

УДК 37.09

ЕФЕКТИВНІСТЬ ВИКОРИСТАННЯ ТРЕНІНГОВИХ МЕТОДІВ НАВЧАННЯ ПІД ЧАС ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ «ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я»

Рябокоть Л.В., Пліско В.І.

Чернігівський національний педагогічний університет
імені Т.Г. Шевченка

У статті висвітлено пріоритетний напрямок Національної доктрини розвитку освіти України XXI століття, який полягає у вихованні в учнів відповідального ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших. Саме на реалізацію даного завдання спрямований навчальний предмет «Основи здоров'я», метою якого є формування в учнів позитивної мотивації до здорового способу життя, дбайливого ставлення до здоров'я, формування здоров'я зберігаючих навичок. Автор наголошує на використанні тренінгових методів задля забезпечення ефективності навчання під час вивчення дисципліни «основи здоров'я», реалізуючи таким чином пріоритетний напрямок Національної доктрини розвитку освіти України XXI ст. Як висновок, результати тренінгової роботи можуть використовуватись при підготовці комплексу методичного забезпечення вчителями загальноосвітніх шкіл при вивченні дисципліни «Основи здоров'я».

Ключові слова: Національна доктрина розвитку освіти України XXI століття, тренінговий метод, ефективність, зміст педагогічної освіти.

Постановка проблеми. На сучасному етапі в Україні відбувається реформування системи освіти, з метою її наближення до соціальних та економічних реалій сьогодення. Цей процес супроводжується відповідними змінами в педагогічній теорії та методиці професійної освіти. У Національній доктрині розвитку освіти України XXI століття визначено, що пріоритетним завданням освіти є виховання в учнів відповідального ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших. Здоров'я – найперша необхідна умова успішного розвитку кожної людини, її навчання, праці, добробуту, створення сім'ї і виховання дітей. Від ставлення людини до здоров'я багато в чому залежить його збереження і зміцнення [3].

Реформування освіти в Україні зумовило широке впровадження у навчально-виховний процес нових педагогічних технологій. Сьогодні, в процесі бурхливого розвитку освіти, у ході запровадження компетентнісно-орієнтованого навчання виникає потреба по-новому подивитися на сучасний урок, на його структуру, форми, технології проведення. Крім традиційних методів навчання, у практиці педагогіки професійних навчальних закладів за останні двадцять років великого розповсюдження та застосування набули й нетрадиційні методи навчання, які ми називаємо інноваційними. Серед них певної уваги заслуговують так звані «активні» методи навчання. Інноваційні методи актив-

ного навчання використовуються для тренування та розвитку творчого мислення учнів, формування в них відповідних практичних умінь та навичок. Вони стимулюють і підвищують інтерес до занять, активізують та заострюють сприймання навчального матеріалу [7].

На сьогоднішній день не існує загальновизнаного визначення тренінгу. С.Д. Щеколдіна вважає, що тренінг – це форма спеціально організованого навчання, яка базується на активних методах групової роботи. Т.В. Воронцова і В.С. Пономаренко, автори одного з підручників «Основи здоров'я», програми тренінгових курсів для підготовки учителів до викладання цього предмету визначають тренінг як форму групової роботи, що забезпечує активну і творчу взаємодію його учасників між собою та тренером (учителем) [8].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Спираючись на теоретичну базу дослідження, враховуючи концептуальні погляди щодо змістового компоненту національної доктрини розвитку освіти України XXI століття та розвитку сучасних психолого-педагогічних досліджень приділяється належна увага професійній підготовці майбутнього вчителя, зокрема змісту педагогічної освіти (А. Алексюк, С. Гончаренко, М. Гриньова, М. Євтух, І. Зязюн, І. Підласий та інші), вдосконаленню технологій навчання майбутніх вчителів (В. Бондар, О. Мороз, О. Пехота, О. Сав-

ченко), оптимізації методів і прийомів професійної підготовки майбутніх фахівців (Д. Кавторадзе, М. Поташник, Т. Яценко та інші); підготовці майбутніх вчителів основ здоров'я (С. Волошанська, М. Гончаренко, С. Гордійчук, В. Єфімова, Г. Жара, В. Заплатинський, Г. Ковальчук, С. Кудін, С. Монастирська, В. Оржеховська, П. Пашинський, В. Пенські, С. Страшко, Н. Субота, С. Сушло та інші) [1], [4], [6], [9], [11], [12].

