

УДК 613+371.32

ВАЛЕОЛОГІЧНІ СТРАТЕГІЇ СУЧАСНОГО УРОКУ ЛІТЕРАТУРИ

Василь Шуляр

У статті автор виокремив стратегії сучасного уроку літератури на валеологічних засадах.

Ключові слова: валеологія; стратегії валеологізації уроку літератури; здоров'язберезувальні технології, природовідповідність; ноосферна освіта.

ВАЛЕОЛОГИЧЕСКИЕ СТРАТЕГИИ СОВРЕМЕННОГО УРОКА ЛИТЕРАТУРЫ

Василий Шуляр

В статье автор определил стратегии валеологизации современного урока литературы.

Ключевые слова: валеология; стратегии валеологизации урока литературы; здоровьесберегательные технологии; природосообразность; ноосферное образование.

VALEOLOGICAL STRATEGIES OF A MODERN LITERATURE LESSON

Vasyl Shulyar

In this article the author underlined strategies of a modern literature lesson based on valeological backgrounds.

Key words: valeology, strategies of a literature lesson valeolization, health preserving techniqu, nature correspondence, noo-sphere education.

Проблема здоров'я нації взагалі та школярів зокрема сьогодні як ніколи є актуальною. Означене підтверджується цілим рядом фактів і цифр: перенавантаження учнівської молоді кількістю уроків і занять упродовж дня; необгрунтоване збільшення інформаційного наповнення підручників різноманітними фактами, цифрами, які не стосуються основного, що вивчатиметься на уроці, або другорядним матеріалом; наявність ілюстративного матеріалу не завжди високоякісного гатунку або занадто дрібного для візуалізації задуманого; розмір шрифтів або фонові заставки, на яких представлено тексти, інколи не відповідають вимогам або важко сприймаються тощо. За останнє десятиліття частота хронічних захворювань дітей зросла у 1,5 – 3 рази. Їх спектр досить широкий: нервова, ендокринна, серцево-судинна, шлунково-кишкова, кістково-м'язова системи. Практично здорових першокласників налічується від 5 до 9 %, а на кінець навчання 95 – 97 % випускників завершують шкільне навчання з проблемами здоров'я. За період навчання хронічно хворих дітей збільшується у 2,5 рази [8].

Психологічні й фізіологічні загрози заактуалізовані значною кількістю вчених і практиків, починаючи від В. О. Сухомлинського, як засновника шкільної валеологічної науки та практики, та засновника валеології взагалі Ізраїля Іцьковича Брехмана. Сучасні дослідники означеної проблеми в галузі «Освіта»: Н. Бібік, Т. Бойченко, М. Безруких, В. Бобрицька, М. Гончаренко, М. Гриньова, С. Кириленко, Г. Лаврентьева, О. Савченко та багато ін. Автором статті було

описано проблему фізичного і психічного здоров'я, зниження зацікавленості й активності шкільної молоді до навчання в системі літературної освіти [13; 14].

Сьогодні проблема здоров'я-збережувальних методик і технологій у системі навчання активно стає предметом дослідження цілого ряду науковців: причинні аспекти валеологічного супроводу освітнього процесу (В. Федорова); здоров'я-зберігаючий аспект вальдорфських методів і засобів навчання (С. Лупаренко, Т. Смирнова, І. Ковальова); педагогіко-валеологічні аспекти захисту здоров'я учнів і студентської молоді від негативного впливу комп'ютерної техніки та валеологічна культура їх використання (М. Александрова, Л. Васильєва, М. Гончаренко, Е. Карачинська, О. Коновалова, Т. Кравцова); проблема здоров'я дітей як пріоритет реформування шкільної освіти (О. Савченко, М. Степанова); фізіолого-гігієнічні передумови організації навчального процесу на уроці (Н. Островерхова).

