

УДК 378.71

ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ ДО РОЗВИТКУ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я УЧНІВ

Палічук Ю.І., Вілігорський О.М., Горячий В.Г.

Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича

У статті розглядається готовність майбутніх учителів до розвитку культури здоров'я учнів загальноосвітньої школи. Автором проведено дослідження, яке здійснювалося у формі анкетування. За результатами дослідження з'ясовано низьку мотивацію молоді до підтримання здорового способу життя, відсутність належної теоретичної й методичної підготовки студентів-педагогів із питань формування власної культури здоров'я та розвитку культури здоров'я учнів школи, небажання самостійно займатися фізичною культурою та спортом призводить до того, що стан готовності майбутніх учителів до розвитку культури здоров'я учнів є вкрай незадовільним. Отримані дані вказують на необхідність оптимізації процесу підготовки майбутніх учителів у напрямі цілеспрямованого формування та розвитку культури здоров'я учнів загальноосвітньої школи.

Ключові слова: готовність, здоров'я, учитель, культура, здоровий спосіб життя.

Постановка проблеми. У сучасних умовах розвитку України, одним із найважливіших завдань вітчизняної педагогічної освіти постає підготовка сучасного вчителя, здатного використовувати сучасні тенденції та історичний досвід у галузі збереження здоров'я підростаючого покоління. Потреба у формуванні в учнів підліткового віку позитивного ставлення до здорового способу життя зумовлена обмеженням

рухової активності школярів, підвищенням рівня навчальних навантажень, зниженням імунітету, поширенням шкідливих звичок.

Учитель-предметник є суб'єктом педагогічної діяльності та сучасної культури, носієм соціально очікуваного стилю поведінки, способу життя. Лише той учитель, який піклується про своє здоров'я, дотримується здорового способу життя, може переконати своїх вихованців дотримувати-

ся такого стилю поведінки, який би сприяв збереженню і зміцненню їхнього здоров'я та розвитку культури здоров'я.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз наукових джерел засвідчив, що питання збереження й зміцнення здоров'я постійно привертають увагу науковців усіх часів, від античних філософів (Аристотель, Гіппократ, І. Кант, Сократ та ін.) до сучасних учених, предметом досліджень яких виступили різноманітні аспекти: розвиток валеологічної культури, культури здоров'я (І. Брехман, С. Кириленко, та ін.); підготовка фахівців до формування здорового способу життя (В. Бобрицька, П. Гусак [3] та ін.); здоров'язбережувальні технології у підготовці фахівців (Н. Башавець [1], С. Гримблат [2], Ю. Палічук [5] та ін.); підготовка майбутніх учителів до фізкультурно-оздоровчої діяльності (Т. Круцевич [4], Б. Шиян [6] та ін.).

Мета роботи – визначити готовність майбутніх учителів до розвитку культури здоров'я учнів загальноосвітньої школи.

Методи дослідження. Для розв'язання завдань використовували такі методи дослідження: теоретичні – аналіз та узагальнення матеріалів вітчизняної й зарубіжної науково-методичної літератури; періодичні видання та Інтернет-ресурси; емпіричні – опитування. Результати анкетування обробляли із застосуванням програми методів математичної статистики.

Виклад основного матеріалу дослідження. Підготовка вчителів на якісно новому рівні є одним із важливих державних пріоритетів. Модернізація системи освіти в країні ставить перед вищою школою завдання суттєвого покращення професійної підготовки та виховання майбутніх фахівців.

Важливість підготовки висококваліфікованого педагога безпосередньо пов'язана з одним із пріоритетних завдань освіти – виховання в особистості відповідального ставлення як до власного здоров'я, так і здоров'я оточуючих людей.

Формування навичок здорового способу життя, ціннісного ставлення до власного здоров'я має розпочинатися ще зі шкільних років, що потребує підготовки студентів педагогічних ВНЗ до розвитку культури здоров'я учнів загальноосвітньої школи.

Аналіз стану здоров'я випускників шкіл, які вступають до ВНЗ, засвідчує, що мало хто з них починає своє студентське життя абсолютно здоровим. За даними Міністерства охорони здоров'я України, в країні близько 90% студентів мають відхилення в стані здоров'я. Як свідчать показники статистичного збірника України, щорічно стан здоров'я студентської молоді повільно погіршується, збільшується кількість студентів, у яких виявлено хронічні хвороби різного походження. Щороку показники стану здоров'я молоді погіршуються в середньому на 10-15%, знижується рівень фізичного та психічного здоров'я, зазнають нівеляції соціально-культурні цінності фізичного виховання.