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Проблемою удосконалення організаційних форм навчання займалися Я. Коменський, Й. Песталоцці, Г. Сковорода, О. Ващенко. Дана проблема розглядається в роботах А. Алексюка, Н. Казанського, В. Онищука, О. Савченко, Ю. Чабанського та інших [2], [4], [6], [10].

Особливості навчання учнів основам здоров'я висвітлені у працях П. Бей, Т. Бойченко, Н. Будної, О. Гнатюк, М. Гриньової, О. Кومانьової, О. Лабзук, О. Савченко та інших [12].

Однак дані дослідження підготовки вчителів не висвітлюють ефективності використання тренінгових форм навчання в порівнянні з традиційною системою [6], [11].

Формулювання цілей статті. Цілі статті: теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити ефективність використання тренінгових методів навчання при викладанні дисципліни «Основи здоров'я». Для досягнення поставленої мети ми визначили такі завдання:

1. Здійснити аналіз педагогічної, навчально-методичної, дидактичної літератури.
2. Порушити питання належності рівня дидактичного забезпечення вчителів з основ здоров'я.
3. Дослідити ефективність застосування теренінгових методів при в порівнянні з традиційною системою навчання.
4. Обґрунтувати ефективність впровадження в навчальний процес тренінгових методів навчання [4].

Виклад основного матеріалу дослідження. У Національній доктрині розвитку освіти України XXI століття визначено, що пріоритетним завданням освіти є виховання в учнів відповідального ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших. Здоров'я – найперша необхідна умова успішного розвитку кожної людини, її навчання, праці, добробуту, створення сім'ї і виховання дітей. Від ставлення людини до здоров'я багато в чому залежить його збереження і зміцнення. Саме на реалізацію цього завдання спрямований навчальний предмет «Основи здоров'я», метою якого є формування в учнів позитивної мотивації до здорового способу життя, дбайливого ставлення до здоров'я, формування здоров'язберігаючих навичок.

За своїм призначенням, змістом, методами навчальний предмет «Основи здоров'я» суттєво відрізняється від інших дисциплін. Його особливості визначаються: необхідністю впливати на свідомість і поведінку учнів; навчально-виховним впливом на формування у дітей позитивних цінностей, знань, умінь і навичок, які зменшують ризик виникнення поведінкових проблем і підвищують особистісний потенціал учнів для їхнього гармонійного розвитку та життєвого успіху; посильним впливом на шкільну політику і створенням сприятливого середовища для посилення мотивації та ефективності навчання [3], [7].

Реформування освіти в Україні зумовило широке впровадження у навчально-виховний процес нових педагогічних технологій. Сьогодні, в процесі бурхливого розвитку освіти, у ході запровадження компетентісно-орієнтованого навчання виникає потреба по-новому подивитися на сучасний урок, на його структуру, форми, технології проведення [7].

Навчання основам здоров'я – це цілеспрямований двосторонній процес взаємодії учителя і учнів, у ході якого здійснюється засвоєння знань, формування вмінь і навичок. Ефективність засвоєння учнями знань з основ здоров'я значною мірою залежить від вибору вчителем форм організації навчальної роботи, які регламентують спільну діяльність учителя та учнів, визначають співвідношення різноманітних видів навчально-пізнавальної діяльності (індивідуальної, групової, колективної), ступінь активності учнів у цій діяльності й керівництва нею з боку вчителя [8].

Тренінг, як форма навчання, досить незвичний для традиційної школи, багато викладачів лише чули про нього. Характерна ознака тренінгу, його перевага у тому, що тренінг сприяє інтенсивності навчання, результат якого досягається спільними зусиллями тренера та учасників, завдяки власній активній роботі кожного з них. Знання на тренінгу не подаються в готовому вигляді, а стають продуктом активної діяльності самих учасників і тренер не є виключенням [3].

Актуальність тренінгових форм пов'язана з тим, що: у світі швидких змін і старіння знань, миттєвого розповсюдження нової інформації, звужується спектр застосування традиційних форм навчання; тренінги дають можливість набути нових навичок і вмінь; шляхом запровадження інтерактивних методик активізується діяльність школярів; є можливість зменшення небажаних проявів поведінки, неефективного спілкування, неконструктивних особливостей реагування тощо; розгляд різних шляхів розв'язання проблеми дає можливість змінити погляди на проблему; учитель не домінує над учнем, а допомагає йому в процесі здобуття нових знань шляхом розвитку власної активності, спрямовує і регулює спільну діяльність; забезпечує адекватний зворотний зв'язок між тренером (учителем) і учнем; сприяє корекції неефективних моделей поведінки та їх заміни на нові, ефективніші [4], [5].

