

## ТЕХНОЛОГІЧНІ ЗАСОБИ РОЗВИТКУ ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У СТУДЕНТІВ

Самойлова Н. В.

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна  
Харків, Україна

У роботі представлено технологічні засоби розвитку валеологічної компетентності студентів у процесі вивчення безпеки життєдіяльності, що розроблені відповідно до етапів педагогічної технології. На кожному етапі технології визначено мету, завдання та технологічні засоби розвитку валеологічної компетентності. Експериментально доведено ефективність використання визначених технологічних засобів для розвитку валеологічної компетентності у студентів.

**Ключові слова:** безпека життєдіяльності, валеологічна компетентність, технологія розвитку, технологічні засоби.

**Самойлова Н. В. Технологические средства развития валеологической компетентности у студентов.** В работе представлены технологические средства развития валеологической компетентности студентов в процессе изучения безопасности жизнедеятельности, разработанные в соответствии с этапами педагогической технологии. На каждом этапе технологии определены цель, задачи и технологические средства развития валеологической компетентности. Экспериментально доказана эффективность использования технологических средств для развития валеологической компетентности у студентов.

**Ключевые слова:** безопасность жизнедеятельности, валеологическая компетентность, технология развития, технологические средства.

The thesis is concerned with technological means of development of students' valeological competence in the process of personal and social safety training to according with step-by-step pedagogical technology. According to step of technology defined the purpose, objectives and means of developing technological valeological competence. The experimental work results in the improvement of students' valeological competence under the process of the mentioned above technological means.

**Key words:** valeological competence, personal and social safety training, technology of development, technological means

### **Постановка питання в цілому та його зв'язок із важливими науковими і практичними завданнями**

Аналізуючи стан здоров'я студентів за останні роки, ми можемо констатувати, що на загальному рівні компетентності майбутнього фахівця слабо розвиненою є її валеологічна складова. Таким чином, актуальним є розвиток у майбутніх фахівців валеологічної компетентності, яка передбачає оволодіння здоров'яформувальною, здоров'язбережувальною та здоров'язміцнювальною спрямованістю поведінки.

### **Аналіз останніх досліджень і публікацій, а також відокремлення невирішених проблем**

Розвиток валеологічної компетентності студентів є важливою педагогічною проблемою, яка щороку набуває більшої актуальності. Значення розвитку валеологічної компетентності студентів обумовлено негативними тенденціями у формуванні соматичного, психічного та духовного здоров'я молоді, їх фізичного розвитку, функціонального статусу та адаптаційних резервів. З'ясовано, що в науці при означенні компетентного ставлення до здоров'я використовуються поняття «валеологічна» та «здоров'язбережувальна» компетентність. Порівняння наведених понять показало, що вони співпадають лише за деякими ознаками, зокрема, спрямовані на розвиток знань, умінь, навичок та ставлення щодо збереження здоров'я. Але, поняття «валеологічна компетентність» є більш широким, бо воно повинно містити ще й знання, вміння, навички, ставлення, поведінку, спрямовані на процес не тільки збереження здоров'я, але й на його формування та зміцнення, що підтверджується методологічними засадами валеології, яка розуміється як наука про особливості формування,

збереження та зміцнення здоров'я. Отже, узагальнення даних проведеного аналізу щодо понять «компетентність», «валеологічна компетентність», психологічних особливостей студентського віку надало можливість визначити, що *валеологічна компетентність студентів* є однією з ключових компетентностей, яка входить до структури життєвої, особистісної та професійної компетентностей та визначається як інтегральне утворення особистості, яке поєднує в собі систему знань, умінь, навичок, ставлень у галузі формування і збереження фізичного, психічного, духовного, соціального здоров'я та забезпечує стійку валеологічну позицію і діяльність людини в напрямку зміцнення індивідуального та суспільного здоров'я.

