

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА СПОРТ

УДК 37.015.311:613]:796.5:908

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ ФОРМУВАННЯ У СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ВЛАСНОГО ЗДОРОВ'Я У ПРОЦЕСІ ТУРИСТСЬКО-КРАЄЗНАВЧОЇ РОБОТИ

Кравченко Т.П.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

У статті на основі аналізу та узагальнення літературних джерел, психологічної та педагогічної теорії та практики, визначено необхідність формування у старших підлітків ціннісного ставлення до власного здоров'я у процесі туристсько-краєзнавчої роботи. Проаналізовано специфіку формування у старших підлітків ціннісного ставлення до власного здоров'я в процесі туристсько-краєзнавчої роботи. Визначені й охарактеризовані психолого-педагогічні механізми формування у старших підлітків ціннісного ставлення до власного здоров'я у процесі туристсько-краєзнавчої роботи; розкрито ряд важливих чинників, що мають забезпечити ефективне формування у старших підлітків ціннісного ставлення до власного здоров'я у процесі туристсько-краєзнавчої роботи

Ключові слова: туристсько-краєзнавча робота, психолого-педагогічні механізми, старші підлітки, ціннісне ставлення, власне здоров'я.

Постановка проблеми. Сьогодні ставить перед нами завдання розкрити психолого-педагогічні механізми формування у старших підлітків ціннісного ставлення до власного здоров'я у процесі туристсько-краєзнавчої роботи. Особливої актуальності це питання набуває в процесі туристсько-краєзнавчої роботи. Оскільки у філософсько-світоглядному й психолого-педагогічному аспекті сутність феномену туристсько-краєзнавчої роботи проявляється у багатоаспектності й багаторівневості пізнавальних, виховних, соціальних, адаптаційних, соціалізуючих і здоров'язбережувальних її потенційних можливостей. І в той же час розглядається важливим чинником культурної соціалізації молоді, її творчого розвитку й соціальної активності, відповідальності за власні вчинки, поведінку і діяльність у навколишньому середовищі та як ефективна форма змістовного дозвілля.

Аналіз основних досліджень і публікацій. У контексті останнього, М. П. Крачило акцентує увагу на ефективності туристсько-краєзнавчої роботи у формуванні й розширенні світогляду, пізнанні історії, культури, традицій українського народу, їхніх фізичних якостей, а отже має суттєвий вплив на збереження і покращення здоров'я дітей та молоді. Продовжуючи далі, він зазначає, що участь дитини у різноманітних формах такої роботи розвиває високі моральні якості, збагачує учасників теорією і практикою пізнання дійсності, вибудовує у її свідомості систему цінностей, відповідних суспільно визнаних норм і правил поведінки та діяльності [4, с. 5-7].

У свою чергу, досліджуючи цю проблему, Я.В. Боренько зазначає, що суспільно визнані норми, соціальні ідеї і правила стають чинниками поведінки особистості, якщо узгоджуються з її потребами та інтересами і набувають для неї

особистісного сенсу на засадах прийнятих ідеалів, принципів, що набули для неї суб'єктивної значущості. А це, в свою чергу, сприяє формуванню системи особистісних ціннісних орієнтацій, де усвідомлення цінності збереження і покращення власного здоров'я займають у свідомості дитини одні з домінуючих положень. Відповідно усвідомлені і прийняті особистістю цінності трансформуються у ціннісні настановлення регулюють її поведінку, спрямовують на вибір вчинків і прийняття доцільних рішень, і водночас визначають її відносини із суспільством, взаємини з іншими людьми та відповідні ставлення до власних дій спрямованих на формування особистісно визнаних, головне, важливих для неї якостей характеру. Тоді така система є ієрархізацією цінностей або значень, оцінок соціальних явищ чи особистісних якостей, що «...упорядковуються в певній послідовності за їхньою значущістю для особистості» [2, с. 93].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Однак незважаючи на актуальність даної проблеми і досить детальне дослідження науковцями різноманітних аспектів даного питання, саме в такому контексті проблема психолого-педагогічних механізмів формування у старших підлітків ціннісного ставлення до власного здоров'я у процесі туристсько-краєзнавчої роботи, не була детально вивчена та досліджена тому необхідним, на нашу думку, є розкриття сутності даного питання.

