

УДК 796.011.3:[378.016:796] (043)

Іщук О. А., Іванюк О. А., Малімон О. О., Бухвал А. В.

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

У статті розкрито сутність здоров'язбережувального середовища вищого навчального закладу як цілеспрямованої системи умов навчальної діяльності, що сприяють здоров'ю, застосування форм і методів навчання, спрямованих на збереження й зміцнення здоров'я учасників педагогічного процесу. Визначено чинники впливу на здоров'язбережувальну компетенцію студентів. Розроблено методiku формування здоров'язбережувальної компетенції студентів, що охоплює дотримання визначеної мети, завдань, принципів, педагогічних умов, методів, засобів, форм та етапів навчання. Визначено зміст і основні компоненти здоров'язбережувальної компетенції студентів вищих навчальних закладів.

Ключові слова: здоров'язбережувальне освітнє середовище, фізичне виховання, студенти, здоров'язбережувальна компетенція.

Постановка проблеми та її зв'язок із важливими науковими завданнями. В останні десятиліття проблему здоров'я людини в широкому розумінні світова спільнота відносить до кола глобальних. Серед причин зниження стану здоров'я є соціально-економічні й екологічні чинники, неефективна стратегія охорони здоров'я і недоліки в системі освіти, що зумовлюють значне психоемоційне перевантаження та недостатню рухову активність молоді. Незаперечним є той факт, що майбутнє кожної країни, її політичний, економічний та культурний рівні залежать від того, наскільки вона піклується про здоров'я молоді, створює сприятливі умови для його повноцінного розвитку, щасливого життя.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідники Г. Л. Апанасенко (2005), Е. Г. Буліч, І. В. Муравов (2002), В. Н. Волков (2006), Д. Н. Давиденко (2005) відзначають, що серед причин безвідповідального ставлення молоді до здоров'я можна виділити такі: незнання особливостей свого розвитку та відсутність систематичної, цілеспрямованої просвітницької роботи в цьому напрямі. Тривогу викликає несформованість у студентів стійкої мотивації на тривале, здорове життя, відсутність спеціальних знань, переконань у необхідності додержання здорового способу життя, нездатність обмежити вплив руйнівних чинників, що призводять до втрати здоров'я. Випускники вищих навчальних закладів не мають достатніх знань про способи збереження та зміцнення здоров'я, у них не повною мірою сформовані навички здорового способу життя (В. П. Горащук, 2004; О. Д. Дубогай, 2007; Н. Н. Завидівська, 2013).

Мета дослідження: обґрунтувати ефективність методики формування здоров'язбережувальної компетенції студентів вищих навчальних закладів у процесі фізичного виховання.

Завдання дослідження: 1. Проаналізувати стан досліджуваної проблеми у психолого-педагогічній та медико-біологічній літературі.

2. Визначити зміст і основні компоненти здоров'язбережувальної компетенції студентів вищих навчальних закладів.

Виклад основного матеріалу дослідження. У сучасних дослідженнях наголошують, що оздоровчий, освітній і виховний вплив фізичних вправ має спрямовуватися на формування інтегрального стану, який забезпечує комфортне й результативне функціонування особистості. У зв'язку з цим науковці новим концептуальним орієнтиром освіти визначають компетентнісну парадигму (О. П. Аксьонова, 2010; Н. М. Бібік, Л. С. Ващенко, О. І. Локшина, 2004; В. М. Вороніна, 2006; В. М. Ірхін, 2008; О. Є. Хайло, 2014). Реалізація цього підходу передбачає формування під час навчання ключових компетенцій.

Ґрунтуючись на результатах наукових досліджень О. П. Аксьонова (2010), Н. О. Белікової (2012), Д. Є. Вороніна (2006), В. П. Горащука (2004), В. М. Ірхіна (2008), В. М. Оржеховської (2011), І. В. Поташнюк (2012) та власних даних, було визначено, що здоров'язбережувальна компетенція – це система цінностей, взаємозв'язаних і взаємозумовлених знань, умінь і навичок, рівня фізичного стану, що забезпечують високий рівень здоров'язбережувальної діяльності, визнання здоров'я як найважливішої цінності людського буття.

На основі проведеного аналізу визначено чинники впливу на здоров'язбережувальну компетенцію студентів (рис. 1).

