'я**



**Психічне  
здоров'я**



**Моральне  
(етичне)  
здоров'я**





**Ці підходи стали основою нової наукової галузі – *валеології*, яка поставила у центр уваги питання формування здоров'я особистості.**

**Сам термін «валеологія» у 80-х роках ХХ століття увів у наукову літературу І. Брехман, започаткувавши її розвиток як науки.**



# НАПРЯМИ РОЗВИТКУ ВАЛЕОЛОГІЇ

Напрямы валеології	Суть напрямку
<b>медична валеологія</b>	має своїм предметом дослідження людини зі всіма її проблемами
<b>педагогічна валеологія</b>	досліджує процеси включення особистості (на різних етапах її становлення) у валеологічну індивідуальну програму



## НАПРЯМИ РОЗВИТКУ ПЕДАГОГІЧНОЇ ВАЛЕОЛОГІЇ

- ▣ **вивчення питань, пов'язаних зі здоров'язбереженням тих, хто навчається**
- ▣ **вивчення питань, пов'язаних зі здоров'язбереженням тих, хто навчає**





**Особлива увага до  
здоров'я педагога не  
випадкова, адже  
відомо, що за даними  
соціально-  
демографічних  
досліджень праця  
педагога належить до  
найбільш напружених  
в емоційному плані  
видів діяльності**



- Одним із проявів їх професійної деформації виступає синдром емоційного вигорання.
- Цей термін був уведений американським психіатром Х. Дж. Фрейденбергером у *1974* році для характеристики психологічного стану здорових людей, що знаходяться в інтенсивному і



# СКЛАДОВІ СИНДРОМУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ

Складова	Суть складової
Емоційне виснаження	відчуття емоційної спустошеності і втоми, викликане роботою
Деперсоналізація	припускає цинічне відношення до праці
Редукція професійних досягнень	виникнення відчуття некомпетентності у своїй професійній сфері, усвідомлення неспіху в ній



# Шляхи ПОЗИТИВНОГО ВПЛИВУ НА ЗДОРОВ'Я ПЕДАГОГА

- система заходів з боку адміністрації щодо втілення ергономічних підходів до організації робочого місця педагога;
- саморегуляція (аутогенне тренування).

*Аутотренінг є системою вправ для саморегуляції психічних і фізичних станів.*



## **2. Здоров 'язберігаючі технології в освітянській практиці**





- **Поняття «здоров'язберігаючі освітні технології» більшість дослідників визначають виходячи з «родового» поняття «освітні технології».**
- **Якщо останні відповідають на питання «як учити?», то логічною виявиться відповідь: так, щоб не завдавати шкоди здоров'ю суб'єктам освітнього процесу.**
- **Не дивно, що здоров'язбереження сьогодні розглядають як якісну характеристику будь-якої освіти, її**



# ПОСТАНОВКА ЗАВДАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ

Завдання	Суть завдання
Завдання-мінімум	відповідає фундаментальному принципу медицини: «Не нашкодь!»
Завдання-оптимум	передбачає, що поряд із задачею-мінімумом вирішуються й питання, пов'язані з формуванням у тих, хто навчається, культури здоров'я, мотивації на ведення здорового способу життя




# ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ

- це такі технології, які забезпечують формування культури здоров'я у суб'єктів педагогічного процесу через формуванню ціннісного ставлення до власного здоров'я та здоров'я інших, позитивної мотивації на здоровий спосіб життя, оволодіння навичками здорового способу життя й створення відповідного навчально-виховного середовища.
- Здоров'язберігаючі технології передбачають активну модель роботи того, хто навчається, на занятті. Вважається, що задля цього навчальний процес повинен носити **творчий характер**.





**«Ціна навчання для здоров’  
Я»**



**Критерій мірила якості тих або інших  
педагогічних дій!!!**




• *ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ НООСФЕРНОЇ ОСВІТИ*

□ На принципах здоров'язбереження ґрунтується сьогодні ноосферна освіта, однією з засновниць якої виступає Н.Маслова.

□ Метою цього напрямку є формування у того, хто навчається, гармонійного, екологічно здорового типу цілісного мислення, заснованого на усвідомленому сукупному володінні логічним (лівополушарним) і образним (правополушарним) мисленням.