Вищезазначене дає нам право констатувати актуальність цієї проблеми. Свідченням цього є думка Г. Апанасенка, який, проаналізувавши останні дослідження фундаментальних наук, стверджує, що «ми стоїмо на порозі радикальних змін у стратегії збереження людини, її здоров'я, інтелектуального й духовного потенціалу. У основі цієї стратегії – валеологія, її теоретико-методичні і практичні досягнення» [1].

Значимість її сьогодні є очевидною, зважаючи, що в педагогічний процес лавиною вводяться інновації, нові методики і технології, які

здебільшого не перевірені з позиції валеологічної доцільності або врахування фізіолого-гігієнічних і психологічних передумов упровадження на конкретному уроці того чи іншого предмета. Метою статті є виявлення валеологічних стратегій сучасного уроку взагалі та літератури зокрема. Завдання передбачають аналіз напрацьованого фізіологами, гігієністами, медиками, психологами та педагогами з означеної проблеми, виокремлення загальних і специфічних валеологічних стратегій сучасного уроку літератури, які повинні враховуватися вчителем-філологом, представлення рекомендацій для побудови сучасного уроку з урахуванням валеологічності в системі літературної освіти.

Здоров'язбережувальні технології в навчально-виховному процесі школи стали предметом розгляду З. Князькіною [3]; валеологічний супровід освітнього процесу як умова реалізації різнорівневих програм у сучасних навчальних закладах – О. Школою [12].

Проблему здоров'я та здорового способу життя висвітлено у творі «Серце віддаю дітям» В. О. Сухомлинського, де знаходимо поняття «медична педагогіка», основою якої є: збереження вразливої психіки дітей; забезпечення дітей від похмурих думок і переживань; збудження в школярів життєрадісних почуттів; загартування душі та тіла дитини; створення екологічно безпечного середовища тощо [10]. Важливими для нас є уроки В. О. Сухомлинського щодо режиму роботи школяра, чітко дозованого фізичного й розумового навантаження, ощадного інтелектуального напруження: «Дитина – жива істота, її мозок – тонкий, ніжний орган, до якого необхідно ставитися з турботою та обережно. Дати початкову освіту за три

роки можна, але за умови постійної турботи про здоров'я дитини і нормальний розвиток дитячого організму. Джерело повноцінної розумової праці не в її темпі й напрузі, а в правильно продуманій її організації, у здійсненні багатогранного фізичного, інтелектуального, естетичного виховання» [10, с. 59].

Дбаючи про здоров'я школярів засобами будь-якого предмета взагалі та літератури зокрема, маємо пам'ятати про складові здоров'я (духовну, фізичну, психологічну, соціальну) та гармонійне поєднання тих методів, прийомів і засобів навчання, які використовуються в процесі формування читацької/літературної компетентності школярів як Я-особистості. Учений-практик особливу увагу приділяв пробудженню емоційного стану дитини, а через нього – формуванню творчих задатків. «Без радості неможлива гармонія здорового тіла і здорового духу. Якщо дитина, зачарована красою полів, мерехтінням зірок, безмежністю пісні коників-стрибунців і запахів польових квітів, складає пісню, отже, вона знаходиться на вершині цієї гармонії тіла і духу. Турбота про людське здоров'я, тим паче про здоров'я дитини – це не просто комплекс санітарно-гігієнічних норм і правил, не перелік вимог до режиму, харчування, праці, відпочинку. Це перш за все турбота про гармонію всіх фізичних і духовних сил, і вінцем цієї гармонії є радість творчості» [11, с. 115 – 116].

Цінними для нашого дослідження є виявлені здоров'язбережувальні аспекти вальдорфських засобів, які описані С. Лупаренко, Т. Смирноюю, І. Ковальновою [4]: ритмічна організація навчання; художньо-образне навчання; активно-практичні проекти; диференційовані вправи для дітей різних типів темпераментів. Змістове наповнення

зазначеного подаємо у власній інтерпретації.

