

Упровадження експериментальної методики у фізичне виховання школярів експериментальних груп хлопчиків та дівчат сприяло достовірному підвищенню показників фізичної підготовленості в порівнянні з контрольними групами.

Перспективи подальших розробок у заданому напрямі полягають у розробці методики диференціації фізичних навантажень школярів старших класів з урахуванням рівнів біологічного розвитку.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Арефьев В. Г. Педагогичні технології реалізації диференційованого фізичного виховання учнів основної школи. *Науковий часопис. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури*. Київ, 2018. Вип. 5 (99) 18. С. 29–33.
2. Друзь В. А., Пятисоцкая С. С., Жерновникова Я. В. Основные критерии оценки физического развития и биологического возраста школьников средних классов, осуществляющие дифференцированный подход в процессе физического воспитания. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2013. №3. С. 81–85.
3. Жерновникова Я. В., Пятисоцька С. С. Визначення темпів біологічного розвитку школярів 5-7 класів за допомогою індексу К. Хірата задля реалізації диференційованого підходу у процесі фізичного виховання. *Фізична культура, спорт та здоров'я: матеріали XIV Міжнародної науково-практичної конференції*, (Харків, 10-11 грудня 2015 р.). Харків: ХДАФК, 2015. С. 274–276.
4. Жерновникова Я. В., Пятисоцька С. С. Фізичні вправи та рухливі ігри, спрямовані на розвиток фізичних якостей школярів 5-7-х класів з урахуванням темпів біологічного розвитку: методичні рекомендації. Харків: ХДАФК, 2016. 108 с.
5. Сітовський А. М. Фізична працездатність підлітків в умовах диференційованого фізичного виховання з урахуванням темпів їх біологічного дозрівання. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2009. №1(5). С. 61–65.
6. Фізична культура в школі: навчальна програма для 1-4, 5-9 класів загальноосвіт. навч. закладів. Київ, 2013. 352 с.

УДК 378.042.-056.2

DOI <https://doi.org/10.26661/2522-4360-2018-1-29-04>

### МЕТОДИЧНІ ПІДХОДИ ОЦІНЮВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ЗНАТЬ СТУДЕНТІВ У ФОРМУВАННІ НАВИЧОК САМОКОНТРОЛЮ ЗДОРОВ'Я

Кабацька О. В., к. пед. н., доцент

*Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна,  
майдан Свободи, 4, м. Харків, Україна*

[elena.kabazkaya@gmail.com](mailto:elena.kabazkaya@gmail.com)

У статті порушено проблему найважливіших нині соціальних завдань вищої освіти, а саме: визначення найбільш ефективних шляхів та методичних підходів зміцнення здоров'я молодого покоління, забезпечення природних умов їхнього гармонійного розвитку, надання інформації до сучасних підходів до збереження здоров'я. Актуальність та необхідність вирішення проблеми саме формування здоров'язбережувальних знань у процесі освіти студентів обумовлені небезпечними тенденціями постійно прогресуючого погіршення стану здоров'я молодих людей. Проведене тестування здоров'язбережувальних (валеологічних) знань студентів з використанням методик, які складаються з різноманітних питань. Доведено, що різні вищі, у процесі викладання навчальних дисциплін, звертають увагу на надання студентам валеологічних знань з метою формування навичок самоконтролю їхнього здоров'я.

*Ключові слова: валеологічні знання, формування, навички, самоконтроль, здоров'я, студенти.*

## METHODICAL APPROACHES TO THE ASSESSMENT OF STUDENTS' HEALTH SAFETY KNOWLEDGE IN THE FORMATION OF THEIR HEALTH SELF-CONTROL SKILLS

Kabatska O. V., PhD in Pedagogy, Associate Professor

*V. N. Karazin Kharkiv National University, Svobody Square, 4, Kharkiv, Ukraine*

elena.kabazkaya@gmail.com

The article addresses the most important social tasks of higher education today, in particular, to determine the most effective ways and methodological approaches to strengthening physical and mental health of the younger generation and ensuring natural conditions for their harmonious psycho and physiological development. The necessity to solve the issue of forming health-preserving knowledge (valeological) in the process of students' education is determined by dangerous tendencies of continued young people' health deterioration. The social demand from the community for active work and self-development in the process of life requires formation of students' need, knowledge, skills and abilities to preserve and strengthen their health. The attempt to present the main methodological approaches to cultivating self-monitoring of the personal health condition by each student as an integral part of harmonious development of an individual and promotion of his or her fruitful work is analyzed. It illustrates that continuous health monitoring allows oneself to maintain normal psychophysical and functional state in accordance with the natural potential of the organism. Modern electronic devices to ensure continuous monitoring of the psychophysiological state of the human organism in the process of studying the issues of students' health-care skills are identified. Methodological approaches to assessing valeological knowledge of students of different universities as a basis for developing skills of self-monitor are defined. The students' valeological knowledge was tested with the use of techniques consisting of various questions. It was proved that different higher educational institutions pay attention to providing students with valeological knowledge in order to cultivate their skills of self-monitoring their health while teaching academic disciplines.