***Сукупна робота двох  
півкуль мозку при цьому  
стає усвідомленим  
прийомом, методом  
вирішення  
різноманітних завдань!***





# Мислеобраз



**індивідуально сприйнятий всіма органами  
почуттів цілісний образ предмету (явища)**



# БІОАДЕКВАТНА REAL-МЕТОДИКА

- Аббревіатура REAL складена з трьох слів:
- *«Relaxation»* – релаксаційне навчання, спрямоване на накопичення інформації і активізацію правої (творчого) півкулі;
- *«Action»* – активне тренуюче навчання, побудоване на тренуванні лівої півкулі;
- *«Learning»* – навчання.





**Мета викладацької  
діяльності у ноосферній  
освіті**

**навчання учнів методиці мислення  
мислеобразами та створення  
цілісної особово орієнтованої  
системи мислеобразів із конкретної  
навчальної дисципліни**



# *ОСНОВНІ ЕТАПИ РЕАЛІЗАЦІЇ НООСФЕРНОЇ REAL-МЕТОДИКИ*

Етап	Суть етапу
Перший етап (придбання знання)	проходить у стані релаксації. Під час цього етапу відбуваються мотивація і формування мислеобразу навчального матеріалу із структурованою інформацією
Другий етап (формування уміння використовувати знання)	проходить у стані релаксації. Під час цього етапу відбуваються мотивація і формування мислеобразу навчального матеріалу із структурованою інформацією
Третій етап (закріплення навички використання знань)	Під час цього етапу відбувається «відрив» навчального образу від підручника, відбувається пошук власних прикладів з подальшими (перевірочними) повтореннями і коректуванням зразків. Домашнє завдання є продовженням третього етапу. Його виконання передбачає створення власного мислеобразу.



# *НЕЙРОЛІНГВІСТИЧНЕ ПРОГРАМУВАННЯ ЯК ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧА ТЕХНОЛОГІЯ*

- Все більшого розповсюдження як здоров'язберігаючі набувають технології нейролінгвістичного програмування (НЛП). Одна із книг Яна Мак-Дермотта та Джозефа О'Коннора так і називається «НЛП та здоров'я. Використання НЛП для покращення здоров'я та благополуччя».
- Рух НЛП увібрав в себе все найкраще з трьох напрямів психотерапії: сімейної терапії Вірджинії Сатир, гештальттерапії Фріца Перлза і психотерапевтичного методу Мілтона Еріксона.