Погіршення стану здоров'я громадян пов'язане також із детренованістю організму, стресами, негативним екологічним впливом, невиконанням ергономіки праці, недостатньою руховою активністю, унаслідок чого збільшується кількість студентів, які мають відхилення в стані здоров'я.

Вирішення цих завдань забезпечують насамперед учителі. Головну увагу слід зосередити на підготовці нового покоління вчителів, які зможуть забезпечити розвиток культури здоров'я учнів; підвищити рівень власної загальної культури, складовою якої є культура здоров'я; підвищувати рівень професійної кваліфікації та соціального статусу до рівня, що відповідає їхній ролі в суспільстві. З огляду на зазначене, перед вищою школою нині постає завдання підготовки майбутнього вчителя до оздоровчої та профілактичної роботи з учнями загальноосвітньої школи, який здатний не лише навчати й виховувати учнів, а й розвивати в них культуру здоров'я.

Аналіз наукових джерел свідчить, що у вітчизняній педагогіці не надають належної уваги питанню формування готовності майбутніх учителів до розвитку культури здоров'я учнів, що викликає певні труднощі в подальшій роботі вчителя з учнями загальноосвітньої школи, коли закладається фундамент ціннісного ставлення особистості до власного здоров'я.

У багатьох державних документах розглядаються проблеми збереження здоров'я молоді, вказується необхідність розробки та запровадження у ВНЗ системи контролю за станом фізичного розвитку і здоров'я студентів, формування потреб у збереженні здоров'я засобами фізичної культури та спорту, збільшення обсягу фізичної активності (не менше ніж 5-6 годин на тиждень), утворення та функціонування спортивних клубів при вищих навчальних закладах, сприяння діяльності студентських спілок фізкультурно-спортивної спрямованості, що пов'язана з розвитком фізичної культури і спорту у ВНЗ [1].

Розвиток культури здоров'я, дбайливе ставлення до свого здоров'я та здоров'я майбутніх поколінь повинно стати пріоритетним у системі освіти. Культура здоров'я – це напрямок у педагогіці, що вивчає теорію й розробляє практику формування, збереження й зміцнення здоров'я людини. На сьогоднішній день не існує єдиного визначення терміну «культура здоров'я». У контексті дослідження окреслене поняття розглядається як невід'ємна складова загальної культури особистості, що забезпечує певний рівень знань, умінь і навичок з питань здоров'язбереження, відтворення та зміцнення здоров'я і характеризується сформованістю мотивації на ведення здорового способу життя і ціннісного ставлення до власного здоров'я та здоров'я оточуючих.

Було проведено дослідження, яке здійснювалося у формі анкетування з метою вивчення думки професорсько-викладацького складу вищих навчальних закладів України, вчителів та студентів, щодо змісту і підготовки майбутніх учителів до розвитку культури здоров'я учнів, реалізація якої здійснюється за допомогою професійно-прикладної підготовки.

В опитуванні взяли участь 140 респондентів (20 викладачів вищих навчальних закладів, 20 вчителів та 100 студентів).

Анкетування пройшли 35 студентів першого курсу, 35 студентів другого курсу та 30 студентів 3 курсу. Опитані студенти навчаються у Чернівецькому національному університеті імені Юрія Федьковича.

Аналізи результатів опитування представлені в таблицях 1-5.

Таблиця 1

Відношення студентів до фізичної культури і спорту

Ставлення до фізичної культури і спорту	К-сть	%
Позитивно, займаюсь систематично	21	21
Позитивно, але займаюсь рідко	39	39
Позитивно, але не вистачає часу	35	35
Не бачу в цьому жодної необхідності, марна втрата часу	5	5

Таблиця 2

«Моє відношення до власного здоров'я»

Стан вашого здоров'я	Викладачі		Вчителі		Студенти	
	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%
Повністю задоволений	0	0	3	15	5	5
На здоров'я не жалюся	10	50	9	45	33	33
Часто хворію	5	25	2	10	17	17
Інколи хворію	5	25	6	30	45	45

Аналіз наукової літератури та опитування виявили цілу низку причин зростання захворюваності. Серед основних названо велике навчальне навантаження, недотримання елементарних гігієнічних правил, нераціональний режим дня, проблеми з харчуванням.

