



УДК 378.22.015.31:613/614



Момот О. О.

ЗМІСТ ВИХОВАННЯ ОСОБИСТОСТІ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ В ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОМУ СЕРЕДОВИЩІ ВИЩОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ

А Розкрито та проаналізовано зміст виховання особистості майбутнього вчителя в здоров'язбережувальному середовищі вищого навчального закладу як система здоров'язбережувальних цінностей майбутнього фахівця. Визначені основні напрями діяльності сучасної молоді щодо ідей здоров'язбережування.

Ключові слова: навчально-виховний процес, особистість майбутнього вчителя, здоров'язбережувальне середовище, вищий навчальний заклад, здоровий спосіб життя.

Актуальність проблеми. Володіння найвищим рівнем здоров'я є одним із основних прав та обов'язків кожної людини незалежно від раси, релігії, політичного переконання, економічного та соціального статусу. Існує взаємозв'язок між здоров'ям і навчальним процесом, який може сприяти як збереженню здоров'я, так і виникненню різноманітних відхилень у ньому. Однак не треба забувати, що навчально-виховна діяльність особистості майбутнього вчителя у здоров'язбережувальному середовищі вищого навчального закладу (ВНЗ) спрямована на засвоєння певного рівня освіченості.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми, яким присвячується означена стаття. Так, постає питання необхідності пошуку компромісу між обов'язковістю вирішення освітніх завдань, пов'язаних, перш за все, з досягненням необхідного рівня освіченості зі збереженням при цьому здоров'я всіх учасників навчально-виховного процесу. Цей компроміс складає основу створення здоров'язбережувального середовища ВНЗ.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Теоретичні основи здоров'язбережування, пошук ефективних засобів, способів і методів оздоровлення організму людини займали не останнє місце ще в античній педагогіці і в педагогіці всіх подальших епох. У цілому поняття «здоров'язбережування» в педагогічній науці почало використовуватися з 90-х років ХХ століття і відображало специфіку відносин до збереження здоров'я через особливості організації навчально-виховного процесу в різні періоди: «зберегти здоров'я» – «не перевантажувати» – «турбота про здоров'я» – «зміцнення здоров'я» – «охорона здоров'я» – «валеологія» – «здоров'язбережування» [2].

Формулювання цілей статті: розкрити і проаналізувати зміст виховання особистості май-

бутнього вчителя в здоров'язбережувальному середовищі вищого навчального закладу.

Виклад основного матеріалу дослідження. Під трактуванням терміну «здоров'язбережування» розуміємо процес зміцнення та збереження здоров'я, спрямований на перетворення емоційної та інтелектуальної сфер особистості, підвищення ціннісного ставлення до особистого здоров'я і здоров'я інших, загальне усвідомлення особистої відповідальності за власне здоров'я [8].

Весь навчально-виховний процес у ВНЗ має бути підпорядкований провідній меті – збереження здоров'я особистостей майбутніх учителів. Саме за таких умов необхідне проведення роботи серед студентської молоді, яка містить здоров'язбережувальну спрямованість. На основі цієї ідеї було визначено зміст виховання особистості майбутнього вчителя у здоров'язбережувальному середовищі ВНЗ.

Формування мотивації у науково-педагогічних працівників і майбутніх учителів до створення здоров'язбережувального середовища вищого навчального закладу.

Створення здоров'язбережувального середовища у ВНЗ передбачає виконання системи заходів, що забезпечують гармонійний, психічний, фізичний, духовний розвиток особистості майбутнього вчителя, попередження захворювань, а також діяльність, спрямовану на збереження і зміцнення її здоров'я. Починається такий процес з усвідомлення науково-педагогічними працівниками та майбутніми вчителями важливості своєчасного зміцнення і підтримання свого здоров'я, потреби у дотриманні правил ведення здорового способу життя, розуміння доцільності здоров'язбережувальних дій, ставлення до свого здоров'я як до цінності життя.