Зважаючи на це головною метою дослідження є аналіз літературних джерел щодо психолого-педагогічних механізмів формування у старших підлітків ціннісного ставлення до власного здоров'я у процесі туристсько-краєзнавчої роботи.

Виклад основного матеріалу. Організація різноманітних форм туристсько-краєзнавчої роботи старших підлітків, спрямованої на збереження

й покращення їхнього здоров'я, за нашим припущенням, передбачає побудову ефективних суб'єкт-суб'єктних взаємозв'язків між вчителями загальноосвітніх шкіл та старшими підлітками, вибудованих на їхній взаємоповазі та взаємодопомозі. Однак, саме на вчителя покладаються особливі обов'язки з організації і здійснення туристсько-краєзнавчої роботи, оскільки безпека дітей, їхнє здоров'я знаходяться у прямій залежності від професійних знань, умінь і навичок вчителя. Крім цього, вчитель має чітко усвідомлювати індивідуальні особливості характеру, а відтак, вміти корегувати поведінку, вчинки і діяльність старших підлітків упродовж усього заняття чи туристичного походу, масових спортивних заходів та при здійсненні суспільно корисної праці. Таким чином, реалізація індивідуального підходу у формуванні ціннісного ставлення старших підлітків до власного здоров'я у процесі туристсько-краєзнавчої роботи дає змогу вчителю здійснювати цілеспрямований педагогічний вплив як на їхню свідомість, так і на вчинки, поведінку та діяльність [3, с. 22-44].

Врахування зазначеного вище та результатів аналізу педагогічної практики дало змогу визначити ряд важливих чинників, що мають забезпечити ефективне формування у старших підлітків ціннісного ставлення до власного здоров'я у процесі туристсько-краєзнавчої роботи, а саме:

- *формування інтелектуального компоненту ціннісного ставлення особистості до власного здоров'я* на основі розвитку уваги і пам'яті, спостережливості, пошукової й дослідницької активності, творчого ставлення до визначення своєї ролі і власної участі у розв'язанні соціально-культурних, культурно-духовних, фізкультурно-оздоровчих, здоров'язбережувальних проблем, а також визначення сутності як власної, так і колективної участі у їх вирішенні;

- *орієнтація старших підлітків на індивідуальні мотиви і потреби дотримання здорового способу життя*, формування активної життєвої позиції у формуванні фізичної культури, фізичного оздоровлення та профілактики захворювань;

- *усвідомлення зростаючою особистістю провідного значення здоров'язбережувальних мотивів і цілей у її розвитку й життєдіяльності*, вироблення умінь і творчої життєдіяльності як у навчально-виховному процесі загальноосвітніх навчальних закладів, так і під час безпосередньої участі у туристсько-краєзнавчій роботі, спрямованій на збереження і покращення власного здоров'я;

- *формування провідних якостей характеру зростаючої особистості* на основі розвитку: допитливості, ініціативності, цілеспрямованості, дисциплінованості, наполегливості, самостійності, працелюбності і відповідальності, що і визначають спрямованість як індивідуальної, так і соціально значущої поведінки, діяльності та вчинків у процесі туристсько-краєзнавчої роботи;

- *розвиток рефлексивних психічних процесів у свідомості старших підлітків, що мають домінуюче оздоровчо-збережувальне, виховне і суто розвивальне спрямування* та проявляються у самопізнанні, саморегуляції, самовдосконаленні, самореалізації під час їхньої участі у різноманітних формах туристсько-краєзнавчої роботи;

- *дотримання логічної єдності форм і методик туристсько-краєзнавчої роботи та доступності змісту здоров'язбережувальних заходів* у туристсько-краєзнавчій роботі як педагогічно орієнтованій дозвіллевій компоненті навчально-виховного процесу загальноосвітніх навчальних закладів, спрямованих на ефективне формування у старших підлітків ціннісного ставлення до власного здоров'я.

