

**ВИКОРИСТАННЯ ІНТЕРАКТИВНИХ МЕТОДІВ НАВЧАННЯ
В ПРОЦЕСІ ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ПЕДАГОГІВ
ІЗ ПИТАНЬ ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК
ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ПІДЛІТКІВ**

У статті розглядаються інноваційні підходи щодо підвищення кваліфікації педагогів, психологів, соціальних працівників з питань формування навичок здорового способу життя школярів. Підкреслюється важливість використання у цьому процесі інтерактивних методів навчання. Особлива увага приділяється підготовці педагогів до проведення соціально-просвітницьких тренінгів із підлітками як дієвої форми організації занять з формування навичок здорового способу життя молоді.

Ключові слова: інновації, здоров'я, здоровий спосіб життя, тренінг, інтерактивні методи, підвищення кваліфікації, підлітки.

В статье рассматриваются инновационные подходы относительно повышения квалификации педагогов, психологов, социальных работников по вопросам формирования навыков здорового образа жизни школьников. Подчеркивается важность использования в этом процессе интерактивных методов обучения. Особенное внимание уделяется подготовке педагогов к проведению социально-просветительских тренингов с подростками как одной из действенных форм организации занятий по формированию навыков здорового образа жизни молодежи.

Ключевые слова: инновации, здоровье, здоровый образ жизни, тренинг, интерактивные методы, повышение квалификации, подростки.

The article deals with innovative approaches to improving the qualifications of teachers, psychologists and social workers on the formation of healthy lifestyle of students. Attention is drawn to the importance of the usage of interactive learning methods during this process. Particular importance is attached to the training of teachers who conduct the socio-educational training for teenagers as one of the most effective forms of organization the studies of the formation of healthy lifestyle habits of the youth.

Key words: innovation, health, healthy lifestyle, training, interactive methods, improving qualifications, teenagers.

Гуманізація освіти, орієнтація на особистість дитини потребує турботи про її здоров'я. Важливою складовою ефективної системи освіти є забезпечення здоров'я дітей та їх здатності навчатися. При цьому посилюються вимоги до стану здоров'я дітей в умовах інтенсифікації освітніх програм, диференціації

навчання, впровадження нових педагогічних технологій. Актуальність проблеми індивідуального і суспільного здоров'я молоді набула державного значення, тому що саме молодь як перспективна частина суспільства розбудовуватиме майбутнє. Проблема впровадження здорового способу життя в молодіжне середовище належить до категорії тих, що визначають рівень національної безпеки держави.

Стан здоров'я населення – інтегральний індикатор загальносоціального благополуччя країни, відображення рівня і характеру її соціально-економічного розвитку і, у свою чергу, – важливий фактор формування демографічного, економічного і культурного потенціалу суспільства в контексті його стійкого розвитку [5].

У сучасних умовах розвитку освіти важливого значення набуває процес формування у школярів ціннісного ставлення до власного здоров'я та здорового способу життя. За останні роки в Україні суттєво погіршилися показники здоров'я населення. Проблема здоров'я молоді є особливо актуальною у зв'язку з посиленням впливу соціально-економічних та соціально-культурних чинників. В учнівському середовищі спостерігається тенденція до виявлення проявів негативної поведінки: тютюнопаління, вживання алкоголю, наркотичних речовин, ранніх статевих зв'язків. Як наслідок – збільшення різноманітних захворювань, поширення ВІЛ-інфекції та хвороб, що передаються статевим шляхом, випадки ранньої вагітності. Неприятливі соціокультурні умови призводять до того, що дитяче та підліткове середовище залучається до нікотину, алкоголю, наркотичних речовин, що різко погіршують стан фізичного і психічного здоров'я підлітків.

Оновлення освітнього процесу на всіх етапах навчання людини є невід'ємною частиною сучасної парадигми освіти, зокрема післядипломної педагогічної освіти. Особливої уваги заслуговують інновації у використанні інтерактивних технологій роботи зі слухачами курсів.

Інтерактивний (*від англ. interact, inter – взаємний, act - діяти*) – означає здатність взаємодіяти чи знаходитись у режимі діалогу, бесіди з чим-небудь або з ким-небудь [7].