*Key words: valeological knowledge, formation, skills, self-monitoring, health, students.*

### **Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями.**

Здоров'я молодого покоління за останні роки значно погіршилось. Тому в закладах освіти необхідно поглибити вивчення питань формування здоров'язберезувальних знань. На сучасному етапі розвитку та становлення системи освіти сформувалися нові підходи навчання студентів. У процесі оволодіння студентами необхідними знаннями для професійної діяльності деякими закладами вищої освіти створюється система підтримки їхнього здоров'я. Використовується холистичний підхід до питань збереження здоров'я. На допомогу цьому підходу розкриває свої наукові та практичні надбання сучасна наука «валеологія». Сформованість у студентів валеологічних знань сприяє збереженню їхнього здоров'я. Тому валеологічні знання можна назвати здоров'язберезувальними. На навчальних дисциплінах необхідно акцентувати увагу студентів не тільки на якість їхнього навчання, а також і на самоконтроль власного здоров'я з метою його підтримки та відновлення.

### **Аналіз останніх досліджень і публікацій, у яких започатковано розв'язання цієї проблеми й на які спирається автор.**

Поняття «здоров'я» необхідно розглядати як першочергову категорію в процесі навчання та виховання молодого покоління. Вплив науки валеології на оздоровчу роботу деяких закладів освіти помітний. І. Брехманом, засновником фундаментальних положень означеної науки, розглянуто людину у третьому стані – «уже не здоровий, однак і не хворий». Ученим представлено холистичний підхід до вивчення здоров'я, а саме з позиції фізичної, психічної та духовної його складових [1].

Медико-валеологічний аспект створення системи здоров'язберезувальних знань розглядали різні вчені, а саме: М. Амосов, І. Брехман, Е. Булич, М. Гончаренко, Л. Жаліло, В. Казначеев, В. Колбанов, І. Мурашов, М. Никандров та інші; психологічний аспект – О. Васильєва, А. Маслоу, Г. Нікіфоров, Г. Олпорт та інші; педагогічний аспект – Б. Гершунський, О. Дубогай, Ю. Бойчук, В. Бабич, В. Горашук, М. Гриньова, О. Іонова, С. Кириленко, О. Міхеєнко, С. Омельченко, А. Ровний, С. Страшко, Л. Сущенко, Н. Ткачова, В. Шахненко та ін.

В. Сухомлинський стверджував, що в роботі з дітьми на перше місце необхідно поставити збереження та зміцнення їхнього здоров'я, збагачення їхнього духовного світу в процесі навчання та виховання [4].

Саме студентам необхідно оволодіти сучасними способами своєї освітньої діяльності для входження в новий простір свого життя, адаптуватися до змін в організації навчально-виховної роботи. Вміння студентів подолати труднощі періоду адаптації в закладі вищої освіти, які починаються з першого курсу навчання, визначає не тільки академічну успішність та подальшу професійну самореалізацію, а й стан їхнього здоров'я [3].

Нормативно-правова база нашої держави акцентує увагу на пріоритетних завданнях освітнього процесу в Україні, визначаючи найвищою цінністю відповідальне ставлення до особистого здоров'я та здоров'я оточуючих людей, а саме: Наказ Президента України «Про невідкладні додаткові заходи щодо зміцнення моральності в суспільстві та утвердження здорового способу життя» (2002 р.); Постанові Кабінету Міністрів України «Про затвердження Національної програми патріотичного виховання населення, формування здорового способу життя, розвитку духовності та зміцнення моральних засад суспільства» (1999 р.) та ін. У Харківському національному університеті імені В. Н. Каразіна кафедрою валеології впроваджуються навчальні дисципліни та проводиться виховна робота з формування здоров'язбережувальних знань студентів. Наприклад, у 2016 році педагогічний експеримент показав, що студенти – майбутні педагоги-валеологи – на достатньому рівні володіють валеологічними знаннями та мають відповідні навички для оцінки знань з основ здоров'я в учнів загальноосвітніх закладів [3].

#### **Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми, яким присвячена стаття. Формулювання цілей статті (постановка завдання).**

У процесі навчання студентів необхідно створювати умови не тільки для надання знань для професійної діяльності, а також акцентувати увагу на практичних навичках власного здоров'язбереження, моніторингу, самоконтролі здоров'я. Самоконтроль здоров'я потрібно розглядати як постійне спостереження за станом власного здоров'я, фізичним та психологічним розвитком, змінами під впливом регулярних занять фізичною культурою.

