

УДК 613:001.001.11

Олександр Логвиненко, кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання
Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ ЯК НАУКОВЕ ІНТЕГРОВАНЕ ПОНЯТТЯ

У статті розглядаються проблеми здоров'я сучасної молоді, аналізуються поняття "здоров'я" та "здоровий спосіб життя", обґрунтовується психолого-педагогічна структура формування здорового способу життя школярів.

Ключові слова: здоров'я, здоровий спосіб життя, життєдіяльність, соціальне середовище, інтеграція, фізична культура, фізичне виховання, спорт.

Літ. 10.

Александр Логвиненко, кандидат педагогических наук,
доцент кафедры теории и методики физического воспитания
Дрогобычского государственного педагогического университета имени Ивана Франка

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ КАК НАУЧНОЕ ИНТЕГРИРОВАННОЕ ПОНЯТИЕ

В статье рассматриваются проблемы здоровья современной молодежи, анализируются понятия "здоровье" и "здоровый образ жизни", обосновывается психолого-педагогическая структура формирования здорового образа жизни школьников.

Ключевые слова: здоровье, здоровый образ жизни, жизнедеятельность, социальная среда, интеграция, физическая культура, физическое воспитание, спорт.

Olexander Lohvynenko, Ph. D. (Pedagogic)
Drohobych State Pedagogical University by I. Franko

HEALTHY STYLE OF LIFE AS SCIENTIFIC INTEGRATIVE NOTION

The article deals with the problems of modern youth health; the notions "health" and "healthy style of life" are under analysis; psycho-pedagogical structure of formation of healthy lifestyle.

Keywords: health, healthy lifestyle, life activity, social environment, integration, physical culture, physical training, sport.

Постановка проблеми. Сучасна педагогічна наука досліджує чимало проблем, які об'єктивно обумовлені викликами соціального буття. Одна із них – формування і дотримання здорового способу життя, в практичній реалізації якого існує чимало недоліків.

В країні погіршується стан здоров'я населення, зокрема дітей та молоді, що пояснюється рядом причин: недооцінкою значення проблеми на загальнодержавному рівні, в сім'ї, навчальних закладах, місцях праці. Обмежені можливості для формування здорового способу життя засобами фізичної культури та спорту. Низький рівень знань людей щодо засобів зміцнення і збереження здоров'я, ролі при цьому здорового способу життя. Погіршується екологія середовища, зростає рівень залежності людей від алкоголю, паління, вживання наркотиків. Порушується спільність та єдність підходів до вирішення цієї проблеми сім'єю, навчальними закладами, державними та громадськими організаціями, трудовими колективами, що є особливо небезпечним для виховання молодого покоління. В сім'ї

недооцінюється важливість дотримання дітьми вимог до режиму дня, формування санітарно-гігієнічних навичок, створення доброзичливого сімейного мікроклімату, неприпустимості антипедагогічних методів впливу на дітей. Навчання в школі супроводжується порушенням наукових вимог до навантаження учнів, яке є збільшеним. У них виникає дефіцит м'язової діяльності, погіршується зір. Вимагає підвищення (як в учнів, так і в студентів) рівень усвідомлення у ставленні до власного здоров'я, дотримання здорового способу життя. Слід значно покращити умови життєдіяльності учнів і студентів у позанавчальний час, щоб вони відкривали можливості для розвитку їх різнобічних інтересів, організації здорового способу життя [5; 6; 10].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема формування та дотримання здорового способу життя є предметом дослідження багатьох галузей знання: філософії, соціології, біології фізіології, валеології, медицини, психології, педагогіки, фізичної культури і спорту та інших. Її теоретичні та практичні аспекти вивчають Г. Власюк, О. Безпалько, Н. Бутенко, О. Вакулєнко,

Г. Власюк, О. Волошин, Н. Зимівець, В. Кузьменко, Н. Ковальчук, О. Кривенко, А. Кандауров, М. Лук'янченко, Ю. Мельник, М. Мурашко, Л. Мокринська, М. Почерніна, Л. Омельченко, О. Омельченко, А. Сахно, Л. Сущенко, Л. Телешко, В. Фотинюк та багато інших дослідників. Це пояснюється не тільки важливістю та актуальністю названої проблеми, а й її складністю, комплексністю, інтегративним характером самого поняття “здоровий спосіб життя” та технологією формування цього способу життя на практиці.

Мета статті. Проаналізувати поняття “здоровий спосіб життя” в контексті його інтегративності як ознаки, що виступає чинником багатоаспектності наукових досліджень.