Інтерактивні методи передбачають спільне навчання (навчання в співпраці): і педагог, і ті, кого навчають, є суб'єктами навчання. При цьому педагог виступає у ролі більш досвідченого організатора навчального процесу, а учасники взаємодіють один з одним, обмінюються інформацією, моделюють ситуації, спільно вирішують проблеми.

Інтерактивне навчання — це така організація навчального процесу, за якої практично всі учасники залучені в процес пізнання, мають можливість розуміти та рефлексувати з приводу власних думок. Самостійна діяльність учасників у процесі пізнання, засвоєння навчального матеріалу передбачає особистий внесок кожного, активний обмін знаннями, ідеями, способами діяльності. Усе відбувається в атмосфері доброзичливості та взаємної підтримки, що не тільки дозволяє одержати нові знання, але й сприяє пізнавальній діяльності, високому рівню кооперації та співпраці. Інтерактивна діяльність передбачає організацію і розвиток діалогового спілкування, що

призводить до взаєморозуміння, спільного вирішення вагомих для кожного завдань. У ході діалогового навчання учні вчать критично мислити, вирішувати складні проблеми на основі аналізу ситуації та інформації, приймати продумані рішення, брати участь у діалогах, дискусіях. Для цього на заняттях організовується індивідуальна, парна та групова робота, дослідження проектів, творчі роботи, рольові ігри [7].

Використання інтерактивних методів у практиці превентивної освіти дозволяє активізувати профілактичний процес, внести позитивні зміни у процес формування навичок здорового способу життя учнівської молоді.

Сучасні дослідження щодо навичок здорового способу життя учнівської молоді дають підстави стверджувати про стійку тенденцію до теоретизації знань про здоров'я та здоровий спосіб життя. Так, учні знають, що вживати тютюн, алкоголь, наркотичні речовини — це погано, а вести здоровий спосіб життя — це добре, проте мало хто реалізовує це у повсякденному житті.

На нашу думку, педагоги недостатньо володіють спеціальними методами роботи з формування знань, умінь і навичок щодо збереження і зміцнення здоров'я підлітків, інколи неправильно використовують означені методи у своїй роботі. Доречним із цього приводу буде висловлювання Гудйонсона: «Кожний, хто має певний досвід тренінгу в різних групах, знає, що ігри та вправи — інструменти, які можна використовувати досить невміло та неефективно, а іноді — зі шкідливими наслідками. Саме тому вирішальна умова використання інтерактивних методик — власний досвід участі в груповій динаміці самопізнання» [9].

Отже, в процесі підвищення кваліфікації вчителів, психологів, соціальних працівників наше завдання — навчити їх ефективно використовувати у роботі з підлітками щодо питань формування навичок здорового способу життя інтерактивні методи навчання, які не просто інформують дитину, а й сприяють розвитку відповідних навичок.

Серед інтерактивних технологій особлива роль відводиться такій формі роботи як тренінг.

У педагогічному просторі не існує загальноприйнятого визначення поняття „тренінг”, що дає підстави для його широкого тлумачення, а інколи означення цим терміном різних прийомів, форм, що використовуються в освітній практиці.

Термін „тренінг” (*від англ. — train, training*) має декілька визначень: виховання, тренування, дресирування. Подібна багатозначність характерна і науковим визначенням тренінгу. Зокрема Л.А. Петровська дає наступне визначення тренінгу: «Це засіб впливу, спрямований на розвиток знань, соціальних установок, умінь і досвіду в галузі міжособистісного спілкування, засіб розвитку компетентності» [6]. Інше визначення пропонує Ю.Н.Ємельянов: „Тренінг — це група методів розвитку здібностей до навчання та оволодіння різними складними видами діяльності» [1]. Отже, тренінг — це форма організації навчання, у ході якої використовуються інтерактивні методи навчання, а учасники мають можливість під час спілкування в комфортній

емоційній атмосфері обмінюватися досвідом і знаннями з метою отримання нових знань та засвоєння відповідних навичок [3].

Існують різні види тренінгів: комунікативні, психологічні, особистісного росту, соціально-просвітницькі, психотерапевтичні, бізнес-тренінги тощо. Вид тренінгу обумовлюється його основними завданнями. У нашому дослідженні увага акцентується саме на інформаційно-просвітницькому тренінгу, оскільки його може проводити кожен, хто зацікавлений у просвітницькій роботі та має відповідну підготовку в оволодінні навичками групових форм роботи.