Основним завданням сучасної освіти є гармонійний розвиток молодого покоління як основи майбутнього країни. Оволодіння необхідними для життя знаннями та становлення дорослої особистості відбувається саме у студентському середовищі.

#### **Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів.**

На базі різних закладів вищої освіти було проведено педагогічне дослідження. У дослідженні брали участь студенти 1-го, 2-го, 3-го курсів кафедри валеології Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна; студенти 3-го курсу (майбутні вчителі з фізичної культури) Харківської державної академії фізичної культури; студенти 2-го, 3-го курсів з напрямку «дошкільне виховання та навчання учнів початкової школи» Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради. Завданням педагогічного дослідження було перевірка здоров'язбережувальних знань студентів для самоконтролю стану власного здоров'я. Важливо зазначити, що заклади вищої освіти викладають навчальні дисципліни для забезпечення студентів знаннями для самоконтролю здоров'я, а саме: «Діагностика і моніторинг рівня здоров'я»; «Моніторинг і оцінка результатів досліджень у валеології»; «Основи раціонального харчування»; «Техніка валеологічного експерименту»; «Основи фізичної реабілітації»; «Організація та менеджмент фізичної культури»; «Менеджмент рекреаційно-оздоровчої роботи»; «Методика й організація фізичного виховання в дошкільних закладах»; «Методика й організація фізичного виховання в загальноосвітніх закладах»; «Теорія та методики фізичного виховання»; «Основи валеологічних знань» та інші. До відома студентів представлена інформація про вже добре знайомі всім паспорти та щоденники, а також й про сучасні

електронні пристрої із самоконтролю власного здоров'я. Наприклад, для обговорення репрезентовано наукове дослідження О. Ярмощука «Аналіз технологічних інновацій у сфері спорту» – інновації у сфері спорту, а саме: інвентар для занять спортом та екіпіровка, різні підходи до моніторингу здоров'я, які відстежують стан фізичного здоров'я та досягнення спортсменів під час занять та відновлення фізичних та психологічних резервів.

З допомогою сучасних гаджетів – фітнес-браслетів, смарт-годинників – можна відстежувати фізичну активність, контролювати власні тренування, витрачені калорії. У результаті такого самоконтролю людина має відмінне самопочуття та хорошу щоденну активність. Обладнання працює в операційній системі Android, підключається за допомогою Bluetooth 4.0, оснащено пульсометром та іншими функціями. Зарубіжні розробники представляють на світовому ринку «електронну майку» та «футболку для біометричного моніторингу» для занять фізичною культурою, що вимірюють і передають на комп'ютер основні показники стану здоров'я людини, під час занять спортом [5].

Отже, студентам необхідно слідкувати за станом свого здоров'я. Регулярні заняття фізичною культурою поліпшують здоров'я, настрій, підвищують щоденну активність.

Педагогічне дослідження у трьох закладах освіти проводилося за допомогою 4 тестів, які виявляли особливості самоконтролю за станом здоров'я: тест № 1 (критерії самооцінки фізичного стану; найбільш об'єктивний показник фізичного стану; самоконтроль; тест Руф'є – Діксона; щоденник самоконтролю тощо); режим праці і відпочинку студентів, тест № 2 (фази працездатності людини; добовий рухомий режим тощо); резерви організму, тест № 3 (потенційна можливість людини; санітарні правила користувача ПК; природні джерела загартування; профілактика різних захворювань тощо); правильність харчування, тест № 3. У кожному тесті надавалися питання та декілька варіантів відповідей до них. Передбачалася лише одна правильна відповідь із наведених.

На рис. 1 представлено відсоток правильних відповідей студентів трьох закладів вищої освіти на питання всіх запропонованих тестів. Загалом на всі питання тесту № 1 отримано 94,3 % правильних відповідей усіх респондентів, на всі питання тесту № 2 отримано 95,6 % правильних відповідей опитаних; на всі питання тесту № 3 отримано 96,6 % правильних відповідей; на всі питання тесту № 4 отримано 45,4 % правильних відповідей студентів.

