

УДК: 371. 8

О.А. ШЕВЧУК

МОТИВАЦІЯ ВЕДЕННЯ БЕЗПЕЧНОГО, ТВЕРЕЗОГО, ЗДОРОВОГО СПОСОБІВ ЖИТТЯ В ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ «БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ»

***Резюме.** У статті теоретично обґрунтовано роль мотивації у веденні безпечного, тверезого, здорового способів життя в процесі вивчення першокурсниками ВНЗ дисципліни «Безпека життєдіяльності» шляхом її валеологізації.*

***Ключові слова:** мотивація, спосіб життя, безпека життєдіяльності, валеологізація, першокурсники.*

Постановка проблеми. Однією з актуальних проблем сучасної педагогіки як науки є якнайширше і найповніше застосування її досягнень у справі навчання, виховання і розвитку молодого покоління заради розбудови здорового суспільства та формування його валеологічного світогляду. Тому першочерговим завданням усіх навчальних закладів освіти України є створення такого навчального та виховного середовища, яке сприяло б формуванню, зміцненню, збереженню, відновленню та передачі здоров'я людини. Реалізацію створення оздоровчого середовища найкраще здійснювати через валеологізацію всіх навчальних дисциплін шляхом мотивації молоді на ведення безпечного, тверезого, здорового способів життя. Однак необхідно визначити, що на сьогоднішній день процес валеологізації всіх навчальних дисциплін знаходиться в процесі розвитку. Актуальність та недостатня розробленість означеної науково-педагогічної проблеми зумовили вибір теми нашого дослідження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема формування валеологічних знань молоді була об'єктом вивчення вітчизняних і зарубіжних дослідників. Зокрема, теорію та практику навчання й виховання молоді щодо ведення здорового способу життя як складову валеологічних знань обґрунтували педагоги-класики Я.А. Коменський, А. Макаренко, В. Сухомлинський та сучасні дослідники В. Оржеховська, С. Свириденко, В. Шахненко та інші). Визначенням психолого-педагогічних особливостей розвитку і формування здорової особистості займалися Г. Голобородько, О. Дубогай, О. Леонтєва, О. Савченко та інші. Пошуки шляхів формування валеологічної свідомості особистості здійснювали Т. Бойченко, С. Василенко та інші. Валеологічний моніторинг стану здоров'я й умов навчання молоді реалізовували С. Кириленко, В. Шаповалова та інші. Проблему валеологізації навчальних дисциплін досліджували І. Смірнов, Н. Блінова, Е. Казін, Н. Літвінова, Н. Ткачова. Проблемою мотивації ведення різних способів життя переймалися Д. Ващенко, Ю. Вінтюк, О. Чернієнко, Ф. Калінчук (тверезий спосіб життя), Є. Желібо, Н. Заверуха, В. Зацарний (безпечний спосіб життя), – І. Поташнюк, Р. Поташнюк, М. Гончаренко та інші (здоровий спосіб життя). Інтерактивними технологіями на заняттях з безпеки життєдіяльності займалися О. Пометун, Т. Комісаренко, Н. Швагер та інші.

Формулювання цілей статті. У даному дослідженні ми хочемо розкрити роль мотивації у веденні безпечного, тверезого, здорового способів життя та обґрунтувати її ефективність використання під час вивчення першокурсниками ВНЗ дисципліни «Безпека життєдіяльності» у процесі її валеологізації, що допоможе студентам формувати валеологічний світогляд щодо формування, збереження, зміцнення, відновлення та передачі власного здоров'я наступним поколінням.

Виклад основного матеріалу. Галузь знань про здоров'я почала своє входження у процес ЗНЗ та ВНЗ України з 1993 р. (уведення курсу «Валеологія»). З 1995 р. Україна стала учасником міжнародного проекту «Європейська мережа шкіл сприяння здоров'ю». Завдяки

поширенню мережі шкіл сприяння здоров'ю в ЗНЗ України був здійснений перший крок на шляху валеологізації навчально-виховної роботи, яка набрала на сьогоднішній день великих обертів [9]. На жаль, валеологізація навчальних дисциплін ВНЗ України ще перебуває на стадії розвитку.