Цілком закономірно, що тренінг – метод активного навчання, тренування, це поглиблення знань, напрацювання навичок, умінь і соціальних установок. Він досить часто використовується, якщо бажаний результат – не тільки одержання нової інформації, але й використання отриманих знань на практиці [5].

Термін «тренінг» походить від англійського – навчати, тренувати. Тренінг – це запланований процес, призначений надати або поновити знання та навички і перевірити ставлення до проблеми, ідеї, поведінку з метою їхньої зміни чи оновлення [4].

Якщо звернутися до історії, то більшість авторів вважають, що перші групові форми роботи запропонували К. Левін, К. Роджерс та інші ще у 40-х роках XX століття, а також Національна лабораторія тренінгу в м. Бетеле (США) і одержали назву Т- групи. Ці перші тренінгові групи одержали назву «групи тренінгу базових умінь».

До основних завдань Т-групи входило навчання учасників законам міжособистісного спілкування, умінню керувати і приймати правильні рішення у важких ситуаціях [9].

В Україні тренінги з'явилися в кінці ХХ століття з появою великих західних корпорацій, які спочатку були єдиними на ринку тренінгів. Історичний аналіз групових форм роботи свідчить, що Т-групи стали передумовою виникнення більшості видів психологічної роботи з групами, які пізніше одержали назву «соціально-психологічний тренінг» (СПТ) [12].

Ефективність навчально-виховного процесу з основ здоров'я залежить від вибору вчителем дидактичних засобів навчання та форм організації навчання. Вони мають відповідати меті, змісту, умовам, в яких воно здійснюється (кількість дітей, їхній вік, наявність обладнання, специфіка предмета, тривалість навчання тощо) [2].

Як зазначає Л. Воронін, Ю. Мальований, О. Савченко та інші дослідники, у теорії навчання протягом століть нагромаджувалось знання про те, в якій спосіб можна організувати навчання, як у його формах врахувати для чого, кого і як треба навчати [9].

Процес навчання ґрунтується на психолого-педагогічних концепціях, які часто називають також дидактичними системами. Дидактична система – це сукупність елементів, які утворюють єдину цільну структуру, що слугує досягненню завдань навчання. Опис системи передбачає характеристику мети, завдань, змісту освіти, дидактичних процесів, методів, засобів, форм навчання і її принципів. Узагальнюючи існуючі дидактичні концепції, необхідно виділити три найвизначніші: традиційну, педоцентричну і сучасну. Кожна з них складається з ряду напрямів, педагогічних теорій. Поділ концепцій на три групи здійснено на основі того, як трактується процес навчання, об'єкт і предмет дидактики [3].

Сучасна дидактична система ґрунтується на положенні про те, що викладання і навчання є невід'ємними складовими процесу навчання, а їх дидактичний взаємозв'язок у структурі цього процесу є предметом дидактики. Сучасну дидактичну концепцію визначають такі напрями, як програмоване, проблемне, розвиваюче навчання (П. Гальперін, Л. Занков, В. Давидов), гуманістична педагогіка (К. Роджерс), когнітивна психологія (Дж. Брунер), педагогічна технологія, педагогіка співробітництва вчителів-новаторів в 80-х рр. в СРСР [7].

Використання активних методів навчання є вкрай важливим, тому що вони мають великий вплив на учіння, засвоєння знань та вироблення особистісних якостей. Так, дослідження свідчать, що діти віддають перевагу активним методам навчання. Слід зазначити, що з точки зору оцінки активних методів навчання та традиційних лекцій показники засвоєння знань є співвимірними, а от показники опанування новими навичками значно перевищують ті, що їх було досягнуто після курсу звичайних лекцій. Досліджено також, що значна кількість дітей із різними індивідуальними навчальними стилями засвоює знання ефективніше, коли використовуються активні методи навчання. Іншими словами, для педагогічних працівників має бути важливим не лише те, як

багато знають учні, а ще й те, як багато вони дізналися, навчаючись, та як вони будуть використовувати здобуті знання [4], [11].