Отже, узагальнивши зазначене вище, можемо стверджувати, що оскільки ціннісні орієнтації діють як на рівні свідомості, так і на рівні підсвідомості, тому визначення спрямованості вольових зусиль є найважливішими чинниками, що детермінують мотивації особистості щодо власних ставлень, вчинків і дій. У свою чергу, психолого-педагогічні механізми дії та розвитку ціннісних орієнтацій пов'язані з необхідністю вирішення протиріч і конфліктів у мотиваційній сфері. Тому процес формування ціннісного ставлення старших підлітків до власного здоров'я відбувається через їхнє самопізнання, самозбереження, саморозвиток та завдяки гармонізації її стосунків з самим собою, з оточуючими, з природою, через постійний духовно-етичний пошук, спрямований і до себе, і до світу. Враховуючи останнє, можемо зробити висновок, що для того, щоб старшому підлітку зберегти своє здоров'я, насамперед необхідним є зміна його ціннісного ставлення й відповідальності до власного здоров'я від пасивного до активно-зацікавленого й особистісно визнаного як важливого.

Результати аналізу зазначеного вище дають підстави для висновку про те, що у повсякденній життєдіяльності старших підлітків у межах навчально-виховного процесу загальноосвітніх навчальних закладів знання про їхнє власне здоров'я мають набувати не фрагментарності, а системності і логічної єдності з їхньою конкретною навчально-пізнавальною, пошуковою чи дослідницькою діяльністю та суспільно-корисною, фізкультурно-масовою чи навіть природоохоронною роботою у складі гуртків та секцій туристсько-краєзнавчого спрямування. Тобто, можемо стверджувати, що про їхнє власне здоров'я, його збереження і покращення мають не лише засвоюватись, а головне, переживатись старшими підлітками, надаючи цим знанням емоційного забарвлення й особистісної значущості, що проявляється у формуванні суб'єктивного ціннісного ставлення до власного здоров'я.

Відтак, основними компонентами ставлення, як свідчать результати нашого дослідження, є переконання, інтереси, оцінки, емоції, а також потреби, які мають прояв у переживанні, і, як результат, тяжіють до об'єкта чи суб'єкта такої взаємодії. Наступним важливим компонентом є активна спрямованість старших підлітків до оволодіння способами і мотивами їх задоволення у різних формах туристсько-краєзнавчої роботи, результати якої проявляються у вигляді вчинків, дій та здоров'язбережувальної поведінки. Тому емоційна сфера як віддзеркалення процесів пізнання довкілля, переживання здобутої інформації, виокремлення й усвідомлення її ціннісних аспектів, є невід'ємним компонентом категорії «ставлення». У такому контексті формування ціннісного ставлення старших підлітків

до власного здоров'я передбачає застосування у процесі туристсько-краєзнавчої роботи значної кількості психологічних і педагогічних явищ, які є його видами, компонентами та наслідками. Найчастіше ставлення характеризують через потреби, інтереси, мотиви, емоції, ціннісні орієнтації, установки особистості. Тоді як потреби характеризуються активністю зростаючої особистості, визначають характер психолого-педагогічних механізмів формування досліджуваного феномену [8, с. 29–34].

Саме емоційно-чуттєве ставлення старших підлітків до збереження та покращення власного здоров'я створює той фон, на базі якого формуються потреби і мотиви, що спричиняють їхню психологічну готовність до здоров'язбережувальних форм діяльності, розвивається здатність особистості до аналізу власної поведінки в соціоприродному середовищі. А це, у свою чергу, детермінує вироблення об'єктивної самооцінки сформованих ціннісних ставлень та екстеріоризацію знань у їх практичній реалізації в туристсько-краєзнавчих гуртках і секціях педагогічно орієнтованої дозвіллевої компоненти навчально-виховного процесу загальноосвітнього навчального закладу. За цих умов значно зростає роль вчителя чи керівника гуртка (секції, клубу) як носія соціальних цінностей, що сприяє ефективному формуванню в старших підлітків ціннісного ставлення до здоров'я, мотивації на здоровий спосіб життя. Тоді у розгляді процесу формування цінностей і ціннісних ставлень особистості, за нашим висновком, на основі їх усвідомлення і самосприйняття доцільним є виділення мотиваційно-ціннісного компонента їхньої свідомості. У межах цього компонента цінності особистості формуються в результаті визначення як об'єктів, так і суб'єктів взаємодії, що можуть забезпечити задоволення її потреб, тобто в результаті сформованих ціннісних ставлень до них.