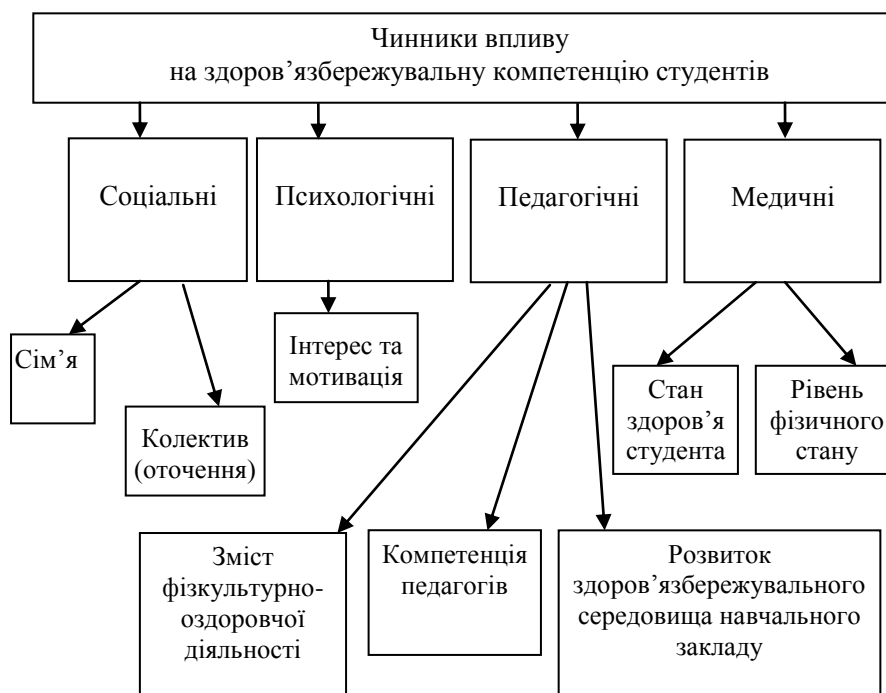


Рис. 1. Чинники впливу на формування здоров'язбережувальної компетенції студентів

Здоров'язбережувальне освітнє середовище вищого навчального закладу ми розглядаємо як цілеспрямовану систему умов навчальної діяльності, що сприяють здоров'ю, застосування форм і методів навчання, спрямованих на збереження й зміцнення здоров'я учасників педагогічного процесу, наявність комфортної психологічної атмосфери під час навчальних занять, обізнаність педагогів і студентів зі способами збереження здоров'я і дотримання ними здоров'язбережувальної поведінки.

На основі аналізу літературних джерел, практики роботи вищих навчальних закладів, а також системного підходу як методологічної основи дослідження, була розроблена методика формування здоров'язбережувальної компетенції студентів, що охоплює дотримання визначеної мети, завдань, принципів, педагогічних умов, методів, засобів, форм та етапів навчання (рис. 2).

Мета формування здоров'язбережувальної компетенції передбачає розвиток у студенток особистісних якостей, спеціальних знань, умінь і навичок, фізичної активності, що забезпечують високий рівень життєдіяльності. Ефективне формування здоров'язбережувальної компетенції може відбуватися лише в умовах здоров'язбережувальної діяльності, яку розглядають як специфічну форму людської активності, що здійснюється в умовах здорового способу життя. В основі розробленої методики лежить формування ціннісного, когнітивного та діяльнісного компонентів здоров'язбережувальної компетенції студентів.

Висновки. Аналіз вітчизняних і зарубіжних наукових джерел дозволив визначити значний досвід, накопичений у теорії і практиці збереження та зміцнення здоров'я. У наукових працях обґрунтовано методики формування культури здоров'я, визначено основні умови створення здоров'язбережувального освітнього середовища, розроблено вимоги до здоров'язбережувальної діяльності, рекомендовано програми зміцнення здоров'я молоді засобами фізичної активності.

У наукових працях констатовано, що ефективним способом зміцнення та збереження здоров'я студентської молоді є організація навчально-виховного процесу на основі компетентісного підходу, який створює стійку мотивацію до здоров'язбереження, самовизначення особистості в здоровому способі життя, озброює засобами й методами, що забезпечують фізичне й психічне благополуччя індивіда. Реалізація цього підходу передбачає формування під час навчання ключових компетенцій, зокрема здоров'язбережувальної компетенції. Проте в сучасній науковій літературі недостатньо аргументовано відомості щодо складників та методики формування здоров'язбережувальної компетенції студентів вищих навчальних закладів.