Учні, навчаючись, повинні робити набагато більше, аніж просто слухати та фіксувати готові думки вчителя. Вони можуть продукувати інформацію самостійно, визначати та обговорювати проблеми, знаходити шляхи їх розв'язання, спостерігати, планувати. У цьому контексті активне навчання – це таке навчання, яке дозволяє залучати дітей до участі у виробленні пізнавальної інформації та пробуджують особисту відповідальність за те, що вони роблять [5].

Поняття «метод», як наукова категорія, охоплює комплекс зовнішніх та внутрішніх дій дослідника. Педагогіка співробітництва, в основу якої покладено принцип активного навчання, розділяє ці дії за ступенем активності учнів (методи активні та пасивні), за джерелом знань (словесні, практичні і наочні), за дидактичною метою (методи формування знань, вмінь та навичок, закріплення, перевірки тощо). Використання кожного методу передбачає застосування ряду прийомів педагогічної роботи (обговорення, анування літератури, дискусія, художнє слово тощо). Методи активного навчання втілюються за допомогою низки більш конкретизованих прийомів роботи викладача – ігрових вправ, практичних завдань, рольових та ділових ігор, обговорення проблеми в групах та парах тощо [6].

Завдяки працям багатьох дослідників, визнання здібностей та відмінностей у процесі навчання є на сьогодні популярним явищем. Деякі дослідники пропонують виокремити візуальний, аудиторний та кінестетичний типи навчання. Цікавою є теорія Говарда Гарднера множинного інтелекту, яка найповніше описує палітру стилів навчання.

Дуже важливо враховувати особливості сприйняття інформації, яким надають перевагу учні. Таким чином задовольняється потреба і у візуальному, і у вербальному сприйнятті інформації. Створюючи на заняттях ситуації саморозкриття та успіху, надається можливість дітям проявити власні здібності, продемонструвати найсильніші сторони своєї особистості, отримати визнання та підтримку однолітків [10].

На тренінгу втрачають силу багато правил, яких учні звикли дотримуватися в школі (вставати, коли відповідаєш; сидіти за партами; не пересідати). Однак ця форма роботи має свої правила. Перше з них – учасники самі виробляють і беруть добровільне зобов'язання дотримуватися певних правил (не запізнюватися, не перебивати, бути доброзичливим, толерантним, активним). Учні справді не сидять за партами, вони сідають півколом або колом, щоб добре бачити одне одного і вчителя, який сидить поруч [1].

Педагог, якого найчастіше називають треном, не домінує, а лише спрямовує діяльність групи. Для цього, наприклад, існує правило, що на тренінгу всі звертаються один до одного на ім'я. це допомагає налагодити контакт з групою й усунути психологічні бар'єри. Тренінг як форма педагогічного впливу передусім передбачає використання активних методів групової роботи (наприклад, рольових ігор). Саме тому тренінги дуже подобаються дітям і створюють у них відчуття свята, хоча під час їх проведення можна

навчитися і збагнути набагато більше, ніж під час класичного уроку.

Висновки з даного дослідження і перспективи. Тренінг як форма педагогічного впливу передусім передбачає використання активних методів групової роботи (наприклад, рольових ігор). Саме тому тренінги дуже подобаються дітям і створюють у них відчуття свята, хоча під час їх проведення можна навчитися і збагнути набагато більше, ніж під час класичного уроку.

Здійснивши аналіз ефективності тренінгового методу нами вирішено поставлені завдання, а

саме: здійснено аналіз педагогічної, навчально-методичної, дидактичної літератури, порушено питання рівня дидактичного забезпечення вчителів з основ здоров'я, досліджено ефективність застосування тренінгових методів при в порівнянні з традиційною системою навчання, обґрунтовано ефективність впровадження в навчальний процес тренінгових методів навчання [4]. Перспективи у запровадженні тренінгової роботи полягають у підвищенні ефективності засвоєння навчального з дисципліни «основи здоров'я» та, водночас творчому розкритті кожної дитини.