Таким чином, необхідним, на нашу думку, є розкриття сутності психолого-педагогічних механізмів формування досліджуваного феномену. У такому розумінні проблеми Е. О. Помигін зазначає, що психологічний механізм формування цінностей й ціннісних ставлень слід розглядати як низку психічних процесів – від формування важливих за переконанням вчителів загальноосвітніх навчальних закладів, самих старших підлітків та їхніх батьків – до формування задумів, цілей, планів, програм діяльності, поведінки, дій і вчинків й отримання відповідних результатів з емоційно-почуттєвим закріпленням духовних досягнень у зовнішньому плані та перетвореннях особистості (зміна ставлень, самооцінки, досвіду, вчинків, поведінки, діяльності тощо) [6].

Враховуючи зазначене вище, нами визначено загальні психолого-педагогічні механізми формування у старших підлітків ціннісного ставлення до власного здоров'я у процесі туристсько-краєзнавчої роботи як складової педагогічно орієнтованої дозвіллевої компоненти навчально-виховного процесу загальноосвітніх навчальних закладів, серед яких провідними є:

– *забезпечення вільного вибору й доступності змісту, форм і методів та методик туристсько-краєзнавчої роботи* завдяки створенню спеціальних освітньо-виховних ситуацій вільного

вибору старшими підлітками видів діяльності, що в сукупності забезпечують формування ціннісних орієнтацій, ціннісних ставлень та системи цінностей особистості;

– *трансформація у свідомості суспільних норм і правил життєдіяльності зростаючої особистості у навчально-виховному середовищі загальноосвітніх навчальних закладів в особистісно значущих вчинках, поведінці і діяльності, що спрямовуються на збереження і покращення її власного здоров'я;*

– *соціально-психологічна та психолого-педагогічна адаптація*, сутність якої полягає в здобутті системи здоров'язбережувальних знань, що створює умови для їх порівняння з існуючою соціальною практикою, а отже зумовлює появу новизни й інтересу індивіда до такої ситуації. Саме вона є джерелом виникнення орієнтованої потреби, формування ставлення до певного соціального явища та мотивів власної поведінки. Таким чином, саме цей психолого-педагогічний механізм забезпечує тісний зв'язок соціальної сутності людини і суспільної дійсності, спрямованої на збереження здоров'я як нації в цілому, так і окремої особистості зокрема;

– *міжсуб'єктна взаємодія* (залучення старших підлітків до колективної навчально-пізнавальної, пошукової і дослідницької діяльності та конкретної суспільно корисної, масової чи іншої роботи, під час якої вони виконують (дотримуються) настанов інших, а, отже, навчаються керувати своїми емоціями, вчинками, поведінкою та діяльністю);

– *включення пізнавальних процесів у регуляцію вчинків, поведінки, а головне здоров'язбережувальної діяльності* старших підлітків, що насамперед забезпечує обміркованість та поміркованість їхньої життєдіяльності;

– *смыслоутворюючий та смыслоперетворюючий стиль життєдіяльності*, що за своєю сутністю передбачає цілеспрямовану зміну здоров'язбережувальних вчинків і діяльності як під дією зовнішніх впливів, так і під дією внутрішніх психологічних установок;

– *інтелектуалістичний*, що, за нашим переконанням, має спрямовуватись на активне залучення свідомості та уяви старших підлітків для актуалізації імпульсу їхніх інтересів, мотивів і потреб, що забезпечує як їх усвідомлення, так і моделювання можливих майбутніх дій зі збереження та покращення здоров'я;

– *емпатії*, що за своєю сутністю полягає у створенні ефективних умов здійснення туристсько-краєзнавчої роботи, спрямованої саме на формування емпатійності здоров'язбережувальних вчинків, поведінки і діяльності старших підлітків та вмінь поставити себе на місце іншого у цих умовах.