Провівши опитування серед студентів-першокурсників, які почали вивчати дисципліну «Безпека життєдіяльності» ми дійшли висновків, що не зважаючи на безперервну валеологічну освіту, яку вони здобували під час навчання у ЗНЗ, валеологічними знаннями були озброєні лише – 52 % (факультет початкового навчання) та 45 % (факультет іноземної філології). Бажання вести тверезий спосіб життя виявили 10-15 % першокурсників (вище означені факультети), 85-90 % вважали доречним вживання алкогольних сумішей під час святкових або трагічних подій впродовж життя, так як ні разу не проходили лікування у спеціалізованих медичних закладах і не мають відповідного діагнозу – алкоголізм. Ніхто із студентів не замислювався над веденням тверезого способу життя. Разом з тим, більшість з них (до 70 %) намагалися вести здоровий спосіб життя та стверджували, що реалізувати бажане на сто відсотків не реально із-за відсутності відповідних умов життєдіяльності (житло, матеріальні блага, розпорядок дня, сну, раціональне харчування, корисні звички тощо) та навчання (ефективне чергування праці та відпочинку, валеологічне спілкування, раціональна активна діяльність та інше). Безпечний спосіб життя ведуть всі студенти, проте допускають ризик щодо небезпечної поведінки у побуті, під час навчання тощо. Усі знають про мотивацію здорового способу життя від учителів, батьків, засобів масової інформації тощо. Проте вплив оточення для студентів має велике значення щодо мотивації на ведення, антитверезого, а тому й не здорового і небезпечного способів життя. Разом з тим, ніхто не бажає передчасно помирати, страждати через невиліковну або хронічну хворобу, бути позбавленим радості щасливого життя. Отже, не розуміння першокурсниками необхідності ведення безпечного, тверезого та здорового способів життя було викликано відсутністю варіативності, креативності валеологічного мислення та валеологічного світогляду щодо бажання та реалізації корисних навичок, уміння формувати, зберігати, зміцнювати, відновлювати, передавати індивідуальне здоров'я нащадкам.

Мотивацію ведення безпечного, тверезого, здорового способів життя студентами ВНЗ найкраще здійснювати під час вивчення не лише дисципліни «БЖД», але й інших навчальних дисциплін шляхом їхньої валеологізації.

Відомо, що валеологізація як інноваційний підхід до навчально-виховної роботи усіх навчальних закладів освіти України передбачає створення оздоровчого освітнього середовища та оздоровчого навчального процесу, що сприятиме формування культури здоров'я молоді у навчальному закладі. Наприклад, Н. Блінова, Е. Казін, Н. Літвінова валеологізацію освітнього середовища розуміють як впровадження до системи освіти здоров'язберігаючих методик, Н. Ткачова стверджує про необхідність валеологізації виховного процесу через комплекс виховних заходів оздоровчого спрямування на урочних заняттях та в позаурочній виховній роботі [6] не лише під час навчання у ЗНЗ, але й впродовж навчання у ВНЗ.

Впровадження здоров'язберігаючих технологій щодо формування культури здоров'я та позитивної мотивації на здоровий спосіб життя необхідно здійснювати, використовуючи принципи гуманізму, гуманізації, природовідповідності, культуровідповідності (Ю. Волинець) та раціональних підходів до навчання, що забезпечують збереження здоров'я молоді [5, 18-22]. Разом з тим було б доречно здійснювати мотивацію ведення молодими людьми ще й безпечного і тверезого способів життя, що сприяють формуванню, зміцненню, збереженню, відновленню індивідуального здоров'я так як успіх валеологічної освіти (педагогічна валеологія) ґрунтується не лише на міцних знаннях, а й на міцному здоров'ї.

Однією із головних завдань валеологічної освіти в ЗОШ є виховання в учнів усвідомленої потреби в здоров'ї та веденні здорового способу життя. Проте не акцентується

увага ще й на безпечному та тверезому способах життя. Така ж ситуація із завданням, що передбачене у змісті навчальних програм ВНЗ. Лише під час вивчення навчальних дисциплін валеологічного змісту можна прослідкувати компетенції, уміння та навички, що стосуються ведення різних способів життя. Наприклад, під час вивчення дисциплін «Валеологія», «Основи валеології», «Вікова фізіологія та валеологія» студенти не лише дізнаються про науку, галузь знань, навчальні дисципліни анатомію, фізіологію, гігієну, валеологію, але й в процесі навчально-виховної роботи отримують розуміння про методи, засоби, способи ведення здорового, безпечного, тверезого способів життя. У процесі валеологізації дисципліни «Методика викладання валеології і безпеки життєдіяльності» та дисципліни «Безпека життєдіяльності» студенти отримують валеологічні навички та формують валеологічні уміння через мотивацію навчання, виховання бути здоровим, жити безпечно, жити тверезо тощо. Здоров'язберігаючі, здоров'язміцнюючі, здоров'явідновлюючі технології мають місце у процесі проведення лекційних (використання валеологічних методів навчання) і практичних занять (підготовка і системний аналіз звітів, коротка характеристика рефератів з елементами валеологічних знань), виконання студентами самостійних та індивідуальних завдань (розробка індивідуальної оздоровчої системи, заповнення «Паспорта здоров'я» та «Щоденника самоконтролю», виявлення власних негативних рис темпераменту та характеру, що шкодять у житті, складання програми щодо їх ліквідації та самовдосконалення, дослідження основ безпеки життєдіяльності, соціальних, природних, техногенних небезпек, психофізіологічної надійності людини, психології безпеки життєдіяльності тощо). У процесі навчально-виховної роботи (проведення семінарів, тренінгів тощо) студенти вчаться створювати моделі безпечної, валеологічної поведінки у надзвичайних, небезпечних, екстремальних ситуаціях та отримують навички, уміння ведення здорового, тверезого, безпечного способів життя, надання першої долікарської допомоги постраждалому після негативної дії травмуючого чинника. З цією метою ми застосовували елементи валеологізації через заповнення навчальних програм валеологічним змістом, використання власних підручників, наукових статей, ведення гуртка «Молоді науковці», підготовку студентів до олімпіади, студентсько-викладацької конференції, написання наукових робіт щодо безпеки життєдіяльності та основ теорії і практики культури здоров'я, використання гумору, сміхотерапії та кольоротерапії, формування валеологічної свідомості, валеологічного світогляду, використання системного підходу до проблеми дослідження, наслідування власного прикладу тощо [1-4; 7-8].