Урочний ритм забезпечується трьома складниками: ритмічним, основним і заключним із постійною зміною видів діяльності. Усе назване спрямоване на активізацію й підготовку школярів до сприйняття та активного засвоєння знань. Із цією метою проводиться достатня кількість рухових вправ, пісень, віршів, пальчикових ігор. Поєднання слова, руху, звуку для нас є надзвичайно важливим, коли ми прагнемо згармонізувати діяльність лівої та правої півкулі головного мозку. Основна частина ритму уроку спрямована на відпрацювання в практичній діяльності раніше вивченого та ознайомлення з новим матеріалом. Особливе значення, за переконанням учених, має врахування здатності учнів концентрувати увагу, і це вимагає чергування завдань, спрямованих на активне сприймання, осмислення й запам'ятовування навчального матеріалу (фаза «вдиху»), та завдань, що сприяють розслабленню учнів і супроводжуються відтворенням ними побаченого й почутого від учителя (фаза «видиху»). Зреалізувати зможемо, коли використовуватимемо різноманітні навчально-пізнавальні завдання літературознавчого, культурологічного тощо спрямування, літературні ігри, які безпосередньо стосуються теми, що вивчається, гумористичні вставки, тексти, які сприяють активізації пізнавальної та інтелектуально-вольової сфери. Заключна частина покликана привести пробуджені під час заняття процеси до врівноваженого стану, підготувати учнів для подальшої навчальної роботи, що забезпечується розповіддю або бесідою вчителя повчального або/і морально-етичного спрямування. За нашою концепцією сучасного компетентно діяльнісного уроку літератури – це епілог із

завершальним словом учителя до учнів-читачів, що безпосередньо стосується літературної теми з розстановкою аксіологічних акцентів.

Художньо-образне навчання дозволяє укріплювати тілесно-душевно-духовний зв'язок, згармонізувати розвиток усіх сфер дитини. Для реалізації названого варто практикувати систему запитань і завдань, моделювання ситуацій, які літературно-мистецький матеріал представлять у логіко-образному варіанті із залученням елементів мистецтва, складні теоретико-літературні явища представити у вигляді яскравих (інколи гіперболізованих) художніх образів, організувати програвання ситуацій, у які школярі можуть потрапити в житті чи виконуючи свої професійно-фахові обов'язки. Доцільним, на наш погляд, є представлення образів («образонів» за концепцією ноосферної освіти – Н. Маслова, Н. Антоненко) у статичні та динамічні, від зовнішньої візуалізації через малювання «внутрішнім» зором до матеріалізації побаченого/зображеного в малюнку фарбами, олівцем, пошук предметів для тактильного сприйняття/відчуття виучуваного літературно-мистецького явища/поняття тощо. Для нас важливо забезпечити емоційний простір уроку через який згармонізуються внутрішні почуття учня-читача від літературного твору: радості й смутку, здивування захоплення й роздратування, співчуття й байдужість, любов і ненависть прекрасне й потворне тощо. Такі навчання передбачає, що учень-читач під враженням прочитаного може перебувати в ситуації вибору стимулювання власної уяви, фантазії пам'яті, мислення, почуття, вольової сфери, що в кінцевому результаті сприятиме засвоєнню матеріалу розвитку активності та творчих здібностей школярів.