З опорою на психолого-педагогічні дослідження (Л. Божович, Л. Виготський, Е. Еріксон, Д. Ельконін, О. Леонтьєв) та врахування структури педагогічної діяльності (Ю. Бабанський Н. Кузьміна, А. Маркова та інші) розроблено й обґрунтовано технологію *розвитку валеологічної компетентності студентів у процесі навчання безпеки життєдіяльності*, що складається з діагностично-аналітичного, мотиваційно-стимульовального, змістовно-практичного та рефлексивно-оцінного етапів.

#### **Формування цілей статті**

Відповідно до розробленої поетапної технології розвитку валеологічної компетентності студентів визначити технологічні засоби її розвитку.

#### **Виклад основного матеріалу дослідження**

Вивчення наукової літератури з проблеми здоров'я студентів (М. Агаджанян, М. Віленський, М. Гончаренко, Е. Казін, Г. Нікіфоров та інші) [2; 3; 5], зокрема вивчення основних чинників, що сприяють його погіршенню дало підстави не тільки для висновку про необхідність розвитку валеологічної компетентності у студентів як одного з можливих засобів його збереження (В. Азаренко, В. Бобрицька, О. Бондаренко, В. Сидоренко та інші) [1; 4; 6], але й дало змогу визначити, які слід використовувати засоби навчання.

Так, для розробки технологічних засобів було враховано психологічні особливості розвитку молоді у студентському віці. Зокрема, встановлено, що студентський вік відіграє особливо важливу роль у житті людини та є суперечливим і вирішальним періодом. Саме в цьому віці молода людина складає життєвий план, формує активну життєву позицію, самовизначається, усвідомлює власну значущість, визначає пріоритети та цінності, які в подальшому забезпечуватимуть її здоров'я.

Також визначено потенціал дисципліни «Безпека життєдіяльності» для розвитку валеологічної компетентності. На основі галузевих стандартів вищої освіти встановлено, що «Безпека життєдіяльності» є нормативною дисципліною, яка викладається у всіх вищих навчальних закладах України і має на меті не тільки забезпечити відповідні сучасним вимогам знання студентів про загальні закономірності виникнення й розвитку небезпек та надзвичайних ситуацій, але й сформувати необхідні в майбутній практичній діяльності фахівця уміння і навички для їх запобігання й ліквідації та збереження здоров'я людини від негативної дії факторів навколишнього середовища [7]. Виявлено, що дисципліна «Безпека життєдіяльності» має певні розділи та змістовні модулі, в рамках яких можна здійснювати розвиток валеологічної компетентності. Реалізація цієї ідеї передбачала триєдину мету: навчання (надання валеологічних знань), розвиток (умінь і навичок валеологічної діяльності), виховання (формування гармонійної особистості) студентів, які в комплексі сприяють розвитку валеологічної компетентності.

З метою подальшого визначення особливостей розвитку валеологічної компетентності студентів було проведене пілотажне дослідження рівня їх обізнаності щодо питань валеологічної грамотності, в якому взяли участь 246 студентів. За допомогою анкетування, групових та індивідуальних бесід було встановлено, що більшість студентів не мають глибоких й ґрунтовних знань щодо розуміння сутності здоров'я (84%), його компонентів (52%), особливостей його формування, збереження та

зміцнення (92%). Валеологічні знання застосовують на практиці у повсякденному житті 72% студентів, дотримуються принципів формування, збереження та зміцнення здоров'я 40%. Також студентами було зазначено, що розвиткові валеологічної компетентності сприятиме розвиток особистісних якостей студентів, зокрема, любов (позитивне, адекватне ставлення) до себе, життя, здоров'я (12%); активності, прагнення до ведення здорового способу життя (24%); самоконтролю, відповідальності, послідовності (12%); любов до спорту (12%); розуміння важливості здоров'я (4%).

Розвиток валеологічної компетентності студентів реалізовувався відповідними етапами розробленої технології, що складалася з діагностично-аналітичного, мотиваційно-стимульовального, змістовно-практичного та рефлексивно-оцінного етапів. Кожний з них містив мету, завдання та технологічні засоби розвитку валеологічної компетентності.