Висновки. Ефективність залучення студентів ВНЗ до процесу формування, збереження, зміцнення, відновлення власного здоров'я, валеологічної свідомості через мотивацію ведення безпечного, тверезого, здорового способів життя реалізується під час валеологізації навчально-виховної роботи будь-якої навчальної дисципліни, а не лише «Безпеки життєдіяльності».

Нами було теоретично обґрунтовано роль мотивації у веденні безпечного, тверезого, здорового способів життя в процесі вивчення першокурсниками ВНЗ дисципліни «Безпека життєдіяльності» шляхом її валеологізації і розроблено практичні рекомендації.

ЛІТЕРАТУРА

1. Желібо Є.П. Безпека життєдіяльності: навч. посіб. для студентів ВЗО України I-IV рівнів акредитації / Є.П.Желібо, Н.М.Заверуха, В.В.Зацарний; за ред. Є.П. Желібо і В.М.Пічі. – Львів: Піча Ю.В, К.: «Каравела», Львів: «Новий Світ-2000», 2002. – 328 с.
2. Тимофієва М.П. Психологія здоров'я: навч. посіб. / М.П.Тимофієва, О.В.Діжона. – Чернівці: Книги – XXI, 2009. – 296 с.
3. Формування тверезого способу життя в сім'ї та суспільстві: доповіді наук.-практ. конф., 15 липня 2012 р., Біла Церква / відп. ред. С.В. Козуля. – Біла Церква, 2012. – 140 с.
4. Шевчук О.А. БЖД. Робоча програма навч. дисципліни для гуманіст. і природн.

- спеціальностей / О.А. Шевчук. – Рівне: РДГУ, 2012. – 16 с.
5. Шевчук О.А. Впровадження інноваційних технологій щодо формування культури здоров'я та позитивної мотивації на ЗСЖ у молоді / О.А. Шевчук // Шляхи вдосконалення освітніх оздоровчих технологій в процесі підготовки молодших спеціалістів: наук.-теор. конф., 2009 р.: тези доповідей. – Дубно: ДК РДГУ, 2009. – С. 7-9.
 1. 6. Шевчук О.А. Роль системоутворювального чинника у процесі валеологізації курсу «БЖД» / О.А.Шевчук // Вісник ХНУ ім. В.Н. Каразіна. – № 1036. Серія «Валеологія: сучасність і майбутнє. – Харків, 2012. – Вип. 14. – С. 53-61.
 6. Шевчук О.А. Основи здоров'я: конспекти уроків: 9 клас / О.А. Шевчук. – К.: Шк. світ, 2009. – 136 с.
 7. Шевчук О.А. Формування системи валеологічних знань учнів основної школи у процесі навчання основ здоров'я: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.02 / Олена Анатоліївна Шевчук; Рівненський державний гуманітарний університет. – Харків, 2011. – 20 с.
 8. Шевчук О.А. Формування системи валеологічних знань учнів основної школи у процесі навчання основ здоров'я: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.02 «Теорія та методика навчання» / О.А. Шевчук; Рівненський державний гуманітарний університет.– Харків, 2011. – 217 с.

Е.А. ШЕВЧУК. МОТИВАЦІЯ ВЕДЕННЯ БЕЗОПАСНОГО, ТРЕЗВОГО, ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В ПРОЦЕСЕ ІЗУЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ «БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Резюме. В статті теоретически обосновано роль мотивації в веденні безпального, трезвого, здорового образ жизни в процесі вивчення першокурсниками ВУЗа дисципліни «Безопасность жизнедеятельности» путем ее валеологізації.

Ключевые слова: мотивація, образ жизни, безопасность жизнедеятельности, валеологізація, первокурсники.

O.A. SHEVCHUK. THE MOTIVATION OF SAFE, SOBER, HEALTHY LIFESTYLE LEADING DURING “LIFE VITAL FUNCTIONS SAFETY” SUBJECT STUDYING

The summary. The article focuses on the role of the motivation in a safe, sober, healthy ways of life in the process of study of the first year students at the lessons of the discipline of safety of life activity by the way of it valeologization.

Key words: motivation, way of life, safety of life activity, valeologization, freshmen.

Одержано редакцією 19.12.2013 р.