Інтеграція – універсальне поняття, що пов’язане з розвитком, об’єднанням, утворенням та відновленням певної цілісності. Його ядром є впорядкування різних елементів, складових частин у функціонально єдиний організм, цілісне утворення. Інтеграційні процеси відбуваються у кожній сфері людської діяльності і забезпечують взаємодію у меті, завданнях, змісті та технології її здійснення [2].

Аналіз інтеграційної ознаки поняття “здоровий спосіб життя” вимагає звернення до його теоретичного визначення. Наводимо деякі з них, що містяться в наукових джерелах:

1. Здоровий спосіб життя – активна діяльність людей спрямована на збереження і зміцнення здоров’я як умови і передумови здійснення інших аспектів способу життя, на подолання чинників ризику виникнення і розвитку захворювань, оптимального використання в інтересах охорони і поліпшення здоров’я, соціальних і природних умов та чинників способу життя [2, 174].

2. Здоровий спосіб життя – це спосіб життєдіяльності людини, який вона усвідомлено обирає і відповідально відтворює в повсякденному бутті з метою збереження та зміцнення здоров’я, як продукт духовних і фізичних зусиль людини, цілісна система життєвих проявів особистості, що сприяє гармонізації її індивідуальності в умовах соціального середовища [3, 51 – 52].

3. Здоровий спосіб життя (ЗСЖ) – це спосіб життя, заснований на принципах моральності, раціонально організований і активний, трудовий, який загартовує і водночас захищає від несприятливих впливів навколишнього середовища, що дозволяє до глибокої старості зберігати моральне, психічне і фізичне здоров’я [10, 23].

4. Здоровий спосіб життя – спосіб життєдіяльності людини, метою якого є формування, збереження і зміцнення здоров’я [1, 174].

5. Здоровий спосіб життя – це все в людській

діяльності, що стосується збереження і зміцнення здоров’я, все, що сприяє виконанню людиною своїх людських функцій через посередництво діяльності з оздоровлення умов життя, праці, відпочинку, побуту [8, 13].

Порівняння наведених визначень свідчить, що до ознак поняття “здоровий спосіб життя” науковцями віднесені такі його компоненти: здоров’я, спосіб життєдіяльності, умови життя, соціальні і природні чинники, фізичні і духовні зусилля, спеціальні знання і вміння, цілісна система життєвих проявів особистості, чинники ризику, усвідомленість та відповідальність, соціальне середовище, раціональна організованість, моральність та інші. Центральний компонент – поняття “здоров’я”. Він є головним у всіх визначеннях незалежно від їхнього об’єму (широти чи вузькості) та змісту. Поняття “здоров’я” виступає смислоутворюючою основою здорового способу життя, його метою, що досягається завдяки функціонуванню різних сприятливих умов та комплексу засобів її досягнення (матеріальних, духовних, організаційних, наукових тощо).

Тому сучасна наука обґрунтовує поняття “здоров’я” у різних вимірах: біологічному, філософському, соціальному, медичному, правовому, екологічному, економічному, психологічному, педагогічному, управлінському тощо. Вона визнає його явищем системного характеру, інтегративною категорією. Здоров’я розглядається як: вища універсальна, першочергова цінність для людини та суспільства; право людини; системна якість; динамічний стан фізичного, духовного, психологічного, інтелектуального, соціального благополуччя. Статут ВООЗ наголошує на необхідності відносити до поняття “здоров’я” різні види благополуччя, різні види здоров’я (фізичне, духовне, соціальне), не пов’язуючи його тільки з відсутністю хвороб чи фізичних вад [3, 48].

Фізичне здоров’я пов’язується наукою з індивідуальними особливостями анатомічної будови тіла, фізіологічними функціями організму, рівнями фізичного розвитку його органів і систем, відсутністю хвороб і ін.

Психічне здоров’я виявляється в індивідуальних особливостях реакцій людини на різні життєві ситуації, вірогідність стресів, афектів, що обумовлюється особливостями характеру людини, її мисленням.

Духовне здоров’я невіддільне від загальної духовної культури особистості впливу на неї освіти, науки, мистецтва, етики, релігії, ставлення до сенсу життя.

Соціальне здоров’я – наслідок відносин особистості в різних структурних одиницях

соціуму – сім'ї, навчальних закладах, місцях праці, відпочинку, що виявляється в її станах задоволення, захищеності або незахищеності, на що діють різні впливи (економічні, політичні, духовні, соціальні) притаманні головним сферам суспільного життя [4, 6]. Ці види здоров'я тісно пов'язані і становлять єдиний інтегрований комплекс у понятті “здоров'я”.