Експериментальна робота була спрямована на планування та організацію аудиторної, самостійної та науково-дослідної роботи студентів. Відповідно до етапів обґрунтованої технології було спроектовано комплекс технологічних засобів організації навчальної діяльності студентів. Реалізація поетапної технології розвитку валеологічної компетентності студентів у процесі навчання безпеки життєдіяльності здійснювалась під час аудиторної та позааудиторної роботи. Упровадження такої технології вимагало науково-методичного забезпечення, зокрема добору й доповнення змісту інформацією про особливості формування, збереження та зміцнення здоров'я студентів.

Відповідно до мети *діагностично-аналітичного етапу*, здійснювалося виявлення вихідного рівня розвитку валеологічної компетентності студентів, зокрема її мотиваційно-ціннісного, когнітивного та операційно-поведінкового показників. Завданнями етапу виступили визначення вихідного рівня ціннісного ставлення студентів до здоров'я, вихідного рівня валеологічної компетентності, спрямованості на здоров'язбережувальну діяльність, рівня здоров'я студентів. На даному етапі *технологічними засобами* виступили :

1) тестові та анкетні методики тестування й оцінки: якості знань, ієрархії цінностей, рівня валеологічної компетентності, значущих якостей особистості;

2) методи медико-біологічного тестування: індексна система оцінки стану здоров'я, адаптаційних можливостей організму.

*Мотиваційно-стимульовальний етап* спрямований на формування цінності здоров'я, інтересу та мотивації у студентів як провідного фактору регуляції активності особистості, її поведінки, діяльності щодо здоров'язбережувального процесу.

Завдання етапу передбачали формування цінності здоров'я, настанови на здоровий спосіб життя, стимулювання у студентів прагнення до отримання знань та діяльності щодо здоров'язбережувального процесу, стимулювання саморозвитку, прагнень до самозмін. При проведенні експериментальної роботи ми приділяли значну увагу тому, щоб студенти виступали суб'єктами свідомої навчально-пізнавальної діяльності й спілкування, відчували потребу в особистісному саморозвитку. Тому, при обговоренні таких завдань порушувалися питання, що породжують думку людини про важливе значення здоров'я в її житті та можливі варіанти його досягнення.

Для стимуляції до оволодіння валеологічними знаннями в діалогах зі студентами йшлося про роль здоров'я як одного із необхідних елементів успішного оволодіння освітою, інтелектуального, трудового, духовного потенціалу людини, його значення для виконання особистістю різноманітних функцій, в народженні дітей тощо.

Мотиваційно-стимулюючим впливом у процесі розвитку валеологічної компетентності студентів виступили наступні *технологічні засоби*:

- ознайомлення студентів з основними причинами погіршення стану здоров'я студентської молоді;
- визначення цінності здоров'я в ієрархії цінностей людини;
- визначення здоров'я як потенціалу у різних видах діяльності;

- посилання на висловлювання відомих вчених філософів, медиків, психологів, валеологів, педагогів щодо цінності здоров'я та його ролі у виконанні соціальних, політичних, економічних та інших функцій людини;
- різні форми організації навчальної діяльності, спрямовані на розвиток мотивації: бесіда, обговорення; дискусія, проблемний виклад матеріалу, диспут, новизна, глибина, нестандартність навчального матеріалу та методів навчання; виклад притч;
- різні методи формування та стимулювання мотивації: пред'явлення навчальних вимог, надання інформації про обов'язкові результати навчання, стимулююче оцінювання результатів, створення ситуацій успіху, емоційне стимулювання, вільний вибір знань, заохочення та покарання тощо.

Під час проведення бесід, дискусій та диспутів порушувалися питання, що продукують думку людини про важливе значення здоров'я в її житті та можливі варіанти його досягнення. В процесі обговорення студенти проявляли велику зацікавленість, брали активну участь в обговоренні поставлених питань, при цьому їх відповіді були емоційно насиченими, ґрунтовними та змістовними.

