

ЗДОРОВ'Я УЧНІВ ТА СТУДЕНТІВ — ЧЕРЕЗ ОСВІТУ

УДК 371.4:613.955

ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ ЗДОРОВ'Я СУБ'ЄКТІВ ОСВІТИ ЗАВДЯКИ МЕТОДИЧНІЙ ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я ДО СТВОРЕННЯ ЗДОРОВ'ЯОРІЄНТОВАНОГО СЕРЕДОВИЩА

Жмурко В. В., Бельорін-Еррера О. М.
Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Харків, Україна

Стаття присвячена вирішенню проблеми підвищення якості здоров'я суб'єктів освіти. На освіту, як цілісну державну структуру, що забезпечує соціальний розвиток особистості, лягає, крім інших, і завдання збереження здоров'я суб'єктів освітнього процесу. Це можливо завдяки методичній підготовці майбутніх учителів основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого середовища як динамічної системи найбільш доцільних освітніх умов, що сприяють формуванню спрямованого на здоров'я світогляду особистості та її розвитку відповідно до своїх схильностей, задатків і суспільних запитів.

Ключові слова: здоров'я суб'єктів освіти, здоров'яорієнтоване освітнє середовище, майбутні вчителі основ здоров'я.

Статья посвящена решению проблемы повышения качества здоровья субъектов образования. На образование, как целостную государственную структуру, обеспечивающую социальное развитие личности, ложится, помимо прочих, и задача сохранения здоровья субъектов образовательного процесса. Это возможно благодаря методической подготовке будущих учителей основ здоровья к созданию здоровьесориентированной среды как динамической системы наиболее приемлемых образовательных условий, способствующих формированию направленного на здоровье мировоззрения личности и ее развития в соответствии со своими склонностями, задатками и общественными запросами.

Ключевые слова: здоровье, субъект образования, здоровьесберегающая образовательная среда, будущие учителя основ здоровья.

This article is devoted deciding problems to improve the quality of health education subjects. In education, as an integral state structure that provides social development of individual responsibility, among others, and the task of maintaining the health of subjects of educational process. This is due to methodical training of future teachers to establish the foundations of health care oriented environment as a dynamic system the most favorable educational environment conducive to the formation of directional outlook on the health of the individual and its development in accordance with their aptitudes, inclinations and social demands.

Keywords: health subject of education, health care educational environment, future teachers the basics of health.

Актуальність дослідження. Розвиток суспільства у ХХІ столітті характеризується різким погіршенням стану здоров'я людей, зростанням психосоматичних захворювань шкільної та студентської молоді. На сучасному етапі розвитку Україна потребує

висококваліфікованих спеціалістів, готових до реалізації глобальних завдань держави, що, зокрема, зумовлює необхідність упровадження у вищих навчальних закладах

♥ Жмурко В. В., Бельорін-Еррера О. М., 2013

здоров'яорієнтованих заходів, які дозволяють цілеспрямовано забезпечувати збереження та зміцнення здоров'я суб'єктів освіти.

Головним важелем вирішення цієї проблеми є створення здоров'яорієнтованого освітнього середовища, що передбачає таку організацію навчального процесу, яка не завдає шкоди здоров'ю.

Насамперед це стосується вузів педагогічного профілю, тому що при формуванні здорового способу та стилю життя в студентства одночасно вирішується завдання щодо формування в майбутньому здорового покоління серед дошкільнят і школярів. Випускники педагогічних вузів надалі підуть працювати в дошкільні та шкільні установи, використовуючи отримані знання у своїй подальшій педагогічній діяльності.

Особлива відповідальність у цьому процесі покладена на вчителів основ здоров'я. Учитель постає, з одного боку, як носій базових знань про здоров'я, здоровий спосіб життя людини, формування мотивації та культури здоров'я підростаючого покоління, а з іншого — суб'єктом освітньо-виховного процесу, здійснює здоров'яорієнтовану діяльність. Тому одним із найважливіших завдань вищої педагогічної школи є методична підготовка майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого середовища як динамічної системи найбільш доцільних освітніх умов, що сприяють формуванню спрямованого на здоров'я світогляду особистості та її розвитку згідно зі своїми схильностями, задатками та суспільними запитами.

Виклад основного матеріалу дослідження

Аналіз психолого-педагогічних джерел засвідчує, що проблема підготовки майбутнього вчителя до створення здоров'яорієнтованого освітнього середовища вченими досліджувалася за такими напрямками:

‡ соціально-філософський аналіз в умовах переходу суспільства до сталого розвитку (М. Голубець, В. Крисаченко, В. Огнев'юк, Д. Урсул, К. Ситник, О. Пометун та інші);

‡ обґрунтування психолого-педагогічних основ професійно-педагогічної підготовки майбутнього вчителя (М. Васильєва, В. Гриньова, І. Прокопенко, В. Лозова, В. Євдокимов, М. Подберезький, В. Кремень, І. Зязюн, А. Троцко, М. Євтух, О. Сухомлинська, О. Савченко та інші);

‡ науково-теоретичні аспекти забезпечення здоров'язбереження молоді (Ю. Бойчук, М. Гончаренко, В. Горашук, М. Гриньова, О. Завгородня, О. Іонова, Н. Коцур, Г. Кривошеєва, В. Оржеховська, Л. Сущенко, С. Шмалей та інші);

‡ дослідження підходів до створення та ефективного функціонування освітнього середовища (В. Іванова, С. Дерябо, Ю. Кулюткін, О. Макагон, В. Ясвін, С. Вострокнутов та інші).

