

кратичному стилі взаємодії і сприяють формуванню критичного мислення, ініціативи й творчості. До них, зокрема, належать: соціальне проектування, метод відкритої трибуни, ситуаційно-рольова гра, соціально-психологічний тренінг, інтелектуальний аукціон, метод аналізу соціальних ситуацій з морально-етичним характером, гра-інсценізація тощо. Доцільно застосовувати і традиційні методи: бесіда, диспут, лекція, семінар, роз'яснення, переконання, позитивний і негативний приклади, методи вироблення звичок, методи вправ, контролю й самоконтролю, створення громадської думки тощо [1, 4, 5].

Для вчителя дуже важливо **правильно організувати урок**, бо саме він є основною формою педагогічного процесу. Від рівня гігієнічної раціональності уроку багато в чому залежить функціональний стан школярів в процесі учбової діяльності, можливість тривало підтримувати розумову працездатність на високому рівні і попереджати передчасне стомлення.

Учитель, володіючи сучасними педагогічними знаннями, при постійній взаємодії з учнями, їхніми батьками, медичними працівниками та шкільними психологами, повинен:

- планувати й організувати свою діяльність з урахуванням пріоритетів збереження та зміцнення здоров'я всіх суб'єктів педагогічного процесу. [2]

- використовувати оздоровчі технології, бо саме вони спрямовані на вирішення завдань зміцнення фізичного здоров'я учнів, підвищення потенціалу (ресурсів) здоров'я (фізична підготовка, фізіотерапія, ароматерапія, загартування, гімнастика, масаж, фітотерапія, музична терапія);

- виховувати культуру здоров'я, бо це сприяє вихованню 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 [3].

#### Література

1. Амосов М. М. Роздуми про здоров'я. / М.М.Амосов. — М.: ФиС, 1987. — 192 с.
2. Бойченко Т. Валеологія — мистецтво бути здоровим / Т.Бойченко // Здоров'я та фізична культура. — 2005. — №2. — С. 1-4.
3. Ващенко О. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі / О.Ващенко, С.Свириденко // Здоров'я та фізична культура. — 2006. — №8. — С. 1-64.
4. ISSN Online: 2312-5829. Освітлогічний дискурс, 2015, № 4 (12). 143
5. ISSN Online: 2312-5829. Освітлогічний дискурс, 2015, № 4 (12). 145

### **УПРАВЛІННЯ ФОРМУВАННЯМ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ В УЧНІВ ТА ГІГІЄНА ГОЛОСОВОГО АПАРАТУ**

*Міроєвський С.В.*

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка*

Входження нашої держави до європейського освітнього простору, міжнародна інтеграція всіх аспектів суспільного життя вимагає вільного володіння іноземною мовою, необхідною в будь-яких сферах людської

діяльності. Мовленнєва компетенція стає вагомим фактором суспільно-економічного та культурного розвитку суспільства, в якому особистість вільно володіє іноземною мовою й може запровадити її в життя. Це сприяє підвищенню мовного статусу в умовах шкільної середньої освіти, підвищенню рівня її викладання, а також спонукає до пошуку нових підходів під час навчально-виховного процесу, зокрема, формуванню мовленнєвої компетенції учнів.

Мовленнєва компетентність школярів, за твердженням науковців, полягає у здатності слухати, сприймати й відтворювати інформацію, читати і розуміти текст, вести діалог, брати участь у дискусіях, переконувати і відстоювати свою точку зору, висловлювати власні думки, міркування, погляди в усній і письмовій формах [2]. Неостаннє місце у формуванні мовленнєвої компетентності з позицій її практичної реалізації у процесі активного спілкування є здоров'я голосового апарату суб'єкта комунікації.

Проблема мовленнєвої компетенції вивчалася рядом дослідників, зокрема, І. Бім, І. Зимньої, Т. Ібрагімова, А. Новікова, М. Пожарської, Р.Мильруд, А. Хуторського та ін. Педагогічний і методичний аспект висвітлений у працях В. Бадера, О. Біляєва, Т. Ладиженської, М. Пентиліук, Л. Мацько, Г.Шелехової. Відомості про правила охорони голосу та його гігієни знаходимо у працях А.Єгорова, К.Злобіна, И.Левідова, Д.Люша, Л.Работнова. Поради щодо підтримування голосового апарату у здоровому стані розроблені С.Крушельницькою, О.Муравйовою, О.Мишугою. Питання гігієни голосу майбутніх педагогів висвітлено у працях В.Доронюка, А.Менабені, Ю.Юцевича.