Науковці стверджують, що організація процесу підготовки майбутніх учителів до розвитку культури здоров'я учнів в основному має здійснюватися за допомогою засобів професійно-прикладної фізичної підготовки (ППФП), як розділу програми з фізичного виховання у ВНЗ. Тому наступне питання анкети було спрямоване на визначення розуміння опитаними місця і значення ППФП у процесі підготовки майбутніх учителів до розвитку культури здоров'я учнів.

Таблиця 3

Розуміння значення ППФП у процесі розвитку культури здоров'я учнів

Значення ППФП	Викладачі		Вчителі		Студенти	
	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%
Формування прикладних вмінь і навичок	9	45	10	50	30	30
Розвиток тих здібностей і якостей особистості, котрі необхідні у майбутній професійній діяльності	10	50	9	45	50	50
Виховання професійно важливих психофізіологічних якостей	1	5	1	5	20	20

Проводячи дослідження і вивчаючи засоби ППФП за допомогою яких реалізується підготовка майбутніх учителів до розвитку культури здоров'я учнів, ми погоджуємось з результатами наукових доробків Б. Шияна [6], в яких він ви-

значає, що фізичні вправи є основними засобами процесу фізичного виховання.

Таблиця 4

Форми реалізації ППФП для розвитку культури здоров'я учнів

Форми реалізації ППФП	Викладачі		Вчителі		Студенти	
	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%
Навчальні заняття	13	65	14	70	50	50
Навчальна практика	4	20	1	5	14	14
Внутрішні змагання	0	0	0	0	23	23
Тренінги	3	15	4	20	13	13
Взагалі не реалізувалась	0	0	1	5	0	0

Таблиця 5

«Які фізичні якості, необхідні учителю для розвитку культури здоров'я учнів?»

Фізичні якості	Рейтинг	Викладачі		Рейтинг	Вчителі		Рейтинг	Студенти	
		К-сть	%		К-сть	%		К-сть	%
Витривалість	1	8	40	1	8	40	1	31	31
Сила	1	4	20	4	2	10	4	15	15
Швидкість	2	5	25	3	4	20	3	18	18
Спритність	4	2	10	2	5	25	2	25	25
Гнучкість	5	1	5	5	1	5	5	11	11

Всі категорії опитаних, визначили витривалість основною якістю необхідною для професійної підготовки майбутніх учителів до розвитку культури здоров'я школярів.

За результатами дослідження робимо такі висновки: абсолютна більшість опитуваних позитивно ставляться до фізичної культури і спорту, як складової культури здоров'я людини, більшість надали перевагу заняттям фізичними вправами в якості активного відпочинку. На жаль, мало опитаних продовжують займатися активною руховою діяльністю, що підтверджує дослідження науковців [2, 7-9], які зазначають, що лише 6-8% дорослого населення регулярно займається фізичною культурою, а за соціологічними даними Українського інституту соціальних досліджень, третина опитаних респондентів 18-28 років не займається фізкультурою і спортом. Основною перешкодою для занять фізичними вправами відзначають відсутність часу, хоча майже всі розуміють необхідність і значимість занять фізичною культурою і спортом. Жоден із викладачів ВНЗ та лише 15% вчителів і 5% студентів повністю задоволені станом власного здоров'я. Серед форм реалізації ППФП з метою розвитку культури здоров'я більшість визначили академічні навчальні заняття, а серед засобів найбільш емоційний та доступний – спортивні ігри. Позитивним є те, що всі розуміють значення витривалості для здоров'я людини. Більшість опитаних схильються до практичних методів підготовки майбутніх учителів у напрямі розвитку культури здоров'я учнів.

Додаткові бесіди з студентами виявили їх зацікавленість проблемою розвитку культури

здоров'я учнів загальноосвітньої школи. Серед пропозицій та рекомендацій для покращення процесу підготовки майбутніх учителів до розвитку культури здоров'я учнів слід виокремити найважливіші: володіння навиками організації оздоровчої роботи в школі; прийомами агітаційно-пропагандистської роботи для залучення учнів, батьків в систематичну турботу про здоров'я; володіння методами і засобами збору, узагальнення і використання інформації про необхідність здоров'язбереження; регулярні заняття фізичними вправами; використання міждисциплінарних зв'язків; належне навчально-методичне забезпечення; достатня поінформованість учнів з питань культури здоров'я, визначення стану здоров'я,

розвитку фізичних якостей та фізичного розвитку; знання складових здоров'я; вміння проводити фізкультурно-оздоровчі заходи тощо.