Залучення людини до збереження здоров'я, на думку В. Бароненко, треба починати з фор-

мування у неї мотивації здоров'я, адже турбота про здоров'я, його зміцнення має стати значущим мотивом, який формує, регулює і контролює спосіб життя людини. Доведено, що ніякі накази не можуть примусити людину зберігати і підтримувати своє здоров'я, якщо при цьому вона не буде керуватися усвідомленою мотивацією здоров'я [1, с. 52]. Досвід оздоровчої діяльності створює відповідну мотивацію (цілеспрямовану потребу) й установку (готовність до діяльності) на здоров'я, що і є основою вироблення власного стилю здорової поведінки як результату перебування у здоров'язбережувальному середовищі. Такий стиль характеризується мотивами самозбереження, підпорядкування етнокультурним цінностям, отримання задоволення від здоров'я, самовдосконалення, маневрування, досягнення найвищого рівня комфортності.

На сьогоднішній день для сприяння покращення здоров'я особистості майбутнього вчителя виділяють наступні напрями діяльності [7]:

- формування політики, сприятливої для здоров'я;
- створення сприятливого для здоров'я зовнішнього середовища;
- активізація громадськості в напрямі покращення здоров'я як особистості зокрема, так і нації загалом;
- розвиток навичок у молоді діяти на користь власного здоров'я.

Крім вищесказаного, важливим напрямом здоров'язбережування є організація викладачами ВНЗ зовнішніх впливів на активізацію в особистості майбутнього вчителя мотивації до ідей здоров'язбережування. Для цього треба виховувати у них звичку, у якій здоров'я є найвищою цінністю особистості, нації та людства, давати їм уявлення й знання про здоров'я, формувати навички, які дадуть їм змогу зробити вибір на користь здорового способу життя, ділитися власним життєвим досвідом [6].

Як свідчить сучасна практика, більшість рекомендацій стосовно здоров'язбережування подаються молодому поколінню в навчально-категоричній формі, яка не викликає в нього відповідних позитивних емоційних реакцій, більше того – часто викликає супротив. Тому, на нашу думку, все більшого значення набуває мотивування до здоров'язбережування, яке зможе зацікавити особистостей майбутніх учителів, оскільки враховуватиме їхні інтереси, рівень фізичного розвитку та стать. У зв'язку з цим пропонуємо в рамках занять фізичною культурою й поза ними використовувати такі способи мотивування особистостей майбутніх учителів щодо ідей здоров'язбережування, які, на нашу думку, підсилять процес створення здоров'язбережувального середовища у вищому навчальному закладі:

- проведення днів здоров'я, днів туризму передбачає спортивні змагання, готування туристичних сніданків і конкурси на свіжому повітрі. Це покращує загальний стан фізичного, морального та психологічного здоров'я молоді, сприяє гармонійному розвитку особистості майбутнього вчителя, підвищує рівень фізичної культури, виховує волю до перемоги, розвиває навички до самостій-

них систематичних занять фізичною культурою і спортом;

- проведення занять із аеробіки має багато позитивних моментів. Це зумовлено тим, що заняття відбуваються в атмосфері підвищеної емоційності, колективно, із музичним супроводом, що зменшує рутинність виконання фізичних вправ;

– заняття фітнесом є одним із нетрадиційних методів проведення оздоровчої фізичної культури. Загалом фітнес визначають як ступінь збалансованості фізичного, психологічного та соціального станів людини. Зокрема, фізичний фітнес характеризує рівень фізичних можливостей, які забезпечують особі рухову активність без зайвого напруження організму;

– створення спортивних секцій у ВНЗ покликано задовольнити спортивні інтереси особистостей майбутніх учителів і проводити цілеспрямовану роботу щодо зміцнення їхнього здоров'я, розвитку спортивних навичок з урахуванням віку й статі молодих людей. Найбажанішими є секції, що передбачають колективну організацію, емоційну насиченість, творчу активність, а також ігровий зміст.

– заняття йогою – це один зі способів розвинути в собі врівноважене ставлення до всіх аспектів життя, ефективно стежити за своєю вагою, покращити роботу щитовидної залози. Йога є цілющою системою теорії та практики, оскільки заспокоює нервову систему та врівноважує тіло, розум і дух людини. Регулярна практика робить тіло стрункішим, м'язи – пружнішими, нормалізує кровообіг, роботу травної, ендокринної, нервової й серцево-судинної систем [11].

– ігрова діяльність відноситься до числа потреб, обумовлених самою природою людини, потреба в тренуванні м'язів і внутрішніх органів, потреба спілкування, одержання зовнішньої інформації. Серед великої кількості різноманітних засобів фізичного виховання широко використовуються рухливі та спортивні ігри, естафети, що сприяють розв'язанню виховних, оздоровчих завдань у процесі виховання особистості майбутнього вчителя в здоров'язбережувальному середовищі ВНЗ.