Активно-практичні проекти в системі літературної освіти сприяють формуванню як загальнонавчальних, так і спеціальних умінь та навичок. Важливо, щоб запропоновані проекти були практико-зорієнтованого формату, багатоцільового використання наступними поколіннями, давали можливість кожному зреалізувати своє творче «Я». Такі проекти, за нашим переконанням, активізують людину, розвивають і підтримують діяльність волі, формують внутрішню мотиваційну сферу та віру, що це я можу виконати сам, розвиває здорову довіру до себе, у свої сили. Цінним є те, що активно-практичні проекти виконуються як індивідуально, так і в групі. До таких проектів можемо віднести: виготовлення демонстраційних матеріалів (літературні плакати за творчістю одного або декількох письменників; презентаційних матеріалів; аудіо-, відеозаписів до життя і творчості письменника чи/і художнього твору у форматі відеоролика тощо), ілюстрування художніх творів «наживо» та з допомогою комп'ютерних програм, створення анімаційних відеофрагментів, створення відеофільмів про життєпис письменника, історію художнього твору тощо; дослідницько-пошукові роботи: ведення робочих зошитів «за епохами», у яких учень-читач самостійно після розповіді вчителя, телерадіопередач, інфор-маційних повідомлень тощо фіксує найголовніше з того, що почув/прочитав/побачив, додаючи записи власних спостережень, міркувань, ілюстрацій тощо, на зразок блогової літератури або Ліни Костенко «Записки українського самашедшого». Проекти сприяють поповненню словникового запасу учня-читача, розвитку його творчості, самостійності, ініціативності, пізнавальної активності, що в кінцевому результаті забезпечує цілісність впливу на суб'єкта літературної освіти та

гармонізацію його внутрішнього світу.

Диференційовані вправи для дітей різних типів темпераментів мають включити механізми, які спрямовані на задоволення особистісних інтересів і потреб учня-читача, налаштування на навчання властивим лише йому способом, гармонізацію психічного стану, що допомагає дитині набувати здатність самодіяльності, дозволяє підвищити рівень творчого потенціалу особистості [4]. Можливі прийоми реалізації системи диференційованих вправ: розповідь, повідомлення та пояснення з відповідною інтонацією, мімікою та жестами. У такий спосіб учитель виявляє особливі для кожної дитини почуття і переживання: драматичність для холериків, співчутливість для меланхоліків, повільність та образність для флегматиків, жвавість для сангвініків. Науковці вказують, що, наприклад, ритмосприйняття поетичного тексту, певний віршовий розмір відповідає темпераменту читача: сконцентрований ямб сприяє більшій зосередженості сангвініків, бадьорий хорей допомагає флегматикам активізуватися, гармонізований амфібрахій особливо підходить замкнутим меланхолікам. Цікавою є система завдань, які враховують кольоровий спектр у поєднанні з темпераментом читача: холерики – з червоним, сангвініки – з помаранчево-жовтим, флегматики – із синім, а меланхоліки – із зеленим. Такий поєднувальний набір стимулює дитину до активного переживання кольору й сприяє адекватному заповненню та виявленню емоційно-почуттєвої сфери.

Із метою гармонізації діяльності суб'єкта літературної освіти важливо орієнтувати свої дії на позиції, означені концепцією ноосферної освіти (за Н. Масловою) та літературної освіти (за Н. Антоненко) у системі, де ключовими

поняттями є: знання – інформаційно-образне відбиття у свідомості індивіда закономірних, відтворюваних зв'язків між елементами об'єктивного і суб'єктивного світів; природо-відповідність – відповідність природним процесам, структурам, закономірностям; екологічний імператив – об'єктивно необхідний моральний соціально-антропологічний принцип, що є імперативом співрозвитку людини, природи, суспільства. Для реалізації ноосферної освіти важливо враховувати типи мислення людини: екологічний (задіяно дві півкулі головного мозку), неекологічний (однопівкульний). Екологічне мислення (гармонічне, природне, універсальне, біосферне, здорове, природовідповідне) визначається узгодженістю з природними законами всесвіту. Система ноосферної освіти з позиції методики та технології природовідповідного викладання як процес формування двопівкульного мислення включає такі компоненти: робота в малих групах (6 – 8 чол.), які дозволяють урахувати індивідуальні здібності учня-читача та збільшити контакт із учителем за багатьма каналами сприйняття; комфортні приміщення з відповідним облаштуванням для проведення релаксаційних дій; навчальні програми за новітніми підходами, побудовані за принципом цілісного розвитку мислення; спеціальні біоадекватні (природовідповідні) підручники й посібники; засоби, які сприяють залученню 5 органів відчуттів. Природовідповідна, або ми її ще називатимемо «гуманна методика», є складовою Real-технології, де набір послідовних дій суб'єктів літературної освіти (учителя й учня) забезпечує формування міцних знань і навиків із використанням мислеобразу. Методика вибудовується на принципах

багатоканальності навчання. Чіткість і послідовність етапів навчання узгоджується з традиційним: сприйняття інформації, формування вмій використання нових знань, тренування навичок використання нових знань [5; 6].