Тренінг як форма організації навчально-виховного процесу має свої особливості:

- дотримання певних принципів групової роботи;
- спрямованість на психологічну допомогу учасникам групи в саморозвитку (при цьому допомога спрямована не тільки від ведучого групи, а й від самих учасників);
- наявність постійної групи з 8-16 учасників, що періодично зустрічаються чи працюють протягом двох-п'яти днів (за певних умов кількість учасників може бути більшою — до 24-25 чоловік);
- певна просторова організація (зазвичай це робота у зручному приміщенні, де переважну частину часу учасники сидять у колі);
- акцент на взаємовідносинах учасників групи для аналізу та розвитку в ситуації «тут і тепер»;
- використання активних та інтерактивних методів групової роботи;
- об'єктивізація суб'єктивних почуттів та емоцій учасників групи щодо один одного та подій, які відбуваються в групі, рефлексія;
- атмосфера розкнутості, психологічної безпеки та свободи спілкування між учасниками групи.

Аналіз діяльності педагогів із проведення тренінгових занять свідчить про недостатність їхніх знань щодо структури тренінгового заняття. Тому, вважаємо за доцільне запропонувати класичну схему соціально-просвітницького тренінгового заняття.

Структура тренінгового заняття

- | | | |
|--|---|------------------|
| 1. Вступ. Привітання | } | Початок тренінгу |
| 2. Знайомство | | |
| 3. Прийняття/повторення правил роботи групи | | |
| 4. Оголошення теми, мети, завдань тренінгового заняття | | |
| 5. Визначення учасників | } | Основна частина |
| 6. Оцінка рівня поінформованості | | |
| 7. Актуалізація проблеми | | |
| 8. Інформаційний блок | | |
| 9. Набуття, відтренування практичних навичок | } | Заклучна частина |
| 10. Завершення роботи. Зворотний зв'язок | | |

Етапи соціально-просвітницького тренінгу повинні обов'язково реалізовуватися. Упущення будь-якого етапу з метою економії часу є грубою помилкою.

Співвідношення структурних елементів соціально-просвітницького тренінгу може бути різним.

Д. Ли пропонує об'єднувати етапи тренінгу у три блоки: початок, основна частина, заключна частина [2].

Початок тренінгу складається з таких компонентів:

– визначення умов проведення тренінгу: чому присвячене заняття, які питання в ньому розглядатимуться?

– визначення актуальності проблеми, пояснення причин проведення тренінгу та його переваг;

– зацікавлення учасників;

– представлення програми тренінгових занять;

– розповідь про себе;

– процес знайомства учасників тренінгового курсу;

– завоювання прихильності учасників групи, зменшення їхніх хвилювань;

– прийняття правил роботи тренінгових занять. Ця частина введення надзвичайно важлива, оскільки зорієнтована на майбутнє і значною мірою визначає ефективність усього тренінгового процесу.

Основна частина обумовлена завданнями та змістом тренінгового курсу, однак існує декілька правил, що її характеризують:

– дослідження предмета;

– розподіл зібраної інформації за темами;

– організація матеріалу.

Заключна частина — це можливість:

– дати відповіді на запитання, які не були достатньо висвітлені в ході основної частини;

– визначити результативність засвоєння учасниками групи запропонованого матеріалу та інформації (теоретичного матеріалу, практичних навичок);

– визначити, чи виправдалися очікування учасників групи;

– визначити перспективи застосування отриманих знань і вмінь у реальному житті учасників.

Важливо, щоб учасники групи, які пройшли навчання за програмою тренінгу, були мотивовані до подальшої діяльності та мали почуття впевненості в собі.

Виділимо основні принципи інтерактивного, тренінгового навчання [2]:

1. Навчання — добровільний процес. Для того, щоб він відбувся, учасник повинен виявляти зацікавленість до занять. Усе, про що він хоче дізнатися, учасник повинен вивчити сам. Оскільки обсяг отриманих знань визначається ставленням учасника до навчання, завдання тренера — продемонструвати необхідність самостійної роботи.

2. Відповідальність підвищує ефективність навчання. Якщо тренер розподіляє відповідальність за навчання та кінцевий результат на самого учасника, спостерігається зростання кількості отриманих знань і підвищується ступінь запам'ятовування інформації.

3. Навчання реалізовується на базі вже існуючих знань. Здатність людини до навчання значною мірою визначається тим досвідом, яким вона вже володіє.