Усвідомлюючи значущість сформованості у науково-педагогічних працівників і майбутніх учителів мотивації щодо здоров'язбережування, необхідно враховувати, що вона розвивається не спонтанно, а в результаті специфічних, цілеспрямованих, формувальних дій, підкріплюється мовленням, свідомістю, здійснюється вольовими зусиллями і тому спрямована на найближчі чи віддалені життєві цілі. Тож якщо навчити майбутніх учителів цінити, зберігати і зміцнювати своє здоров'я, а науково-педагогічний працівник особистим прикладом буде демонструвати здоровий спосіб життя, то в цьому випадку можна сподіватися, що майбутнє покоління буде здоровішим і розвиненішим особистісно, інтелектуально, духовно й фізично.

Створення умов для функціонування фізичної культури.

Фізична культура є важливим засобом підвищення соціальної і трудової активності людей, задоволення їх моральних, естетичних і творчих

запитів, життєво важливої потреби взаємного спілкування, розвитку дружніх стосунків між народами і зміцнення миру. Фізична культура – це раціональне використання людиною рухової діяльності як чинника оптимізації свого стану і розвитку, підготовки до життєвої практики. У низці чинників збереження та зміцнення здоров'я провідна роль належить фізичній культурі, різноманітним засобам підвищення рухової активності [5, с. 7].

При розгляді фізичної культури як фактора здоров'язбережування стає очевидним, що вона – основа і рушійна сила формування здорового способу життя. Але її практичні результати, поперше, повинні задовольняти ті біологічні потреби людини, що сформувалися у процесі його тривалої еволюції, по-друге, адаптувати людину до існуючих зовнішніх умов, по-третє, встигати за тенденціями зміни цих умов, які можуть реалізуватися швидше, ніж людина стане до цього готовою.

Велике значення у фізичному вихованні мають методи переконання (роз'яснення) і позитивно-прикладу. З їхньою допомогою роз'яснюється значення фізичних вправ у розвитку людини, їхні психологічні основи, а також техніка виконання. Приклади з життя видатних людей, відомих спортсменів, а також тих, хто служать предметом наслідування для учнів у процесі занять фізичною культурою [10].

Традиційною є зустріч особистостей майбутніх учителів Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка із заслуженим тренером України, кандидатом у майстри спорту СРСР з легкої атлетики – В. М. Омеляненко. Усе своє життя Василь Миколайович займається тренерською роботою, а саме 40 років, підготувавши: три майстра спорту міжнародного класу, дев'ять майстрів спорту, три учасника Олімпійських ігор (Сергій Ізмайлов, Володимир Очкань, Вікторія Вершиніна) та Ю. Є. Щербак – кандидат у майстри спорту України з легкої атлетики, старший тренер збірної команди Полтавської області з легкоатлетичного спорту. Юрій Євгенійович також займається тренерською діяльністю, підготував: одного майстра спорту міжнародного класу, чотири майстри спорту, одного учасника Олімпійських ігор (Оксана Щербак).

Фізична культура у ВНЗ є невід'ємною частиною формування загальної і професійної культури сучасного фахівця, системи гуманістичного виховання особистостей майбутніх учителів. Як навчальна дисципліна, обов'язкова для всіх спеціальностей, вона є одним із засобів формування всебічно розвиненої особи, оптимізації фізичного і психофізіологічного стану в процесі професійної підготовки.

Формування культури здоров'я у особистості майбутнього вчителя.

Здоров'я є однією з фундаментальних загальнолюдських цінностей, тому одним із пріоритетних напрямків створення здоров'язбережувального середовища ВНЗ є забезпечення відповідних умов для навчання і виховання фізично та психічно здорової особи, покликаних формувати

здоров'язбережувальний світогляд, культуру здоров'я майбутніх учителів.

Аналіз стану здоров'я випускників, що вступають до вищих навчальних закладів, свідчить про те, що мало хто починає своє студентське життя абсолютно здоровим. Рівень здоров'я молоді багато в чому обумовлений відсутністю у особистості майбутнього вчителя інтересу до своєї особистості і взагалі до культури здоров'я зокрема. Тому, культура здоров'я – це перша і найважливіша потреба особистості майбутнього вчителя, що визначає його здатність до праці і забезпечує гармонійний розвиток. Вона є найважливішим кроком до пізнання навколишнього світу, до самотвердження і щастя, а активне довге життя – це важливий додаток людського чинника.