Звертають на себе увагу результати дослідження Марії Гончаренко [2] щодо шляхів індивідуального духовного розвитку людини, основними етапами якого є: формування мисленнєвої сфери – усвідомлення мети життя, свого місця для Буття, визначення духовного розвитку; цілісна сфера – формування життєвих принципів як провідних загальнолюдських цінностей, ідеалів, які визначають моральний розвиток; інтелектуальна (ментальна) сфера, що забезпечує розвиток інтуїції, абстрактного мислення, логічного мислення, пам'яті; формування емоційної (вольової) сфери, яка забезпечує культуру емоцій, вольових якостей; формування фізичної культури, яка забезпечує фізичний розвиток.

Ґрунтовні праці Надії Острроверхової щодо методики та технології аналізу уроку є важливим методологічним орієнтиром для побудови моделі уроку літератури з позицій санітарно-гігієнічних вимог [7]. Окрім зовнішніх чинників дотримання санітарно-гігієнічних вимог щодо організації навчання (освітлення, температурний режим, меблі тощо), маємо зважати на вимоги до гігієни праці на уроці. Н. Острроверхова зазначає, що «... при розумовій праці діяльність організму змінюється: частішає дихання, зменшується частота пульсу, підвищується артеріальний тиск, збільшується кровонаповнення судин головного мозку і зменшується кровонаповнення судин кінцівок, черевної порожнини, порушується рівновага між процесами збудження і

гальмування» [7, 109]. Також маємо брати до уваги ті факти, що організм стомлюється, знижується працездатність, відчуються впливи віку і специфічні властивості нервової системи; а також: розумові здібності, інтереси, нахили, темперамент, тип пам'яті та мислення тощо. Неврачування вищезначеного призводить до зниження працездатності (і не тільки). Цінними для нас залишаються рекомендації М. Введенського щодо дотримання умов, які забезпечать збереження працездатності учнів протягом уроку та робочого дня:

1. У будь-яку працю потрібно «входити» поступово.
2. Дотримання принципу послідовності праці. Робота ривками, «за натхненням» не може бути ефективною.
3. Робота, сон, відпочинок, харчування повинні бути ритмічними, розміреними [7].

Також вартими уваги є ще два моменти, які досліджено Н. Островерховою, а нами будуть адаптовані та враховані під час розроблення технологічних моделей сучасного уроку літератури: часовий простір працездатності школярів та методика аналізу уроку з позицій санітарно-гігієнічних вимог [7, с. 118]. Останнє буде нами використано в подальших дослідженнях і розробці комп'ютерної програми визначення стану учня-читача до і після проведеного уроку та вивчення літературної теми в цілому.

Важливо опиратися і на досвід учителів-практиків із інших дисциплін у процесі формування ключових компетентностей через валеологічний супровід уроків, наприклад, занять із математики, біології, валеології, предметів у початкових класах. Серед набору компетентностей виділяється й здоров'язберігаюча, яка розуміється як комплекс знань, умінь, ставлень та

цінностей, які спрямовані на збереження та укріплення здоров'я – свого та оточуючих на уроках і позаурочній діяльності. Формувати цю компетентність допомагає емоційний комфорт на уроці, доречне введення валеологічних даних і фактів, проведення валеопауз, хвилин рухової активності, музико-терапевтичних пауз, релаксаційних вправ, використання парт-контрок (автором було впроваджено в Котляревській середній загальноосвітній школі I – III ступенів Жовтневої районної ради Миколаївської області з 1987 – 1988 н. р.), оптимальне використання меблів і середовища класної кімнати для гармонізації простору, аромотерапія тощо.