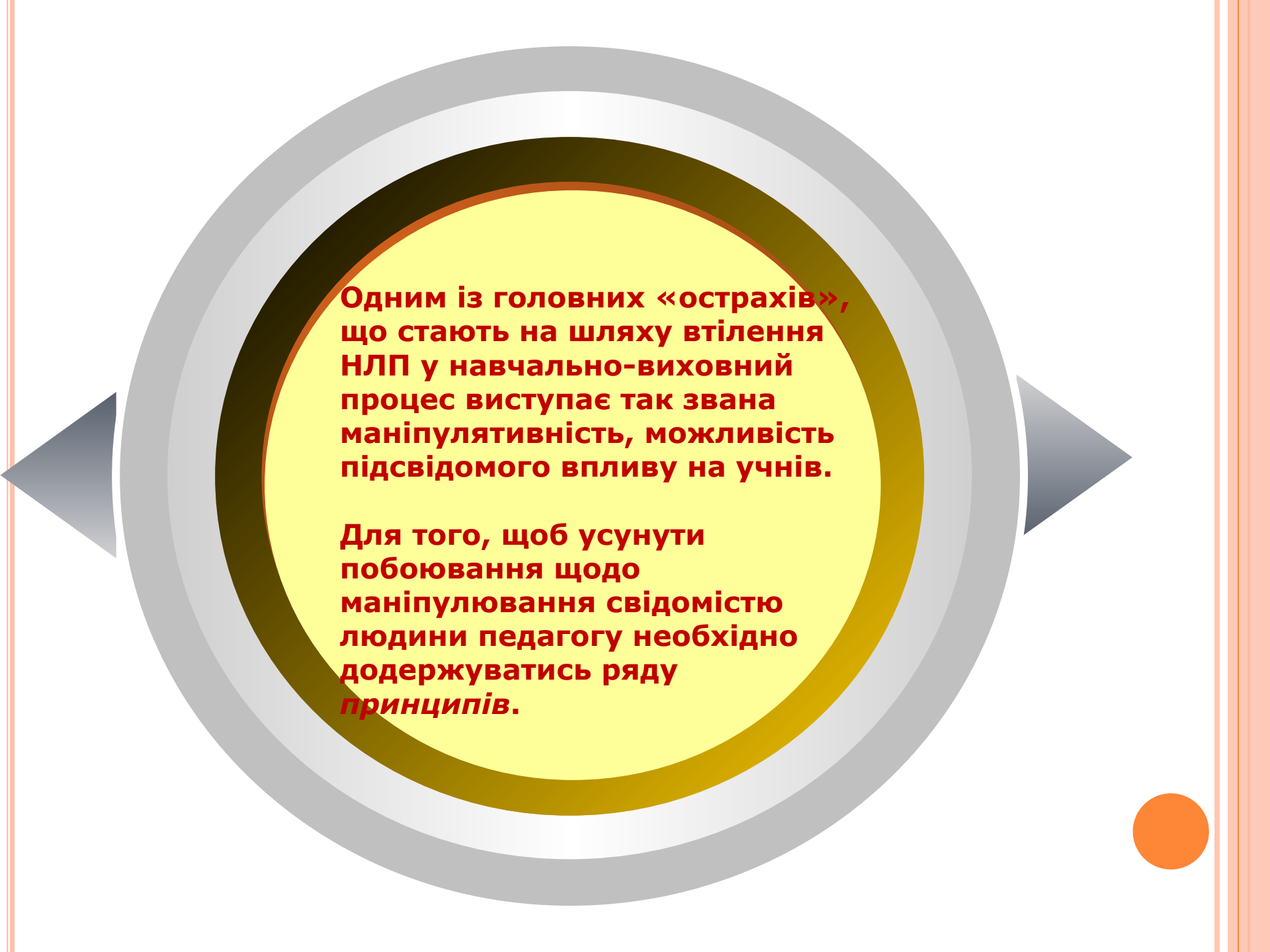
- Термін “НЛП” та його центральна ідея належать Ричардові Бендлеру (США).
- Однак подальший багатовекторний розвиток проекту НЛП – це підсумок багаторічного творчого співробітництва Ричарда Бендлера з Джоном Гріндером.
- Їхні перші відкриття в галузі НЛП опубліковано у чотирьох книгах, що вийшли у 1975 – 1977 роках: «Структура магії» (1 та 2 томи) та «Паттерни» (1 та 2 томи).



# АНАЛІЗ СКЛАДОВИХ ПОНЯТТЯ «НЕЙРОЛІНГВІСТИЧНЕ ПРОГРАМУВАННЯ»


Складова	Суть складової
Складова “нейро”	означає ту фундаментальну ідею, що поведінка людини своїми джерелами сягає неврологічних процесів бачення, слухання, сприйняття запаху, смаку, дотику
Складова “лінгвістичне”	підкреслює те, що люди застосовують мову для того, щоб упорядковувати свої думки й поведінку, а також, щоб вступати у комунікацію з іншими людьми
Складова “програмування”	позначає специфіку тих способів, якими люди організують свої ідеї і дії, щоб одержувати бажані результати





**Одним із головних «страхів»,  
що стають на шляху втілення  
НЛП у навчально-виховний  
процес виступає так звана  
маніпулятивність, можливість  
підсвідомого впливу на учнів.**

**Для того, щоб усунути  
побоювання щодо  
маніпулювання свідомістю  
людини педагогу необхідно  
додержуватись ряду  
принципів.**



## ПРИНЦИПИ НЛП

Принцип	Суть принципу
Принцип гуманізму	ґрунтується на глибинному розумінні творчої сутності особистості, її внутрішніх джерелах позитивного розвитку та відношенні до неї як найвищої цінності
Принцип взаємодопомоги	реалізує професійно-етичні основи взаємодії, які передбачають, що між учнем та педагогом існують відносини, які базуються на розумінні та бажанні допомогти одне одному вирішити складні проблеми життєдіяльності
Принцип взаємодовіри	дозволяє використовувати техніки НЛП у педагогічній діяльності на підґрунті взаємоправних відносин, які ґрунтуються на впевненості тих, хто навчається, у тому, що будь-які дії педагога позитивні, а кожен із них для викладача – беззаперечна цінність.