Оволодіти комунікативною компетенцією на іноземній мові, не перебуваючи в країні, мова якої вивчається, досить складно. Тому одним із найважливіших завдань викладача є створення реальних і уявних ситуацій спілкування на уроці мови з використанням різних прийомів роботи, таких як рольові ігри, дискусії, творчі проекти, використання сучасних інформаційних технологій та ін. Із іншого боку — забезпечити розвиток і збереження фізіологічно важливих органів голосового апарату, урахувавши те, що для побудови звуків іноземною мовою необхідні спеціальні положення голосоворочних органів [2, с. 115-116].

Психологи та фізіологи [1, с. 64-66] пропонують дотримуватися ряду мінімальних правил, що здатні попереджувати мовні перенапруження при довготривалому навантаженні голосового апарату та забезпечують профілактику голосових порушень. Серед них: 1. Дбайте за здоров'я порожнини рота. 2. Дбайте за своє психологічне здоров'я. 3. Перевтома негативно позначається на голосі. 4. Навантажувати голосовий апарат у хворому стані неприпустимо. 5. Постійно підтримуйте голосовий тонус. 6. Дотримуйтеся режиму. 7. Харчуйтеся правильно. 8. Завжди стежте за погодою і дотримуйтеся елементарних правил поведінки при холодній погоді. 9. Стейкий імунітет — майже стовідсоткова гарантія того, що ваш голос буде завжди здоровим і повнозвучним. 10. Дбайте про гігієну прищипання, де працюєте.

#### Література

1. Словник-довідник співака : Навчальний посібник [Інформаційно- довідкове видання] / Уклад. Д. І. Балдинюк, Н. А. Балдинюк, видання друге. — Умань : РВЦ «Софія», 2015. — 108 с.

2. Тер-Минасова С. Г. Язык и межкультурная коммуникация : учеб. пособие / С. Г. Тер-Минасова. — М. : Слово/Slovo, 2000. — 624 с.

## **ЗМІСТОВІ АСПЕКТИ ЗАГАЛЬНОЇ ТЕОРІЇ ЗДОРОВ'Я У ПІДГОТОВЦІ ФАХІВЦІВ ОЗДОРОВЧОЇ ГАЛУЗІ**

*Міхеєнко О.І.*

*Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка*

Для оздоровчої освіти актуальною залишається проблема опрацювання положень, що характеризують зміст знань про здоров'я. Умовно їх можна поділити на дві групи: фундаментальні (загально-наукові) і практично-прикладні (конкретні). З метою конкретизації загально-наукового контексту знань про здоров'я, опанування яких дозволяє сформувати інтегративне бачення людини, її здоров'я як багатовимірного процесу, розвивати здатність до узагальнення, ми сформулювали положення, які, на нашу думку, мають бути в основі загальної теорії здоров'я. Отже, розкриємо їх суть.

Успішність оздоровлення організму людини залежить від розуміння сутності здоров'я, чинників і процесів, які формують цей стан. Конкретизація сутності індивідуального здоров'я є однією з найголовніших методологічних проблем, відповідь на яку дає змогу наблизитися до розв'язання питання про шляхи та можливості оздоровчої практики [4].

Здоров'я як понятійна категорія містить як об'єктивні, так і суб'єктивні ознаки. У філософських, психолого-педагогічних, медико-біологічних та валеологічних дослідженнях здоров'я розглядається і як стан, і як процес, і як здатність. Цей феномен дослідники визначають як філософську, соціальну, економічну, біологічну, медичну, психологічну, педагогічну категорію, як ресурс, об'єкт споживання, вкладання капіталу, як індивідуальну і суспільну цінність, динамічне явище системного характеру, що постійно взаємодіє з довкіллям, яке, у свою чергу, постійно змінюється. На сьогодні нараховується понад триста дефініцій здоров'я, що свідчить про відсутність єдиного підходу до цієї проблеми [4].

Здоров'я не є постійним і незмінним, це динамічний стан людини, який характеризується здатністю організму до саморегуляції та самовідновлення.

Здоров'я — це не тільки відсутність зовнішніх проявів хвороби, а й стан внутрішньої і зовнішньої гармонії, коли структура організму безконфліктна та функціонує в оптимальному режимі. Нормальне функціонування організму передбачає підтримання гомеостазу, самозбереження та самовдосконалення соматичного і психічного статусу за оптимальної та гармонійної взаємодії всіх клітин, органів і систем організму [3].

Природа має все необхідне для того, щоб людина була здоровою. Умови на Землі максимально пристосовані до особливостей людського організму. Здоров'я визначається адекватним і гармонійним інформаційним, енергетичним, речовинним обміном між організмом людини і природою (довкіллям). Результатом інформаційного збою є відсутність гармонії, тобто хвороба. І хвороба, і здоров'я — явища, пов'язані зі станом людини в цілому, а не окремих органів і частин тіла.

Провести чітку межу між критеріями "норма" і "патологія" практично неможливо. Між здоров'ям і хворобою існує ціла низка проміжних