Очевидним на сьогоднішній день є те, що будь-яка методика і технологія має передбачати здоров'язбережувальний аспект, який забезпечить ефективність природо-відповідного впровадження в систему навчального процесу. Технології здоров'язбережувального спрямування мають створювати безпечні умови для перебування, навчання та праці в школі/класі/на уроці, раціональної організації навчально-пізнавально-виховного процесу відповідно до фізіолого-фізичних та інтелектуально-пізнавальних можливостей дитини, відповідно до їх фізичного і навчального навантаження. Здоров'язбережувальна технологія включає формування в учнів необхідних знань, умінь і норм здорового способу життя, вироблення навичок демонстрування перспектив їх використання в житті та професійно-фаховій діяльності. Упровадження та використання технологій здоров'язбережувального спрямування повинно відповідати системі принципів, методів і прийомів як загально-методичних, так і специфічних.

До загальнометодичних принципів, які визначають зміст,

організаційні форми та методи навчального процесу, узгоджуючись із цільовим спрямуванням здоров'язбережувальної технології, віднесемо: принцип системності, послідовності, наступності, наочності, активності, неперервності, доцільності тощо. До специфічних принципів включають: урахування індивідуальних і вікових особливостей учня-читача; усебічно та гармонійно розвинену читацьку особистість; валеологічно оздоровчу спрямованість літературної освіти; комплексне міждисциплінарне спрямування літературної освіти та читацької діяльності; відповідальність за своє здоров'я читача та здоров'я оточуючих під час літературної практики; зв'язок літературної освіти з практикою читацької діяльності; узгодженість санітарно-гігієнічних норм і читацької діяльності школярів тощо.

Для досягнення здоров'язбережувальної стратегії під час літературної освіти учнів-читачів застосовуються дві групи методів навчання/учіння: загальнопедагогічні та специфічні (художня оповідь; дидактичне оповідання; лекція-візуалізація; статичне й динамічне демонстрування літературно-мистецького матеріалу; ілюстративно-демонстраційне представлення теоретико-критичного матеріалу; практико-тренінговий метод (із виразного читання; аналізу та інтерпретування художнього твору; ситуативно-ігровий). Структурним елементом того чи іншого методу є прийоми як його складова та окремий етап реалізації. Класифікатор прийомів може бути таким: *профілактико-захисні* (гігієна читання; санітарно-гігієнічні вимоги до роботи з електронними засобами навчання; ризики й небезпеки з інтернет-джерелами під час літературно-мистецької освіти); *компенсаторно-нейтралізувальні* (хвилини рухової активності, музико-

терапевтичні паузи, релаксаційні вправи, використання парт-конторок; оздоровча, пальчикова, дихальна, корегувальна гімнастики; точково-тактильний масаж; валеопаузи під час вивчення літературної теми тощо); *стимулювально-підтримувальні* (елементи загартування: повітряні, водяні; фізичні навантаження; прийоми сугестопедії, психотерапії, фітотерапії тощо); *інформаційно-навчальні* (дайджест-повідомлення; валеолого-відеосюжети; інформативні валеолого-бесіди; валеологічні музичні презентації).

Очевидним стає, що об'єднання вищевикладеного в систему забезпечить валеологічний простір сучасного уроку літератури (і не тільки) як однієї з основних форм організації навчання. Валеологізація уроку літератури сприятиме реалізації ідеї «медичної педагогіки» (за В. Сухомлинським), здоров'язбережувальної педагогіки, забезпечуватиме суб'єктам літературної освіти (учителю-філологу й учню-читачеві) збереження та збільшення їх життєвих сил від початку до кінця заняття. Валеологічно змодельований та зреалізований у практичній діяльності урок має не тільки засвідчити свою життєздатність, а й виховувати та стимулювати в суб'єктів літературної освіти бажання жити й діяти за здоров'язбережувальними приписами й потребами.

