

Гауряк Олена Дмитрівна
Кандидат педагогічних наук

Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича

ЗАГАРТУВАННЯ ЯК ЗАСІБ ОЗДОРОВЛЕННЯ ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ У ПЕДАГОГІЧНІЙ СПАДЩИНІ Г. ВАЩЕНКА

Українська національна система фізичного виховання має глибокі історичні корені. Унікальне місце серед українських педагогів, котрі у своїх працях висвітлювали проблеми фізичного виховання та працювали над створенням досконалої національної системи тіловиховання, посідає Григорій Григорович Ващенко (1878-1967 рр.). Він відомий як видатний педагог-мислитель, психолог, політик, але значно менше як теоретик фізичного виховання, творець національної системи тіловиховання. «Постать Г. Ващенка – одна з найяскравіших на ниві педагогічної думки України. Замовчуваний довгий час на Батьківщині, він посправжньому повертається до нас своїми ідеалами, своїми книгами» (А. Погрібний, 1995).

У педагогічній спадщині Г. Ващенка ідея здорової, міцної та гармонійно розвинутої особистості займає головне місце. Одним із чинників «Блага для Батьківщини» вчений вважав «Високий рівень здоров'я українського народу, зведення до мінімуму всяких посеред нього хвороб і виродження» (Г. Ващенко, 1950), тобто стверджуємо, що він був пропагандистом здорового способу життя, й у своїх працях доводив необхідність збереження та зміцнення здоров'я дітей та молоді.

Невід'ємною складовою фізичного виховання та важливим засобом оздоровлення людини є загартування. Провідні науковці з фізичного виховання зазначають, що загартування дає можливість зберігати здоров'я, тому його необхідно проводити із самого раннього віку (Т. Круцевич, 2008), загартуванню дітей у повсякденному житті сприяють раціонально підібраний одяг і взуття, постіль, оптимальний температурний режим, застосування широкої аерації (провітрювання), використання прохолодної води для миття рук, ніг, обличчя (Е. Вільчковський, О. Курок, 2004), а організація занять фізичними вправами безпосередньо в умовах природного середовища (на свіжому повітрі, в природних водоймах і т.ін) посилює оздоровчий ефект (Б. Шиян, 2008). Цим положенням ми знаходимо підтвердження в працях Г. Ващенка, зокрема у творі «Тіловиховання як виховання волі і характеру» (Мюнхен, 1956) видатний педагог, опираючись на психологію та фізіологію, розглядає загартування як засіб оздоровлення та зміцнення здоров'я підростаючого покоління.

Розмірковуючи над питаннями оздоровлення молодого покоління, Г. Ващенко, радить стежити за чистотою власного тіла, а омивання називає способом загартування організму. Вчений зазначає, що «слід щодня не тільки регулярно мити руки і обличчя, а і тіло, принаймні до пояса. Це ... загартовує організм...». «Для здоров'я, – говорив Г. Ващенко, – дуже потрібне чисте повітря» а, отже «Стеження за чистотою приміщення і його провітрювання мусять стати навичкою у нашої молоді». Спати, видатний педагог, радив «при відчинених вікнах».

Стосовно оздоровлення та загартування маленьких дітей, Г. Ващенко стверджував: «Велике значення... має чисте повітря, тому, слід частіше провітрювати кімнату, де перебуває дитина...». «Бажано, щоб кімната, де мешкає дитина, мала достатню кількість сонця, бо сонячне проміння вбиває бактерії...». Також, видатний педагог радив щодня купати дитину.

Слушними є зауваги Г. Ващенка щодо прогулянок малих дітей. «Дитину, – говорив педагог, – треба регулярно... вивозити або вносити на свіже повітря». Цікаві зауваги Г. Ващенка щодо одягу дитини: «З самого малку не слід занадто тепло одягати дитину, бо тоді у неї не може виробитись відпирність організму до змін температури». Підкреслимо, що Г. Ващенко висловлював і критичні зауваги щодо ідей своїх попередників, наприклад Дж. Локка, педагог не підтримував думки про «...безоглядне загартовування тіла дитини, привчання її до холоду через холодні обливання і омивання», бо вони можуть бути шкідливими для здоров'я дитини.