Список літератури:

1. Бартошук І. Здоров'язбережувальні компетентності на уроках основ здоров'я / І. Бартошук // Здоров'я та фізична культура. – 2014. – № 22 (310). – С. 4–7.
2. Бойченко Т. Є. Здоров'язберігаюча компетентність як ключова в освіті України / Т. Є. Бойченко // Основи здоров'я і фізична культура. – 2008. – № 11–12. – С. 6–7.
3. Державний стандарт базової і повної загальної середньої освіти: Постанова Кабінету Міністрів України від 23 листопада 2011 р. № 1392.
4. Євдокимова Н. О. Професійно-психологічний тренінг у структурі учбово-професійної діяльності / Н. О. Євдокимова // Психологические технологии в экстремальных видах деятельности: материалы V международной научно-практической конференции (г. Донецк, 28–29 мая 2009 года). – Донецк: Донецкий юридический институт ЛГУВД им. Э. А. Дидоренко, 2009. – С. 188–189.
5. Євдокимова Н. О. Навчальний тренінг як засіб формування суб'єктності в учбово-професійній діяльності / Н. О. Євдокимова // Актуальні проблеми психології: Екологічна психологія: Збірник наукових праць / За ред. С. Д. Максименка. – Т. 7. – Вип. 23. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2010. – С. 125–128.
6. Евдокимова Н. А. Развивающее образование в вузе / Н. А. Евдокимова // Materiały V Międzynarodowej naukowo-praktycznej konferencji «Kluczowe aspekty naukowej działalności – 2009». Volume 6. Pedagogiczne nauki.: Przemysł. Nauka i studia – Str. 50–51.
7. Наказ МОНУ від 09.12.2009 № 1114 «Про затвердження Примірною Положення про навчальний кабінет з основ здоров'я загальноосвітніх навчальних закладів».
8. Основи здоров'я: програма для загальноосвітніх навчальних закладів. 5–9 класи. – К.: Видавничий дім «Освіта», 2013. – 48 с. (Затверджено наказом МОН молоді спорту України від 06.06.2012 № 664).
9. Максименко С. Д. Технологія спілкування (комунікативна компетентність вчителя: сутність і шляхи формування) / С. Д. Максименко, М. М. Заброцький. – К.: Главник, 2005. – 112 с.
10. Минич О. А. Информационные технологии в образовании / О. А. Минич. – 41 Минск, 2008 – 171 с.
11. Погорелова Л. В. Особливості викладання основ здоров'я в умовах модернізації сучасної освіти / Л. В. Погорелова – Миколаїв: ОППО, 2016. – 60 с.
12. Плахтій П. Д., Страшко С. В., Підгорний В. К. Вікова фізіологія та валеологія. Лабораторний практикум / За редакцією П. Д. Плахтія: Навчальний посібник. – Кам'янець-Подільський: ПП Мошак М. І., 2005. – 208 с.

Рябокоть Л.В., Плиско В.И.

Черниговский национальный педагогический университет
имени Т.Г. Шевченко

ЭФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТРЕНИНГОВЫХ МЕТОДОВ ВО ВРЕМЯ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИН «ОСНОВЫ ЗДОРОВЬЯ»

Аннотация

В статье затрагивается аспект приоритетного направления Национальной доктрины развития образования Украины XXI века, которое заключается в воспитании у учащихся ответственного отношения к своему здоровью и здоровью других. Именно на реализацию данной задачи направлен учебный предмет «Основы здоровья», целью которого является формирование у учащихся положительной мотивации к здоровому образу жизни, бережного отношения к здоровью в формировании здоровья сберегающих навыков. Автор отмечает использование тренинговых методов для обеспечения эффективности обучения при изучении дисциплины «основы здоровья», реализуя таким образом приоритетное направление Национальной доктрины развития образования Украины XXI в. Как вывод, результаты тренинговой работы могут использоваться при подготовке комплекса методического обеспечения учителями общеобразовательных школ при изучении дисциплины «Основы здоровья».

Ключевые слова: Национальная доктрина развития образования Украины XXI века, тренинговый метод, эффективность, содержание педагогического образования.

Riabokon L.V., Plisko V.I.

Taras Shevchenko Chernigov National Pedagogical University

EFFICIENCY TRAINING METHODS IN THE STUDY OF DISCIPLINE «HEALTH BASICS»

Summary

The article highlights the priority direction of National Education Development Doctrine Ukraine XXI century, which is the education of the students responsible attitude to their health and the health of others. It is in realization of this task directed learning course «Basics of Health», which aims at developing students' positive motivation for a healthy lifestyle, respect for health, shaping the health-preserving skills. The author emphasizes the use of training methods to ensure the effectiveness of learning while studying the course «Basics of Health», thus realizing a priority direction of National Education Development Doctrine Ukraine XXI century. In conclusion, the results of training can be used in the preparation of complex methodological support teachers in secondary schools in the study course «Basics of Health».

Keywords: National Doctrine of Education of Ukraine XXI century, a training method, efficiency, content of teacher education.