Поняття “здоровий спосіб життя” ґрунтується на понятті “спосіб життя”. Спосіб життя пояснюється наукою як сукупність форм повсякденної діяльності людини в єдності з умовами, що її визначають і спрямовують за допомогою ціннісних орієнтацій і усвідомлених потреб [2, 417].

Спосіб життя обґрунтовується як здоровий, якщо він характеризує його високоякісний характер, виходячи щодо цього з усталених у науці і повсякденному житті позицій. Слід враховувати і те, що життєдіяльність людини відбувається в соціальному середовищі і формування здорового способу її життя відбувається під його впливом.

Наука розглядає соціальне середовище в широкому (макросередовище) і вузькому (мікросередовище) значенні. До макросередовища входить загалом все суспільство, вся суспільно-економічна система: виробничі сили, сукупність різних сфер діяльності, суспільних інститутів, суспільної свідомості. До мікросередовища – безпосереднє оточення людини, в якому вона перебуває і діє: сім'я, навчальний і трудовий колективи, об'єднання за інтересами, громадські організації тощо.

У соціальному середовищі відбувається процес соціалізації особистості, який означає засвоєння нею знань, цінностей, норм, традицій, звичок, відношень, які притаманні суспільству або певній соціальній групі. Соціалізація може бути первинною, відтворюючи вікові періоди дитинства, юності, і вторинною, стосуючись дорослих. Соціалізація – процес динамічний, пов'язаний зі змінами в суспільному житті.

Соціальне середовище повинно створювати для людей різних вікових груп належні умови для їх соціалізації, в тому числі – формування здорового способу життя, зміцнення здоров'я. Воно, як свідчить буття, може цілеспрямовано, активно, позитивно, з дотриманням наукових засад впливати на ці процеси або, навпаки, не створювати належних умов, що призводить до розвитку різних негативних явищ у формуванні здорового способу життя.

Отже, інтегрованість, як ознака поняття “здоровий спосіб життя”, наголошує на його системному характері, цілісності, що об'єднує в собі значну кількість взаємодіючих компонентів,

від реалізації яких на наукових засадах залежить формування здорового способу життя.

Суттєву роль у формуванні здорового способу життя відіграє сфера фізичної культури і спорту, наукове обґрунтування різних аспектів цього процесу в контексті інтеграції. Відзначимо певні позитивні підходи до розв'язання цієї проблеми як в наукових пошуках, так і на практиці.

Науковці М. Мурашко, М. Почерніна, О. Кривенко дослідили інтерактивні технології у формуванні здорового способу життя студентської молоді; В. Фотинюк – інтегративний підхід у вирішенні завдань професійно-прикладної фізичної підготовки студентів; В. Кузьменко, П. Щербак – інтегрований підхід до організації уроків фізичної культури як засіб оптимізації здорового способу життя учнів 8 – 9 класів; Г. Власюк, Л. Терешко – психолого-педагогічні аспекти реалізації здорового способу життя школярів [6; 8; 9].

Автори досліджень доводять важливість використання у вихованні здорового способу життя студентської молоді психологічних факторів (спілкування з природою, пізнання нового, творчої активності) інтегративних технологій у вигляді відеофільмів, відеокліпів, сайтів. Обґрунтовується психолого-педагогічна структура формування здорового способу життя школярів, до якої входять потреба, мотив, бажання, намір, знання, вміння, навички, переконання, інтерес, наполегливість, самостійність, які розглядаються як інтегративна сукупність.

Цікаві переконливі матеріали з досвіду організації “Шкіл сприяння здоров'ю”, в яких інтегровано здійснюється комплекс навчально-виховних завдань у ряді шкіл Одеської області, містить науково-методичний збірник “Школа здоров'я” [5]. У ньому аналізується, як в цих навчальних закладах створюється здоров'язберігаюче середовище, застосовуються прийоми мотивації учнів на здоровий спосіб життя через розвиток усіх видів здоров'я, залучення батьківської громадськості, представників медичної сфери, місцевих органів самоврядування, громадських організацій для попередження негативних проявів у дитячому та молодіжному середовищі. Розкриваються особливості проведення різних заходів, у тому числі – фізкультурно-спортивних.

І хоча сучасна теорія і практика все більше досліджують інтегрованість у контексті формування здорового способу життя, ця проблема вимагає подальшого вивчення.