Результати проведених досліджень дозволили констатувати, що здоров'язбережувальна компетенція – це система цінностей, взаємозв'язаних і взаємозумовлених знань, умінь і навичок, рівня фізичного стану, які забезпечують високий рівень здоров'язбережувальної діяльності, визнання здоров'я як найважливішої цінності людського буття.

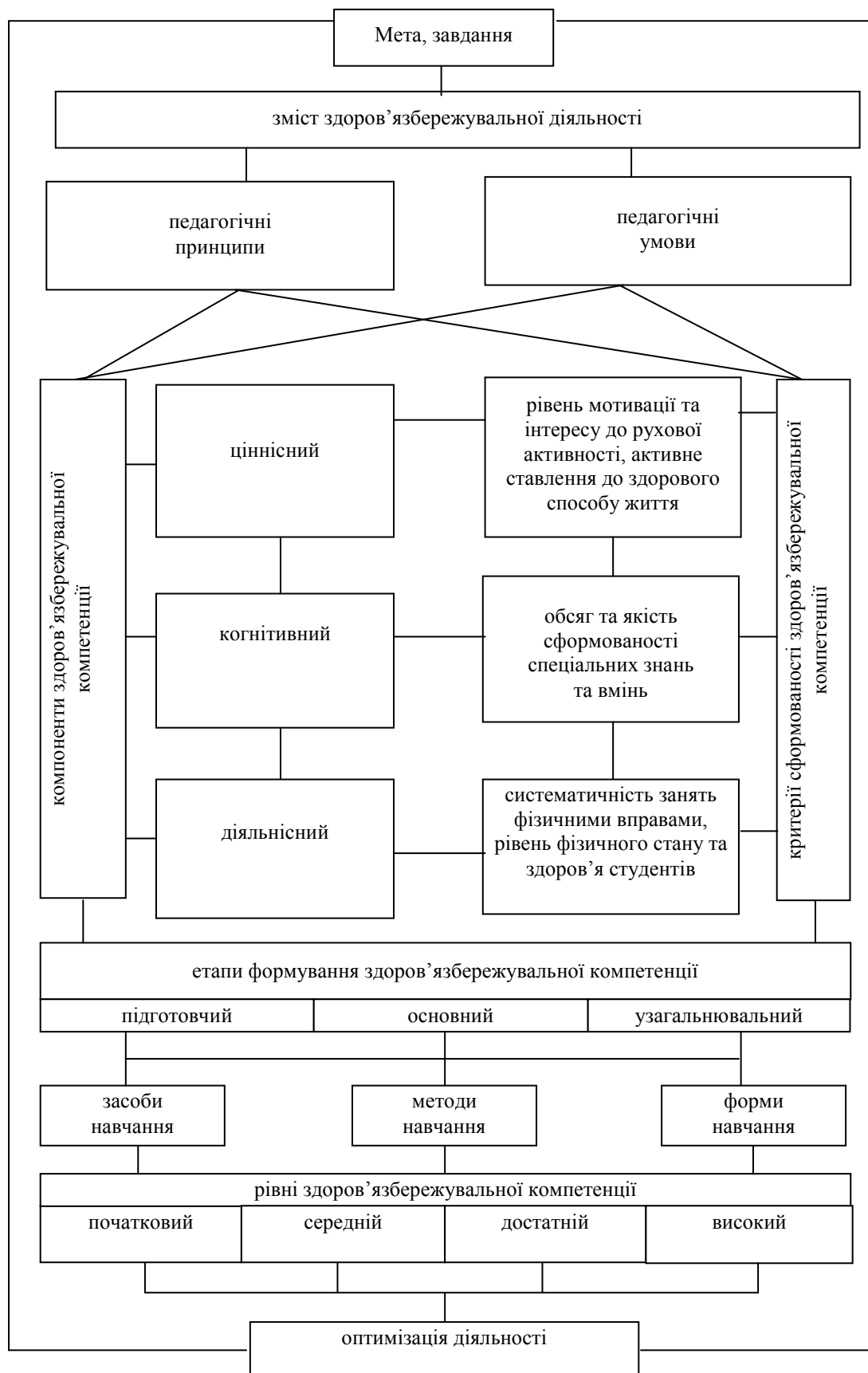


Рис. 2. Структура методики формування здоров'язбережувальної компетенції

В основі здоров'язбережувальної компетенції лежать ціннісний, когнітивний та діяльнісний компоненти. Ціннісний компонент здоров'язбережувальної компетенції передбачає наявність у студентів