Водночас у психолого-педагогічній науці процес методичної підготовки майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого середовища не став предметом спеціальних досліджень. Відсутні праці, які присвячені обґрунтуванню науково-методичної моделі підготовки майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого середовища.

Рішення даної проблеми ми пропонуємо здійснювати на основі впровадження комплексу системних заходів, що забезпечують підготовку фізично та психічно здорових фахівців, які міцно володіють навичками здорового способу життя, фізичної культури, особистої гігієни та досвідом їх реалізації в повсякденному житті.

Натомість успішність підготовки майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого середовища залежить не тільки від змісту дисципліни «Основи здоров'я» і професіоналізму викладачів вузу. Для учнів важливий особистий приклад учителя, який має вести здоровий спосіб життя, вільний від шкідливих звичок, займатися

фізкультурою та спортом. Тому значущою умовою ефективності процесу методичної підготовки майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого освітнього середовища є наявність у самого студента внутрішньої мотивації на здоровий спосіб життя та здоров'язбережувальну діяльність, його цілеспрямованість, готовність отримувати необхідні для цього знання, уміння, навички та реалізовувати їх у практичній роботі.

Провідні вчені, зокрема М Гончаренко, Н. Ткачова, Ю. Бойчук, О. Коновалова, В. Шахненко, О. Кабацька, Г. Тимченко, Л. Васильєва, Н. Самойлова та інші, вважають, що вивчення умов життя, навчання, здоров'я студентів і молоді, виявлення механізмів пристосування до змінного середовища, пошук засобів і методів профілактики та корекції процесів адаптації — це актуальні питання, що потребують сучасного наукового аналізу й рішення для створення здоров'яорієнтованого освітнього середовища з метою збереження та оптимізації здоров'я інтелектуального потенціалу нашої країни.

За результатами багатьох досліджень було встановлено, що найбільш сильний негативний вплив на здоров'я студентів становлять психоемоційне напруження, гіподинамія, нераціональний режим дня та харчування. Також у студентів під час навчальних занять, а особливо в умовах екзаменаційної сесії, виявлена нестійкість судинного тону, що призводить до зниження розумової працездатності та погіршення метаболічних процесів.

У межах систематичного моніторингу стану здоров'я студентської молоді кафедрою валеології Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна проведено порівняльний аналіз показників адаптаційних можливостей студентів і їх біоритмологічного типу працездатності, а також оцінку функціональних можливостей організму студентів у цілому.

У дослідженні брали участь студенти 1 курсу Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна, що навчаються на 1-й і 2-й змінах.

В основу методичного підходу в цьому дослідженні була покладена розроблена схема інтегральної оцінки фізіологічних функцій організму, яка включає в себе аналіз фізіологічних можливостей (антропометричні вимірювання, характеристику гемодинаміки) і функціонального стану організму залежно від вікових і біоритмологічних особливостей, методи математичного аналізу.

Біоритмологічний тип визначався за допомогою тест-опитувальника Остберга. Для оцінки функціональних можливостей організму в цілому був розрахований адаптаційний потенціал за методом, запропонованим Р. М. Баєвським. Також було зроблено математичний аналіз і порівняння отриманих результатів.

Дослідження підтвердили загальну тенденцію, що склалася: більша частина студентів як 1-ї, так і 2-ї змін навчання незалежно від біоритмологічного типу відчують напругу адаптації, що може призвести до зниження функціональних резервів організму.

Вивчення біоритмологічних особливостей людини, проведені вченими кафедри валеології, насамперед М. Гончаренко, Г. Тимченко, дозволили розробити практичні рекомендації для корекції режиму праці та відпочинку з позицій максимального збереження здоров'я.

Інформаційно насичені заняття, які проводять викладачі кафедри, спрямовані на вироблення позитивних поглядів, придбання знань із попередження факторів ризику, формування адекватної фізіолого-гігієнічної поведінки, що сприяє зміцненню стану здоров'я.

Кафедрою валеології проводиться комплекс робіт із соціально-психологічної реабілітації студентів. Так, використання психічної саморегуляції протягом 1015 хвилин під час занять дозволяє зняти несприятливі порушення кровообігу мозку.

Науковим напрямом діяльності кафедри є вивчення механізмів формування психофізіологічних основ особистості, розробка корекційно-оздоровчих технологій, валео-педагогічного моніторингу стану здоров'я.

Висновок. Здоров'я підростаючого покоління — важливий показник якості життя суспільства та держави, що відображає не тільки справжню ситуацію, але й формує прогноз на її розвиток у майбутньому. Тому на сучасному етапі розвитку педагогічної теорії та практики актуального характеру набувають питання методичної підготовки майбутніх учителів основ здоров'я, а одним із найважливіших завдань якісної освіти вчителя основ здоров'я є формування його готовності до створення здоров'яорієнтованого освітнього середовища.

ЛІТЕРАТУРА

1. Агаджанян Н. А. Здоров'я студентів / Н. А. Агаджанян, В. П. Дегтярев, І. В. Радиш та ін. — М.: Изд-во РУДН, 1997. — 199 с.
2. Гончаренко М. С. Основи біоритмології: навчально-методичний посібник / М. С. Гончаренко, А. Н. Тимченко. — Харків, 2010. — 106 с.
3. Казаковцева Т. С. Теория и методология подготовки студентов к оздоровительно-образовательной работе с детьми в дошкольных образовательных учреждениях / Т. С. Казаковцева. — Киров: Изд-во ВятГГУ, 2009. — 254 с.
4. Омельченко С. О. Валеонасичений здоров'язберігаючий простір: метод. посібн. / С. О. Омельченко. — Слов'янськ: Видавничий центр СДПУ, 2006. — 160 с.