– *рефлексії* як процесу самоаналізу й самосприйняття старшими підлітками власних здоров'язбережувальних вчинків, дій і діяльності на основі сформованого ціннісного ставлення до власного здоров'я і як процесу вивірення й дотримання у відповідності до власних переконань правильності власних дій з формування досліджуваного феномену.

Отже, підсумовуючи можемо зробити висновок, що процес формування ціннісного ставлення старших підлітків до власного здоров'я здійсню-

ється завдяки самопізнанню ними навколишньої дійсності, самозбереженню від негативних викликів і впливів цієї дійсності, саморозвитку як інтелектуальному, так і духовному, і фізичному. Останнє як цілеспрямований процес набуває позитивної динаміки через гармонізацію особистісного «Я» із самим собою, з об'єктами і суб'єктами навколишнього світу, з природою через постійний духовно-етичний пошук, обернений і до себе, і до світу. Враховуючи останнє, можемо констатувати, що першим етапом збереження і покращення власного здоров'я старшими підлітками є саме трансформація їхніх ціннісних орієнтирів щодо власного здоров'я, завдяки засвоєним системним оцінним знанням, сформованим умінням і навичкам його збереження, виробленій відповідальності перед собою і суспільством за стан власного здоров'я. Тоді на сучасному етапі цінність як чинник формування ставлення старших підлітків до власного здоров'я, на думку І.Д. Бежа є об'єктивною необхідністю, оскільки саме усвідомлення їх сутності допоможе спрямувати й забезпечити гармонійний розвиток зростаючої особистості на основі єдності сформованих інтелектуальних, духовних, психічних і фізичних потреб, запитів та установок [1, с. 9-11].

Тим самим, можемо стверджувати, що саме емоційно-чуттєвий фон який детермінує формування емоційно-чуттєвого ставлення особистості до свого здоров'я, створює умови, на базі яких формуються інтереси, потреби і мотиви старших підлітків щодо збереження й покращення власного здоров'я. Завдяки цим процесам, на думку В. В. Рибалка, сформовані цінності інтеріоризуються в особистісні якості й мають знаходити прояв у вчинках, поведінці та діяльності. Тому об'єктивно існуюча система духовних цінностей має стати змістовно-психологічною основою становлення особистості як суб'єкта духовно спрямованої діяльності та поведінки [7, 23-29].

Саме вони спричиняють психологічну готовність зростаючої особистості до здоров'яформувального типу діяльності, розвивають здатність особистості до аналізу власної поведінки в соціоприродному середовищі та до об'єктивної самооцінки здійснених вчинків, дій чи діяльності. Тим самим, у цьому процесі відбувається саме екстеріоризація знання і його практична реалізація, отже відбувається ефективне формування здоров'язбережувального мислення, а в подальшому і діяльності. У той же час, слід актуалізувати увагу на тому, що чим проблематичнішими є умови задоволення тієї чи іншої потреби, у контексті нашого дослідження – ціннісних ставлень старших підлітків до власного здоров'я, тим більшою цінністю для старших підлітків стає сформованість таких ставлень. Тоді можемо зробити висновок, що ціннісні ставлення особистості проявляються саме у системі сформованих мотивів і установок, її свідомості, а отже в подальшому у діяльності. Підтвердженням нашого висновку є обґрунтовані О. М. Леонтьєвим положення про процеси трансформації мотивів та настановлень особистості та їх розвитку, що найбільш чітко проявляються під час входження у соціум, коли інтенсивний розвиток її внутрішнього життя сприяє розширенню можливостей для підвищення ефективності розуміння особливостей суспільних норм і правил, відношень і ставлень, а відтак, розширенню її внутрішнього світу [5, с. 214].