Культура здоров'я особистості майбутнього вчителя є складовою фізичної культури і є сукупністю знань, умінь і навичок ведення здорового способу життя, психологічного самовдосконалення, соціального та фізичного розвитку. Складовими культури здоров'я особистості є: фізичне, психічне, соціальне та духовне здоров'я. Сформованість культури здоров'я особистості майбутнього вчителя в здоров'язбережувальному середовищі ВНЗ визначається рівнем зміцнення здоров'я, здоров'язбережувальних методик особистості, вмінням берегти й покращувати здоров'я своє і оточуючих та сприймати його як найвищу цінність.

Самовиховання, самооцінка, самоаналіз.

Самовиховання – це вищий етап виховного процесу, процес цілеспрямованої роботи над розвитком і самовдосконаленням людини від підліткового віку до зрілості [3, с. 224]. Н. Мойсенюк у своїй праці говорить, що «самовиховання – діяльність спрямована на перетворення власної особистості» [4, с. 650].

Займаючись самовихованням, К. Ушинський розробив для себе спеціальні правила, які виступали в ролі програми його саморозвитку [4, с. 407]. Так, і особистість майбутнього вчителя, на нашу думку, повинна надавати самовихованню вирішального значення: 1) спокій цілковитий, у крайньому разі – зовнішній; 2) прямота у словах і вчинках; 3) обдуманість дій; 4) рішучість; 5) не говорити про себе без потреби жодного слова; 6) не гаяти часу несвідомо; робити те, що треба, а не те, що трапиться; 7) витрачати час тільки на необхідне або приємне, а не за пристрастями; 8) кожен вечір добросовісно давати собі звіти у вчинках; 9) ніколи не хвастатися тим, що було, ні тим, що є, ні тим, що буде; 10) нікому не показувати цього журналу.

Самовиховання потребує тривалих вольових зусиль, уміння керувати собою, досягати поставленої мети, не занепадати духом від невдач. Тому, треба залучати особистість майбутнього вчителя до видів діяльності, що передбачають зібраність, організованість, відповідальність. Долаючи труднощі, вона загартовує волю, доводить розпочату справу до кінця і таким чином переконується, що навіть невеликі успіхи роблять її сильнішою.

Самооцінка є складним особистісним утворенням і відноситься до фундаментальних властивостей особистості. У ній відбивається те, що лю-

дина довідається про себе від інших, і її власна активність, спрямована на усвідомлення своїх дій і особистісних якостей [9].

Самооцінка пов'язана з однією із центральних потреб людини – потребою у самоствердженні, що визначається ставленням її дійсних досягнень до того, на що людина претендує, які цілі перед собою ставить – рівня домагань. У своїй практичній діяльності людина зазвичай прагне до досягнення таких результатів, що погодяться з його самооцінкою, сприяють її зміцненню, нормалізації. Істотні зміни в самооцінці з'являються тоді, коли досягнення зв'язуються суб'єктом діяльності чи з наявністю/відсутністю в нього необхідних здібностей.

Самоаналіз завжди пов'язаний з осмисленням власної праці. Невипадково В. Сухомлинський писав про те, що «сильним, досвідченим стає педагог, що вміє аналізувати свою працю... У самій основі педагогічна праця – справжня творча діяльність – стоїть близько до наукового дослідження. Ця близькість, спорідненість полягає насамперед в аналізі фактів і необхідності передбачати. Учителю, що вміє проникати подумки у сутності фактів, у причинно-наслідковій зв'язки між ними, запобігає багатьом труднощам і невдачам...» [3]. Від уміння майбутнім учителем аналізувати власні вчинки, конкретні ситуації, що виникають, результати впливів, залежить процес створення здоров'язбережувального середовища ВНЗ.

Педагогічна виховна взаємодія (у нашому випадку виховання особистості майбутнього вчителя в здоров'язбережувальному середовищі ВНЗ), в якій би сфері життя вона не відбувалась, завжди має свої цінності і зміст. Система цінностей – це ставлення людини до найвищих цінностей: «людина», «життя», «суспільство», «праця», «пізнання»; до сукупності загальнонавчаних, встановлених культурою стосунків: «совість», «воля», «справедливість», «честь»... На формування певних цінностей впливає культура, у межах якої людина здійснює свою життєдіяльність (наприклад, азійська чи європейська). Культура – сума духовних досягнень та пам'яті людства [3].