З погляду на загартування як засобу оздоровлення, цікавими є думки Г. Ващенка щодо використання сонячних ванн. Вчений впевнений, що сонячне світло має велике значення для здоров'я. «Без нього, – наголошував педагог, – не може жити ні рослина, ні тварина, ні людина. Воно стимулює нормальний ріст організму, знешкоджує бактерії...», і водночас застерігав «користання сонцем» має бути «розумне».

До засобів тіловиховання, оздоровлення та загартування Г. Ващенко відносив «купання і плавання», і вважав, що вони корисні тим, що крім рухів... вони є ще омиванням тіла», а виконання ранкової гімнастики в поєднанні з омиваннями та обтираннями зміцнюють здоров'я. «Корисно, – наголошував Г. Ващенко, – перед гімнастичними вправами обтертись водою, принаймні до пояса, і після цього добре витерти тіло рушником». Щодо температури води, то тут вчений радив консультуватися з лікарем «...бо занадто холодна вода, може декому й пошкодити» (Г. Ващенко, 1956).

Отже, видатний педагог Г. Ващенко вважав загартування важливою складовою збереження та зміцнення здоров'я та постає перед нами пропагандистом здорового способу життя дітей та молоді. За Г. Ващенком, свіже повітря, сон при відчинених вікнах, чисте провітрене приміщення, омивання водою та обтирання, купання та плавання є не тільки способами загартування, а й необхідною умовою збереження та зміцнення здоров'я.

Деревянко Марина Миколаївна

Національний педагогічний університет ім. М. П. Драгоманова

Кравченко Ольга Василівна

Національний педагогічний університет ім. М. П. Драгоманова

ПРАКТИЧНЕ ЗАСТОСУВАННЯ ТЕСТУВАННЯ У ВИЗНАЧЕННІ РІВНЯ СФОРМОВАНOSTI МОВЛЕННСВОЇ КОМПЕТЕНЦІЇ

Проблематика тестування як особливого засобу визначення рівня іншомовної компетенції дуже поширена у вітчизняній та зарубіжній методиці і у викладанні іноземних мов. Існують певні особливості тестів, які можна вважати встановленими, і це дозволяє запропонувати загальне визначення тесту.

Отже, тест – це сукупність питань та завдань, які ставляться перед тестованим, з метою кваліметричного виявлення соціальних, психологічних чи психо-фізіологічних характеристик його особистості [1, с. 20].

Вперше про тестування заговорили такі зарубіжні автори: Дж. Фішер, Дж. Кеттл, Е. Торндайк. В середині 20 століття розвивається тестування у нашій країні (А.В. Банкевич, І.Н.Гальцев, І.А. Рапопорт). На сучасному етапі теорії розробки тестових завдань присвячено багато праць вітчизняних і зарубіжних вчених: Н.І. Красюк, С.Ю. Ніколаєва, О.П. Петрашук, J.A. Anderson, L. Bachman, A. Hughes та ін.

Стосовно планування тесту застосовуються загальні принципи, при яких враховуються необхідні ресурси, об'єм роботи, строки. При плануванні тесту необхідно визначити загальні та конкретні цілі та функції тесту. Наступний етап планування тесту – визначення загального характеру тесту- мовленнєвий чи комбінований, перевірка узагальнених об'єктів тестування. Далі визначається співвідношення тесту з цілями та завданнями навчальної програми, потім аналіз навчальних матеріалів для визначення обсягу мовного матеріалу.

Найбільш важливими вимогами до тестів є відповідність форми та характеру завдань тесту цілям та об'єктам тестування, та пройденому мовному матеріалу; доступність форми та змісту; наявність в одному завданні лише однієї труднощі; врахування оптимальної довжини завдання; відповідність лінгвістичного рівня завдань теста рівню засвоєння мовного матеріалу; наявність відповідей- дистракторів при множинному виборі.

Основна вимога – це забезпечення комунікативності. Мовні завдання повинні мати інтерактивний характер, охоплювати максимальну кількість компонентів комунікативної