стійкого інтересу та мотивації до здоров'язбережувальної діяльності, активне ставлення до здорового способу життя, здатність до рефлексії та саморегуляції поведінки та емоційних станів. Когнітивний компонент сприяє сформованості у студентів системи знань, умінь і навичок, що забезпечують міцний стан здоров'я. Діяльнісний компонент характеризується систематичністю занять фізичними вправами; активністю у здоров'язбережувальній діяльності; використанням сформованих знань, умінь, навичок у самостійній роботі студентів із фізичного виховання. Діяльнісний компонент забезпечує успішне виконання здоров'язбережувальної діяльності й вирізняється належним рівнем фізичного стану та стану здоров'я.

Перспективи подальших розвідок у даному напрямі. Проведене дослідження не розв'язує всіх питань означеної проблеми. Подальшого вивчення потребують питання побудови раціональних оздоровчих програм занять фізичними вправами залежно від рівня сформованості здоров'язбережувальної компетенції.

Використані джерела

1. Бальсевич В. К. Концепция альтернативных форм организации физического воспитания детей и молодежи / В. К. Бальсевич // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1994. – № 9. – С. 9.
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. Захожий В. В. Дозування фізичних навантажень для самостійних занять фізичними вправами студентів / В. В. Захожий, О. А. Сапожник // Фізичне виховання, спорт, і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки / уклад. : А. В. Цьось, С. П. Козіброцький. – Луцьк : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2009. – № 2 (6). – С. 39–42.
4. Іщук О. А. Науково-методичні основи формування здоров'язбережувальної компетенції студенток вищих навчальних закладів у процесі фізичного виховання / О. А. Іщук // Fundamental and applied science – 2014 : materials of the X international scientific and practical conference. Volume 9. Pedagogical sciences. – Sheffield science Education LTD, 2014. – P. 3–10.
5. Митчик О. П. Фізична культура у загальній та професійній підготовці студента : метод. рек. / О. П. Митчик, О. А. Сапожник. – Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2013. – 48 с.
6. Равен Дж. Компетентность в современном обществе: выявление, развитие и реализация / Дж. Равен; пер. с англ. – М. : Когито-Центр, 2002. – 396 с.
7. Сапожник О. А. Аналіз стану збереження здоров'я студентської молоді / О. А. Сапожник // Фізичне виховання, спорт, і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки / уклад. : А. В. Цьось, С. П. Козіброцький. – Луцьк : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2010. – № 4 (12). – С. 52–55.

Ishchuk O. A., Ivanyuk O. A., Malimon A. A., Bukhval A. V.

THE FORMATION OF HEALTH PRESERVATION EDUCATIONAL ENVIRONMENT OF HIGH EDUCATIONAL INSTITUTIONS IN THE PROCESS OF PHYSICAL TRAINING

The method of forming of the health preservation competence among university students in the process of physical education is discussed in the paper. It has been established that the health preservation competence is a system of values, interrelated and interdependent knowledge and skills and physical condition that provide a high level of health preservation activities and recognition of health as the most important value of human life. The basis of the health preservation competence consists in value, cognitive and activity components. The value component of the health preservation competence envisions availability of a stable interest and motivation to participate in health preservation activities, active attitude to a healthy lifestyle, the ability to reflection and self-reflection of behavior and emotional states among students. The cognitive component envisions the formation of the system of knowledge and skills that ensure strong health among students. The activity component is characterized by systematic exercising activities of the successful implementation of high level of health preservation; and use of acquired knowledge and skills in the independent work of students relating to physical education.

The methodology of the health preservation competence formation involves the relationship of all components of the educational process along with compliance with defined goals, objectives, principles, pedagogical conditions, methods, tools, forms and stages of education. Testing of developed methods, which have emerged in the process of physical education, have shown their effectiveness, as evidenced by an increasing interest of students to physical education, increase in the number of people who exercise on their own, increase in the level of special knowledge and skills, and increase in the level of physical preparedness. Generally known, that priorities of personality in society are declared not only by its rights but also by concrete state reforms, directed on satisfaction of necessities and interests of a man. The primary objective of reforms of the physical education system must be an improvement of man's health taking into account his necessities, reasons of activity, interests.

Key words: health preservation competence, physical education, health, students, method.

Стаття надійшла до редакції 16.01.2017 р.