На *змістовно-практичному* етапі метою стало забезпечення засвоєння студентами необхідних знань та умінь для розвитку їх валеологічної компетентності.

При проектуванні змісту навчання, вибору методів і форм навчання студентів ми спиралися на основні принципи дидактики: науковості, системності, систематичності, послідовності, доступності в навчанні, самостійності й активності, єдності навчання, всебічного розвитку пізнавальних можливостей студентів, диференційованого й індивідуального підходу до студентів.

Основними завданнями етапу стало: створення умов для розвитку валеологічної компетентності; організація пізнавальної діяльності студентів, спрямованої на оволодіння знаннями й уміннями щодо управління здоров'ям; формування системи валеологічних умінь; забезпечення розвиваючого впливу на особистість системи наукових знань та пов'язаних з ними практичних умінь, їх світоглядної морально-етичної спрямованості.

Для вирішення поставлених завдань було розроблено наступні *технологічні засоби*:

- використання ціннісної спрямованості матеріалу; посилення змістовної інформації доповненнями з валеологічної наукової літератури;
- організація проблемно-пошукової діяльності студентів (проблемний виклад лекційного матеріалу, проведення лабораторних та практичних занять, самостійна робота студентів, проведення підсумкової конференції, рольових ігор);
- організація навчально-пізнавальної діяльності студентів (використання науково-популярних видань, результатів досліджень медиків, психологів, соціологів, педагогів;
- аналіз публікацій у пресі та матеріалів Інтернету з питань здоров'язбереження та раціональної організації життєдіяльності людини;
- методи самостійного набуття знань, дослідження, творчого оволодіння новими знаннями; методи роботи з навчальним матеріалом (виділення головного, класифікація, систематизація та узагальнення інформації, складання опорного конспекту, підготовка доповідей, рефератів).

Зміст діяльності з розвитку валеологічної компетентності студентів передбачав розвиток всіх компонентів валеологічної компетентності: мотиваційно-ціннісного, когнітивного, операційно-поведінкового.

Реалізація *рефлексивно-оцінного етапу* технології розвитку валеологічної компетентності передбачала виявлення викладачем готовності студентів до впровадження отриманих знань, умінь та навичок у життя через реалізацію умінь та навичок, спрямованих на процес формування, збереження та зміцнення здоров'я.

Завдання етапу передбачали: вироблення у студентів адекватного уявлення про себе, регулювання мотиваційних процесів; підкріплення прагнення до здоров'яформувальної,

здоров'язбережувальної та здоров'язміцнювальної діяльності; коригування та удосконалення способів власної діяльності щодо збереження і зміцнення здоров'я.

Також цей етап передбачав самоаналіз, осмислення та самоконтроль студентами результатів виконання завдання, здійснення рефлексії своєї діяльності.

Для виконання означеної мети та завдань студентам надавали можливість контролювати й корегувати результати своєї здоров'язбережувальної та здоров'язміцнювальної діяльності.

Для розвитку рефлексивно-оцінних якостей було використано такі *технологічні прийоми*:

- самоаналіз сформованості компонентів валеологічної компетентності;
- завдання, спрямовані на перевірку знань, сформованості умінь та особистісних якостей; аналіз відповідей студентів, аналіз помилок;
- обговорення результатів здійсненої роботи на лабораторних та практичних заняттях;
- емоційна та інтелектуальна рефлексія у ході навчання.

В процесі проведення занять розвитку рефлексивних якостей сприяло спонукання студентів до висловлювання власної думки, її самостійного обґрунтування; відстоювання власної позиції; спільне обговорення проблеми, коли інформація подається не у вигляді готових висновків та результатів, а в формі пошуку істини.

Слід зазначити, що ефективній реалізації розроблених технологічних засобів сприяло застосування саме інтерактивних методів навчання, зокрема ігрових та тренінгових.