Зміст виховання – це те, що впливає із ба-

гатства суспільно-історичного досвіду, вартостей культури і використовується для потреб виховного процесу, тобто це система цінностей світової і національної культури, яку учні повинні засвоїти, зберегти і розвинути відповідно до поставленої мети і завдань виховання [4, с. 441].

Висновки з даного дослідження. Отже, зміст виховання особистості майбутнього вчителя в здоров'язбережувальному середовищі (формування мотивації у науково-педагогічних працівників і майбутніх учителів до створення здоров'язбережувального середовища ВНЗ; створення умов для функціонування фізичної культури; формування культури здоров'я у особистості майбутнього вчителя; самовиховання, самооцінка, самоаналіз) відображає загальні меті: всебічний і гармонійний розвиток особистості майбутнього вчителя в здоров'язбережувальному середовищі вищого навчального закладу, формування у молодого покоління самосвідомості, розвиненої духовності, моральної, художньо-естетичної, трудової, фізичної культури, розвиток індивідуальних здібностей і таланту.

Перспективи подальших розвідок у даному напрямку полягають у вивченні питання теорії і практики виховання особистості майбутнього вчителя в здоров'язбережувальному середовищі вищого навчального закладу.

Список використаних джерел

1. Бароненко, В. Здоровье и физическая культура : учеб. пособ. / В. Бароненко, Л. Рапопорт. – [изд. 2-е, перераб.]. – Москва, 2009. – 336 с.
2. Викторов, Д. Методология педагогики здоровьесбережения студентов вуза / Д. В. Викторов // Мир науки и образования. – № 5(12). – 2008. – С. 234–236.
3. Максимюк, С. Педагогіка : навч. посіб. / С. Максимюк – Київ : Кондор. – 2005. – 667 с.
4. Мойсеюк, Н. Педагогіка : навч. посіб. / Н. Мойсеюк. – [5-е вид., доп. і перероб.]. – Київ, 2007. – 656 с.
5. Мурза, В. Фізичні вправи і здоров'я / В. Мурза. – Київ : Здоров'я, 1991. – 256 с.
6. Одайник, В. Формування здорового способу життя у підлітків / В. Одайник // Вісник Кам'янець-Подільського нац. ун-ту ім. Івана Огієнка – 2010. – Вип. 3. – С. 20–23.
7. Підлісна, В. Принципи здорового способу життя студентської та учнівської молоді / В. Підлісна, М. Гуска // Вісник Кам'янець-Подільського нац. ун-ту ім. Івана Огієнка – 2010. – Вип. 3. – С. 149–153.
8. Ткаченко, В. Змістово-структурові аспекти поняття «здоров'язбережувальні технології» / В. Ткаченко // Витоки педагогічної майстерності. – Полтава, 2013. – Вип. 12 – С. 315–319.
9. Хорни, К. Самосознание / К. Хорни. – Москва : Фолио, 1996. – 280 с.
10. Шиян, Б. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б. Шиян – [част. 2]. – Тернопіль : Навч. книга. – Богдан, 2007. – 248 с.
11. Юрченко, О. Хатха-йога у фізичній реабілітації при початкових ступенях екзогенного ожиріння / О. Юрченко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2010. – № 12. – С. 163–165.

Дата надходження до редакції
авторського оригіналу : 12.09.2016

Момот Е. О. Содержание воспитания личности будущего учителя в здоровьесохраняющей среде высшего учебного заведения.

А Раскрыто и проанализировано содержание воспитания личности будущего учителя в здоровьесохраняющей среде высшего учебного заведения как системы здоровьесохраняющих ценностей будущего специалиста. Определены основные направления деятельности современной молодежи относительно идей здоровьесохранения.

Ключевые слова: учебно-воспитательный процесс, личность будущего учителя, здоровьесохраняющая среда, высшее учебное заведение, здоровый образ жизни.

Momot O. O. Contents of future teacher personality education in the healthy environment of higher educational establishment.

S In the article the maintenance of future teacher personality education is exposed and analyzed in the healthy environment of higher educational establishment as a system of healthy values of future specialist. Basic directions of modern youth activity according to the ideas of health.

Key words: training and educational process, future teacher personality, healthy environment, higher educational establishment, healthy way of life.