1. *Все про соціальну роботу: Навчальний енциклопедичний словник-довідник / За ред. проф. В.М. Пічі. – Львів: “Новий Світ – 2000”, 2012. – 616 с.*

2. *Головатий М.Ф. Соціальна політика і соціальна*

СТРАТЕГІЇ КОЛАБОРАТИВНОГО НАВЧАННЯ У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

робота: Термінологічно-поняттєвий словник / М.Ф. Головатий, М.Б. Панасюк. – К.: МАУП, 2005. – 560 с.

3. Енциклопедія для фахівців соціальної сфери / За заг. ред. проф. І.Д. Звереві. – Київ-Сімферополь: Універсум, 2012. – 536 с.

4. Роль засобів масової інформації та інших джерел у формуванні здорового способу життя молоді / О. Яременко, О. Балакірева, О. Вакулєнта ін. – К.: Український інститут соціальних досліджень, 2000. – 111 с.

5. Школа здоров'я. Частина 1. / уклад. В.В. Григораш. – Х.: "Основа", 2010. – 208 с.

6. Молодь в умовах становлення незалежності України (1991 – 2011 роки): щоріч. доп. Президенту України, Верховній Раді України, Кабінету Міністрів України про становище молоді в Україні / М-во освіти

і науки, молоді та спорту України [редкол.: О.В. Бєлишев та ін.]. – Київ, 2011. – 316 с.

7. Мурашко М., Почерніна М., Кривєнко О. Інтерактивні технології у формуванні здорового способу життя студентської молоді // Теорія і методика фізичного виховання. – 2008. – № 8. – С. 25 – 29.

8. Реалізація здорового способу життя – сучасні підходи: Монографія / За заг. ред. М. Лук'яченка, В. Куриш, Ю. Мігасевич. – Дрогобич, 2009. – 592 с.

9. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 15. "Науково-педагогічні проблеми фізичної культури". – Т.1. – Вип. 7 (33). – 552 с.

10. Омєльченко Л.П., Омєльченко О.В. Здоров'ятворча педагогіка. – Х.: "Основа", 2008. – 205 с.

Стаття надійшла до редакції 03.04.2014

УДК 378

Світлана Кожушко, кандидат філологічних наук, доцент, завідувач кафедри іноземних мов Дніпропетровського університету імені Альфреда Нобеля

СТРАТЕГІЇ КОЛАБОРАТИВНОГО НАВЧАННЯ У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

У статті висвітлюються підходи науковців до розкриття сутності стратегій колаборативного навчання студентів у вищому навчальному закладі, розкривається семантичне значення таких термінів як стратегія навчання, технологія навчання та колаборація у навчанні, проводиться порівняльний аналіз кооперативного та колаборативного навчання.

Ключові слова: колаборативне навчання, кооперативне навчання, стратегії навчання, технології навчання, модератор, професійна взаємодія.

Лит. 11.

Светлана Кожушко, кандидат филологических наук, доцент, заведующая кафедрой иностранных языков Днепропетровского университета имени Альфреда Нобеля

СТРАТЕГИИ КОЛЛАБОРАТИВНОГО ОБУЧЕНИЯ В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ

В статье описываются подходы исследователей к раскрытию сущности стратегий коллаборативного обучения студентов в высшем учебном заведении, раскрывается семантическое значение таких терминов как стратегия обучения, технология обучения и коллаборация в обучении, проводится сравнительный анализ кооперативного и коллаборативного обучения.

Ключевые слова: коллаборативное обучение, кооперативное обучение, стратегии обучения, технологии обучения, модератор, профессиональное взаимодействие.

Switlana Kozhushko, Ph.D. (Philology), Docent Head of Foreign Languages Department Dnipropetrovsk University by A. Nobel

STRATEGIES OF COLLABORATIVE LEARNING IN HIGHER EDUCATIONAL ESTABLISHMENT

The article deals with the approaches of some researchers to the essence of collaborative learning, implemented into the process of students training at higher educational establishments. Special attention is paid to the role and functions of a teacher in the process of collaborative learning, who in these conditions is acting as a moderator.

Keywords: collaborative learning, cooperative learning, strategies of education, technologies of education, moderator, professional interaction.

Постановка проблеми. Сучасні тенденції розвитку світової економіки, розширення міжнародних, культурних

та економічних зв'язків України з іншими країнами, її орієнтація на інтеграцію з цивілізованою світовою спільнотою, об'єктивні