Впровадження запропонованих технологічних засобів розвитку валеологічної компетентності студентів у процес навчання безпеки життєдіяльності дозволило підвищити рівень їх валеологічної компетентності. В узагальненому вигляді показники рівня розвитку валеологічної компетентності студентів свідчать про позитивну їх динаміку у групі Е, у порівнянні з групою К (табл. 1).

Таблиця 1. Динаміка рівня розвитку валеологічної компетентності у студентів, (у %)

Рівень	Групи студентів					
	Е (73 особи)			К (60 осіб)		
	Конст. експ.	Контр. експ.	Приріст у %	Конст. експ.	Контр. експ.	Приріст у %
Продуктивний	10,3	23,5	+13,2*	11,1	12,3	+1,2
Достатній	45,1	55,9	+10,8*	44,8	46,4	+1,6
Елементарний	44,6	20,6	-24*	44,1	41,2	+2,9

Примітка: \* — вірогідність на рівні  $p < 0,01$  за критерієм  $\chi^2$  Пірсона

Так, на початку експерименту у групі Е за творчим рівнем виявлено 10,3% студентів, після експерименту 23,5% (приріст склав 13,2%); за достатнім рівнем до — 45,1%, після — 55,9% (приріст 10,8%); за елементарним рівнем до — 44,6%, після — 20,6% (зниження показників на 24%). У групі К до експерименту за творчим рівнем виявлено 11,1% студентів, після експерименту 12,3% (приріст склав 1,2%); за достатнім рівнем до — 44,8%, після — 46,4% (приріст 1,6%); за елементарним рівнем до — 44,1%, після — 41,2% (зниження показників на 2,9%).

### Висновки і перспективи подальшого розвитку

Отже, розвиток валеологічно компетентної особистості є одним із актуальних завдань сучасної освіти, яке допоможе вирішити завдання щодо формування, збереження та зміцнення здоров'я студентів. Нашими дослідженнями доведено, що успішній реалізації технології розвитку валеологічної компетентності сприяє використання запропонованих технологічних засобів, розроблених відповідно до вікових особливостей студентського віку, потенціалу дисципліни «Безпека життєдіяльності» та інтерактивних методів навчання.

В подальшому планується визначити технологічні засоби розвитку валеологічної компетентності для осіб з вадами зору.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Бондаренко О. М. Формування валеологічної компетентності студентів педагогічних університетів у процесі професійної підготовки: дис. кандидатка пед. наук: 13.00.04 / Бондаренко Олена Миколаївна. — Черкаси, 2007. — 251 с.
2. Здоровье студентов: [монография / под ред. Н. А. Агаджанян. — М.: Изд-во РУДН. 1997. — 199 с.
3. Казин Э. М. Основы индивидуального здоровья человека: учебное пособие для студ. высш. учебн. завед / Казин Э. М., Блинова Н. Г., Литвинова Н. А. — М.: Гуманит. изд центр ВЛАДОС, 2000. — 192 с.
4. Прокопенко І. А. Педагогічні технології: [навчальний посібник] / І. А. Прокопенко, В. Євдокимов. — Х.: Колегіум, 2005. — 224 с.
5. Психология здоровья: учебник для вузов / [под ред. Г.С. Никифорова]. — СПб.: Питер, 2003. — 607 с.
6. Психолого-педагогічні аспекти реалізації сучасних методів навчання у вищій школі / [О. В. Аксьонова, І. А. Балягіна, М. А. Богорад та ін.]. — К.:КНЕУ, 2007. — 527 с.
7. Типова програма нормативної дисципліни «Безпека життєдіяльності»: для студентів вищих навчальних закладів освітніх рівнів «неповна вища освіта» та «базова вища освіта» всіх спеціальностей / [уклад. В. М. Заплатинський, В. В. Мухін, М. І. Стеблюк та ін.]. — К., 2002. — 16 с.