Стратегії валеологізації уроку літератури на рівні тактики дій:

- *позитивна мотивація читацької діяльності на уроці літератури* (позитивні психологічні настанови за допомогою слова; жестово-почуттєва стабілізація в оцінюванні читацької діяльності школярів; створення ситуацій успіху під час читацької діяльності; музико-терапевтичні паузи до

та під час вивчення літературно-мистецького матеріалу; релаксаційні ситуації в процесі представлення літературно-мистецьких зв'язків, під час розгляду творчості письменника);

- *розв'язування літературно-мистецьких завдань валеологічного спрямування* (виконання завдань на візуалізацію змістів художнього твору за допомогою слова, фарб, олівців тощо реально і внутрішнім зором; асоціювання почутого/прочитаного з реальними предметами, явищами, почуттями, вчинками; моделювання ситуацій «тактильного» прочитання підтекстів літературного матеріалу; матеріалізація теоретико-літературних явищ, змістів художнього твору в логіко-семіотичну модель; аудіо-відеовізуалізація прочитаного художнього твору; структурування художнього твору, тексту шляхом підготовки схем, алгоритмів, таблиць, графіків тощо);
- *урахування індивідуальних стилів та можливостей суб'єктів літературної освіти* (створення середовища вибору літературно-мистецького завдання відповідно до рівня компетентності, літературного розвитку; побудова системи запитань і завдань, які враховують тип мислення, тип сприйняття, тип темпераменту, рівень навчальних досягнень учня-читача; моделювання діалогово-полілогічних ситуацій під час аналізу та інтерпретування текстів; використання технології групового/кооперативного навчання для забезпечення психологічного захисту безпорадності в

ситуації неспішності; розроблення завдань за літературно-мистецьким матеріалом із урахуванням родово-жанровостильової манери письма автора з метою виявлення креативності учня-читача; створення комунікативних ситуацій, можливості вибору/моделювання аксіологічної ситуації, проектування соціально зорієнтованої ситуації засобами художнього твору з метою формування соціального, духовного, психічного здоров'я учнів-читачів);

- *забезпечення умов рухової активності учнів-читачів у процесі формування літературної компетентності* (проведення фізкультхвилинок, валеопауз, рухових дидактичних ігор, гімнастики для очей, точково-тактильного масажу, зміна позиції корпусу учня-читача під час опрацювання літературно-мистецького матеріалу, робота за столом сидячи, вертикально з використанням парт-конторок, використання опорно-зорових сигналів тощо з метою профілактики втомлюваності мозку, зниження зору внаслідок тривалого напруження очей, статичної пози сидіння, підвищення пізнавальної активності читача та забезпечення фізичного та психічного здоров'я);
- *забезпечення рефлексивності дій суб'єктів уроку літератури* (використання різних видів рефлексій; фіксація власного ставлення до уроку на кожному його етапі за допомогою зорових сигналів, малюнків, схем, усної відповіді для формування свідомого виконання читацьких дій,

самоусвідомленості стану реалізації запланованого, критичного осмислення власних дій і дій товариша, критичного само-, взаємооцінювання виконаного, досягнутого результату; озброєння учня-читача прийомами виявлення відомого й невідомого для вирішення літературно-мистецького завдання; вироблення здатності адекватно використовувати одержану інформацію, знання та навички в житті, у тій чи іншій професійно-фаховій ситуації тощо з метою формування психічного, соціального здоров'я Людини-читача як самодостатньої, толерантно сталої Я-особистості).