## ПРИНЦИПИ НЛП

Принцип	Суть принципу
<b>Принцип відповідальності педагога за свої дії</b>	при реалізації технік НЛП інженер-педагог повинен реалізувати модель відносин, що давно виправдала себе в медицині й спирається на коротку, але ємну фразу «Не навроч!» як таку, що покладає на педагога підвищену відповідальність за результати своєї діяльності. У разі невпевненості у своїх можливостях щодо позитивного ефекту від застосування цих підходів, поверхневих знань та умінь категорично забороняється використовувати їх у своїй практиці.





**▣ Адаптація положень НЛП  
до умов освітнього  
середовища**



***Базове положення №1. Свідомість та тіло – частини однієї кіббернетичної системи.***

- **Згідно положень НЛП це означає, що комплексно аналізуючи зовнішні прояви у поведінці того, хто навчається, можна визначити особливості його внутрішнього стану, тобто відкалібрувати їх, використовуючи канал зворотного зв'язку**
- ***Модель кіббернетичної системи «свідомість – тіло»***
- **Педагог, який уміло користується цим положенням має нагоду зрозуміти ті внутрішні процеси, які мають місце у даній ситуації при спілкуванні з тим, хто навчається.**



## ***КАРТА СПОСТЕРЕЖЕНЬ***

<b>Тип репрезентативної системи</b>	<b>Мова</b>	<b>Рух очами</b>	<b>Рух тіла</b>	<b>Жести</b>
Візуальна	Швидка, голосна	У верхній частині	Рухи різкі	Вище середньої лінії тіла
Аудіальна	Голосна, виразна	На середньому рівні	Рухи плавні	На середній лінії тіла
Кінестетична	Повільна, неголосна	В нижній частині	Рухи розслаблені	Нижче середньої лінії тіла



## БАЗОВЕ ПОЛОЖЕННЯ №2

- *В основі будь-якої поведінки є позитивний намір, який пов'язаний з первинним оточенням*
- Це положення відкриває педагогові ще один шлях до розв'язання більшості конфліктних ситуацій. Адже, вплинувши на намір, педагог тим самим змінює і поведінку того, хто навчається.
- ***Намір повинен мати позитивний характер !!!***
- Найважливіше значення має для педагога розуміння того, що позитивний намір і поведінка, як його результат, формуються певним оточенням того, кого навчають. Зміна оточення спричиняє зміну цінностей і, як правило, наміру. У НЛП ці процеси розглядаються у двох напрямках: через аналіз найближчого оточення (намірно-поведінкового аспекту) та власного організму.



## ***БАЗОВЕ ПОЛОЖЕННЯ №3***

- *Сенс нашого спілкування у реакції, яку воно викликає.*
- Безліч конфліктів між суб'єктами педагогічного процесу породжені відсутністю умінь щодо володіння цим положенням.
- Питання, задане без урахування репрезентативної системи того, хто навчається, без асоціювання із його станом часто наперед провокує конфлікт.



## ЛІТЕРАТУРА

- Законодавство України у сфері інноваційної діяльності: Зб. законодавчих актів. За станом на 1 березня 2005р. / Упоряд. Г.О.Андрощук, М.В.Гаман. – К., 2005.
- Дичківська І.М. Інноваційні педагогічні технології. – К., 2004.
- Юсуфбекова Н.Р. Общие основы педагогической инноватики. – М., 1991.
- Паламарчук В.Ф. Першооснови педагогічної інноватики. – К., 2005.
- Хуторской А.В. Дидактическая эвристика. Теория и технология креативного обучения. – М., 2003.
- Освітні інновації у вищих навчальних закладах України: Каталог /Відп. ред. К.Левківський. – К., 2001.



# ЛІТЕРАТУРА

- Антоненко Н.В. – Педагогика ноосферного розвитку / Н. В.Антоненко, М.В.Ульянова. – М.: Экон.-Информ., 2007. – 220с.
- Мак-Дермотт Я. НЛП и здоровье. Использование НЛП для улучшения здоровья и благополучия / Я. Мак-Дермотт, Дж.О'Коннор. – Режим доступа: <http://home.ural.ru/-nlp/books/chym.zip>.
- Маслова Н.В. Ноосферное образование / Н.В. Маслова. – М.: Институт холодинамики, 1999. – 308 с.
- Мегем Є. Нейролінгвістичне програмування у професійній діяльності молодого вчителя трудового навчання / Є. Мегем // Молодь і ринок. – 2010. – №1 – 2(60 – 61). – С.66–70.