Висновки. За результатами дослідження можна зробити висновки про низьку мотивацію молоді до підтримання здорового способу життя, небажання самостійно займатися фізичною культурою та спортом призводить до того, що стан готовності майбутніх учителів до розвитку культури здоров'я учнів є вкрай незадовільним.

Перспективи подальших досліджень. Подальші дослідження будуть спрямовані на необхідність проведення моніторингу навчально-виховного процесу ВНЗ з даної проблеми.

Список літератури:

1. Башавець Н. А. Теоретико-методичні засади формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації студентів вищих економічних навчальних закладів: дис. ... доктора пед. наук: 13.00.04 / Башавець Наталія Андріївна. – Одеса, 2012. – 555 с.
2. Гримблат С. О. Здоровьесберегающие технологии в подготовке специалистов: учебно-метод. пособие / С. О. Гримблат, В. П. Зайцев, С. И. Крамской. – Харьков: Коллегиум, 2005. – 184 с.
3. Гусак П. М. Відповідальне ставлення до здоров'я: теорія та технології: монографія / П. М. Гусак, Н. В. Зимівець, В. С. Петрович; М-во освіти і науки України, Волинський нац. ун-т ім. Л. Українки. – Луцьк: Волинська обласна друкарня, 2009. – 219 с.
4. Круцевич Т. Ю. Теория и методика физического воспитания: учебник для высших учебных заведений физического воспитания и спорта / Т. Ю. Круцевич. – Киев: Олимпийская литература, 2003. – С. 136-150.
5. Палічук Ю. І. Застосування здоров'язберіжувальних технологій у вищих навчальних закладах економічного профілю: монографія / Ю. І. Палічук. – Чернівці-Вижниця: Черемош, 2014. – 258 с.
6. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б. М. Шиян. – Частина 2. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2004. – 248 с.
7. Masurier G. Top 10 Reasons for quality physical education / Guy le Masurier, Charles B. Corbin // JOPERD. – 2006. – V. 77, № 6. – P. 44-53.
8. Puetz T. W. Physical activity and feelings of energy and fatigue: epidemiological evidence / T. W. Puetz // Sports Medicine. – 2006. – V. 36. – P. 767-780.

Палічук Ю.І., Вилигорський А.Н., Горячий В.Г.

Черновицкий национальный университет имени Юрия Федьковича

ПОДГОТОВКА БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ К РАЗВИТИЮ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ УЧАЩИХСЯ

Аннотация

В статье рассматривается готовность будущих учителей к развитию культуры здоровья учащихся общеобразовательной школы. Автором проведено исследование, которое осуществлялось в форме анкетирования. За результатами исследования установлено низкую мотивацию молодежи к поддержанию здорового образа жизни, отсутствие надлежащей теоретической и методической подготовки студентов-педагогов по вопросам формирования собственной культуры здоровья и развития культуры здоровья учащихся школы, нежелание самостоятельно заниматься физической культурой и спортом приводит к тому, что состояние готовности будущих учителей к развитию культуры здоровья учащихся является крайне неудовлетворительным. Полученные данные указывают на необходимость оптимизации процесса подготовки будущих учителей в направлении целенаправленного формирования и развития культуры здоровья учащихся общеобразовательной школы.

Ключевые слова: готовность, здоровья, учитель, культура, здоровый образ жизни.

Palichuk Y.I., Viligorskiy A.N., Goryachii V.G.

Chernivtsi Yuriy Fedkovych National University

TRAINING OF FUTURE EDUCATORS FOR THE DEVELOPMENT OF HEALTH CULTURE OF STUDENTS

Summary

In the article the willingness of teachers to the development of culture of health of students of secondary schools. The author of the research, which was carried out in the form of a questionnaire. The study found low motivation of young people to maintain a healthy lifestyle, lack of adequate theoretical and methodical preparation of students-teachers of forming its own culture of health and health culture of students of the school, unwillingness to independently engage in physical culture and sport causes that the state of readiness of the future teachers to develop a culture of health of students is extremely unsatisfactory. These data indicate the need to optimize the process of preparing future teachers towards the targeted formation and development of culture of health of secondary school students.

Keywords: readiness, health, teacher, culture, healthy lifestyle.