Отже, валеологічно зорієнтований урок літератури допомагає підтримувати рівень працездатності, відкривати та доречно використовувати приховані та явні резерви організму дитини-читача, швидше відновлювати цей рівень за рахунок внутрішніх резервів, паритетного заповнення та

експлуатування (у хорошу сенсі) двох півкуль головного мозку. Такий урок забезпечуватиме гармонію зовнішнього і внутрішнього спокою та комфорту під час вивчення літературно-мистецького матеріалу, забезпечуватиме емоційну стійкість. Вищеописане сприятиме кожній особі оперативно та за потреби відновлювати душевну рівновагу після стресових ситуацій, адекватно реагувати на ту чи іншу навчальну/професійну/життєву ситуацію, знаходити сили й внутрішні резерви долати труднощі тощо. Головне, щоб валеологічно зорієнтований урок не стільки напружував, як сприяв досягненню результатів читацької діяльності відповідно до його можливостей і мотивів, давав кожному можливість пережити почуття задоволення, естетичної насолоди від інтелектуальної та літературно-мистецької співпраці із суб'єктами та тканиною художнього твору. Кожному суб'єктові архіважливо розуміти: життя – прекрасне, дії і вчинки кожного самодостатні, і треба радіти кожному прожитому дню.

Література

1. Апанасенко Г. Л. Валеология и фундаментальная наука / Геннадій Леонідович Апанасенко // Сайт «Школа валеології професора Апанасенка». – Режим доступу : <http://apanasenko.info/forum/?show=forum&idsf=1&idf=1&idt=10>.
2. Гончаренко М. С. Ноосферное образование – ключ к здоровью / М. С. Гончаренко, Н. В. Маслова, Н. Г. Куликова. – М. : Институт холододинамики, 2011. – 124 с.
3. Князькина З. П. Здоровьесберегающие технологии в учебно-воспитательном процессе школы / З. П. Князькина». – Режим доступу : <http://festifal.1september.ru/articles/510679>.
4. Лупаренко С. І. Здоров'язберігаючий аспект вальдорфських засобів / С. Лупаренко, Т. Смирнова, І. Ковальова». – Режим доступу : <http://valeolog.org.ua/www.pdfactory.com>.
5. Маслова Н. В. Золотой ключик для учителя : основы ноосферной педагогики / Наталья Владимировна Маслова. – Москва-Севастополь, 2009. – 127 с.
6. Ноосферная школа. Концепция / Сост. : Н. В. Маслова, В. В. Кожевникова, Н. Г. Куликова и др. – М., 2010. – 100 с.
7. Островерхова Н. М. Аналіз уроку : концепції, методики, технології / Надія

Михайлівна Островерхова. – Київ : Фірма «ІНКОС», 2003. – 352 с.

8. Рибалка О. Я. Підготовка сучасного валеологічно орієнтованого педагогічного працівника / О. Я. Рибалка // Вісник Харківського національного університету. – серія «Валеология». – № 799. – Режим доступу : <http://valeolog.org.ua/ru/pades/964>.

9. Сухомлинский В. А. О воспитании / Василий Александрович Сухомлинский. – М. Политиздат, 1985. – 270 с.

10. Сухомлинський В. О. Вибрані твори в п'яти томах. Т. 3. Серце віддаю дітям / В. О. Сухомлинський. – К. : Рад. школа, 1977. – С. 52 – 53 ; 103 – 111.

11. Сухомлинський В. Вибрані твори у 5 томах. Т. 3. / В. О. Сухомлинський. – К. : Рад. школа, 1979. – С. 115 – 116.

12. Школа Е. О. Валеологическое сопровождение образовательного процесса как условие реализации разноуровневых программ в современной школе : автореферат диссертации на соискание звания кандидата педагогических наук. – Спб. – 1997 . – Режим доступу : <http://www.trialog.ru/center/idex.php?rash=logo>, <http://bibliotekar.ru/mif/145.htm>.

13. Шуляр В. І. Літературна освіта школярів : сучасний стан і перспективи / Василь Іванович Шуляр // Українська література в загальноосвітній школі. – 2008. – № 12. – С. 10 – 13.

14. Шуляр В. І. Учень-читач і вчитель-фасилітатор в умовах 12-річної школи : [науково-методичний посібник] / Василь Іванович Шуляр, Надія Миколаївна Огренич. – Миколаїв : Видавець Ганна Гінкул, 2006. – 208 с.