Висновки і пропозиції. Тим самим, завдяки саме зазначеним вище психолого-педагогічним чинникам та механізмам, за нашим припущенням, має ефективно відбуватись екстеріоризація здоров'язбережувального знання, сформованих умінь і навичок його практичної реалізації, а отже, відбувається ефективне формування здоров'язбережувального мислення, яке у подальшому визначає спрямованість вчинків, дій і діяльності старших підлітків на збереження і покращення власного здоров'я.

Список літератури:

1. Бех І. Д. Як виховувати духовні цінності / І. Д. Бех // Директор школи, ліцею, гімназії. – 2004. – № 1. – С. 9-11.
2. Боренько Я. В. Особливості громадянських ціннісних орієнтацій студентської молоді / Яна Василівна Боренько // Вісник Львівського ун-ту. Серія педагогічна. – 2006. – Вип. 21. – Ч. 2. – С. 92-97.
3. Галенко Т. П. Цінності як основа формування у старших підлітків ставлення до власного здоров'я [Текст] / Т. П. Галенко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту.: Науковий журнал – Харків, 2010. – № 8 – С. 22-24.
4. Крачило М. П. Краєзнавство і туризм: навч. посібник / Микола Павлович Крачило. – К.: Вища шк., 1994. – 191 с.
5. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – М.: Политиздат, 1977. – 304 с.
6. Помиткін Е. О. Формування духовних цінностей старшокласників у діяльності шкільної психологічної служби [Текст]: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Помиткін Едуард Олександрович; Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України. – К., 1998. – 173 с.
7. Рибалка В. В. Особистісний підхід у профільному навчанні старшокласників [Текст] / В. В. Рибалка; АПН України, Ін-т педагогіки і психології проф. освіти. – К.: Деміур, 1998. – 160 с.
8. Смирнов Л. М. Эмпирическое изучение базовых ценностей / Л. М. Смирнов // Мир России. – 2002. – № 1. – С. 29-34.

Кравченко Т.П.

Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет
имени Григория Сковороды

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ ФОРМИРОВАНИЯ У СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ ЦЕННОСНОГО ОТНОШЕНИЯ К СОБСТВЕННОМУ ЗДОРОВЬЮ В ПРОЦЕССЕ ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ РАБОТЫ

Аннотация

В статье на основе анализа и обобщения литературных источников, психологической и педагогической теории и практики, определена необходимость формирования у старших подростков ценностного отношения к собственному здоровью в процессе туристско-краеведческой работы. Проанализирована специфика формирования у старших подростков ценностного отношения к собственному здоровью в процессе туристско-краеведческой работы. Определены и охарактеризованы психолого-педагогические механизмы формирования у старших подростков ценностного отношения к собственному здоровью в процессе туристско-краеведческой работы; раскрыто ряд важных факторов, которые должны обеспечить эффективное формирование у старших подростков ценностного отношения к собственному здоровью в процессе туристско-краеведческой работы.

Ключевые слова: туристско-краеведческая работа, психолого-педагогические механизмы, старшие подростки, ценностное отношение, собственное здоровье.

Kravchenko T.P.

Pereyaslav-Khmelnytsky State Pedagogical University named after G. Skovorody

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL MECHANISMS OF TEENS IN HIGH VALUE ATTITUDE TO THEIR OWN HEALTH IN THE TOURIST AND LOCAL HISTORY WORK

Summary

On the basis of analysis and generalization of literary sources, psychological and pedagogical theory and practice, identified the need to form at the senior teenagers of the valuable relation to their own health in the process of tourist and local history work. Analyzed the specifics of the formation at the senior teenagers of the valuable relation to their own health in the process of tourist and local history work. Identify and characterize the psychological and pedagogical mechanisms of formation at the senior teenagers of the valuable relation to their own health in the process of tourist and local history work; It revealed a number of important factors that should ensure the effective formation of the senior teenagers of the valuable relation to their own health in the process of tourist and local history work.

Keywords: tourist and local history work, psycho-pedagogical mechanisms, older teenagers, value attitude, their own health.