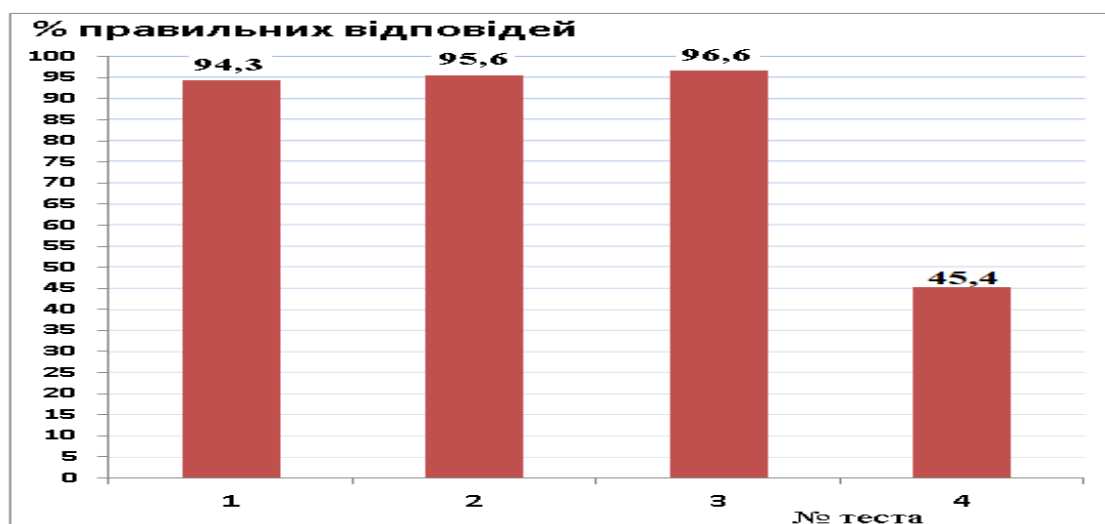


Рис. 1. Відсоток правильних відповідей студентів трьох закладів вищої освіти на питання всіх тестів

За результатами проведеного педагогічного дослідження виявлено, що студенти з різних закладів вищої освіти показали високий рівень здоров'язбережувальних знань, потрібних для об'єктивного самоконтролю стану здоров'я. Найкращими в цьому процесі були студенти Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна.

### Висновки з дослідження та перспективи подальших розвідок у заданому напрямі.

Формування знань для самоконтролю власного здоров'я у студентів потрібно здійснювати в процесі професійної освіти. Метою такого самоконтролю є утримування в належному стані та зміцнення здоров'я людини. Виявлено, що існують різні форми самоконтролю здоров'я, а саме: щоденники або паспорти здоров'я, сучасні електронні пристрої. За отриманими відповідями студентів на всі пропоновані чотири тести можна зробити висновок про достатньо високий рівень здоров'язбережувальних знань студентів з різних закладів вищої освіти. Також проведене педагогічне дослідження дало змогу виявити у студентів такі труднощі: з визначенням максимального споживання кисню непрямим методом; із санітарними правилами щодо тривалості безперервної роботи дорослого користувача комп'ютера; стосовно до позитивного та негативного впливу музики на здоров'я людини.

У подальшому можливе вивчення саме вмінь та навичок самоконтролю стану здоров'я студентів.

### ЛІТЕРАТУРА

1. Брехман И. И. Валеология – наука о здоровье: 2-е изд., допол. перераб. Москва: Физкультура и спорт, 1990. 208 с.
2. Kabatska O. V. Shaping valeological knowledge in students as a foundation for creating a health-preserving educational environment in a classical university Educational Studios: Theory and Practice: monograph /edit. I. M Trubavina, S. T. Zolotukhina. Prague-Vienna: Premier Publishing, 2018. S. 253-259
3. Кабацька О. В., Покогодна І. О. Дослідження особливостей оцінювання здоров'язбережувальних знань учнів майбутніми педагогами-валеологами. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*: зб. наук. пр. / редкол.: Т. І. Сущенко (гол. ред.) та ін. Запоріжжя: КПУ, 2017. Вип. 55 (108) С. 187-194
4. Сухомлинский В. А. Избранные педагогические сочинения: в 3-х т. / сост. О. С. Богданова, В. З. Смаль. Москва: Педагогика, 1980. Т. 2. 384 с.
5. Ярмошук О. О. Аналіз технологічних інновацій в сфері спорту. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка*. Кам'янець-Подільський, 2016. Вип. 9. С. 442–453

УДК 371.315

DOI <https://doi.org/10.26661/2522-4360-2018-1-29-05>

## ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОГО БИЛИНГВАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ ПРЕДМЕТАМ НЕЯЗЫКОВОГО ЦИКЛА В СРЕДНЕЙ ШКОЛЕ

Пахомова Т. А., д. пед. н., профессор

*Запорожский национальный университет, ул. Жуковского, 66, м. Запорожья, Украина*

[paho571@gmail.com](mailto:paho571@gmail.com)

Статья посвящена проблеме билингвального обучения в современной средней школе. Автор рассматривает основные концепции билингвизма, анализирует возможные подходы к решению проблем двуязычия. Основное внимание уделяется роли иностранного языка в обучении предметам неязыкового цикла.

*Ключевые слова: билингвизм, современная средняя школа, раннее обучение, образовательный ландшафт.*