4. Навчання будується за принципом «від простого до складного».

Якщо навчання залежить від існуючих знань, тренінг слід розпочинати із простих істин, поступово просуваючись до складних понять. Якщо ж тренер передчасно зупиняється на складних питаннях, він ризикує втратити увагу групи і не досягти кінцевої мети тренінгу. Заняття слід планувати поетапно, поступово ознайомлюючи учасників із новою інформацією.

5. Кожен засвоює матеріал у прийнятному йому темпі. Хоча тренер забезпечує створення навчального середовища, швидкість протікання цього процесу значною мірою залежить від членів групи.

6. Люди вчаться краще, коли виконують дії. Ефективність навчання збільшується прямо пропорційно участі в діяльності — заняття мають забезпечувати членів групи можливістю перевірки динаміки їх навчання, а це досягається вдалим підбором методів.

Аналіз перерахованих принципів тренінгового заняття дозволяє визначити переваги тренінгу як інтерактивної форми навчально-виховного процесу:

- ✓ груповий досвід протидіє відчуженню, сприяє вирішенню міжособистісних стосунків;
- ✓ група є відображенням суспільства в мініатюрі;
- ✓ учасники групи можуть ідентифікувати себе з іншими, що значно підвищує ефективність оволодіння новим досвідом;
- ✓ у групі особистість отримує нові знання, вміння, навички, експериментуючи з різноманітним матеріалом;
- ✓ реалізовується зворотний зв'язок і підтримка з боку інших членів групи.

У цілому всі слухачі курсів, які були учасниками тренінгового заняття, дали позитивні відгуки про таку форму роботи. У той же час варто відзначити ряд труднощів, що зустрілися під час проведення тренінгових занять. Більшість учасників, особливо педагоги, помилково вважають тренінг розвагою, грою, розслабленням, адже це напружена внутрішня робота, у першу чергу, над самим собою. Вона включає не лише ігри та різноманітні вправи, але й обмін думками, обговорення. Більшість учасників зазвичай не готові до такої діяльності, оскільки в основному зорієнтовані на традиційні форми навчання: лекції чи практичні заняття.

Завдання післядипломної освіти полягає в підвищенні кваліфікації педагогів та керівників навчальних закладів, зміст діяльності спрямовано на постійне інформаційне підживлення слухачів щодо теоретичних та практичних нововведень в освітній галузі. Активне впровадження інтерактивних форм роботи в процес підвищення кваліфікації працівників освіти допоможе

реалізувати означені завдання, вирішити ряд проблем, пов'язаних із підвищенням якості навчальної діяльності щодо формування у дітей навичок здорового способу життя.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Емельянов Ю. Н. Активное социально-психологическое обучение / Ю. Н. Емельянов. – Л., 1985. – 167 с.
2. Ли Д. Практика группового тренинга / Д. Ли. – СПб., 2001. – 224 с.
3. Лещук Н. О. Методика освіти «Рівний-рівному» : навч.-метод. посіб. / Н. О. Лещук. Ж. В. Савич, Н. В. Заверико [та ін.]. – К. : Наш час, 2007. – 104 с.
4. Превентивна робота з молоддю за методом «Рівний-рівному» : навч. посіб. / за ред. І. Д. Звереві. – К. : Навчальна книга, 2002 – 256 с.
5. Сивохоп Я. М. Основні підходи щодо формування навичок здорового способу життя учнівської молоді / Я. М. Сивохоп // Науковий вісник Ужгородського національного університету. – 2010. – № 18. – С. 94-98. – (Серія «Педагогіка. Соціальна робота»).
6. Теоретические и методические вопросы социально-психологического тренинга. – М., 1982. – 208 с.
7. Химинець В. В. Психолого-педагогічні аспекти інноваційних технологій : навч.-метод. посіб. / В. В. Химинець, Я. М. Сивохоп, В. В. Петрус. – Ужгород : Інформаційно-видавничий центр ЗППО, 2006. – 148 с.
8. Химинець В. В. Інноваційна освітня діяльність / В. В. Химинець. – Ужгород : Інформаційно-видавничий центр ЗППО, 2007. – 364 с.
9. Gudjons H. Spielbuch interaktionserziehung. – Klinkhard, 1992. – 236 s.

Дата надходження до редакції: 10.10.2012 р.