

ДОСЛІДНО-ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ЕФЕКТИВНОСТІ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ УЧНІВ В ХОДІ РОБОТИ ВЧИТЕЛЯ БІОЛОГІЇ

Скомаровський М.Ю.¹, Новописьменний С.А.¹, Дмитренко Н.А.²

*¹Полтавський національний педагогічний університет
імені В. Г. Короленка*

*²Комунальний заклад «Полтавська загальноосвітня школа 1–3 ступенів
№2 Полтавської міської ради Полтавської області»*

Кардинальні зміни, що відбуваються в усіх сферах життєдіяльності суспільства, вимагають нових підходів щодо виховання та соціалізації підростаючого покоління. Особливого значення набуває формування гармонійно розвинутої, суспільно активної, фізично досконалої, здорової особистості. Загальноосвітній заклад залишається основним соціальним інститутом, який надає дітям базову освіту, вирішує завдання розвитку та виховання школярів, але школа не в змозі створити всі умови для ефективного формування здорового способу життя, оскільки цей процес має низку специфічних відмінностей порівняно з навчально-виховним процесом.

Для підвищення рівня здоров'я підростаючого покоління необхідно створити закріплену систему валеонасиченого простору, у якій би всі соціальні інститути нашого суспільства були об'єднані єдиною ідеєю, спільними зусиллями виконати замовлення держави щодо формування й виховання здорового покоління.

Нами було проведено дослідно-експериментальну роботу по проблемі дослідження в 8-11 класах, в умовах природного педагогічного процесу на базі Опорного закладу «Бутенківської ЗОШ» I-III ступенів імені Ю.П. Дольд-Михайлика Білицької селищної ради. В дослідженні приймали участь 52 учнів.

Аналіз результатів опитування старших підлітків засвідчив, що переважна їх більшість має лише недостатньо змістовні уявлення про сутність і компоненти здорового способу життя. Дали узагальнене визначення поняттю «здоровий спосіб життя» лише 7,6% учнів, прагнули розкрити зміст поняття через його складові 90,2% опитаних, не впоралися з поставленим завданням 2,2% старших підлітків. При визначенні складових здорового способу життя 95,3% учнів вказали, що головною складовою здорового способу життя є активний рух; 28,6% старших підлітків розуміють важливість відсутності в їхньому житті шкідливих звичок; 59,6% респондентів усвідомлюють необхідність правильного харчування, що запобігає багатьом хворобам і підтримує енергетичний запас організму людини. Найменше уваги приділяється учнями таким необхідним складовим здорового способу життя, як гігієна тіла (11,6%), гігієна праці (11,6%) та гігієна душі (8,5%). Хоча вони розуміють, що без дотримання цих життєвих правил

погіршуватимуться показники здоров'я через порушення сну, психічного стану, що негативно позначиться на їхній життєдіяльності.

Важливе місце в ході констатуючого етапу експерименту займало визначення місця і ролі самостійних занять старших підлітків фізичною культурою як складової здорового способу життя. Встановлено, що регулярно самостійно займаються фізичними вправами лише 38,2% школярів, 55,0% займаються ними епізодично, 6,8% самостійно фізичними вправами не займається. На запитання, що заважає їм займатися фізичними вправами 5,4% учнів указали, що нічого не заважає 94,6% школярів таких причин назвали 8, а саме: не вистачає вільного часу; стомленість після навчання; відсутність бажання й інтересу; немає умов для занять; погана організація занять за місцем проживання; відсутність особистого інвентарю; слабке здоров'я; інші захоплення.

Аналіз результатів показав, що на перше місце учні 8-11 класів серед мотивів занять фізичною культурою поставили зміцнення здоров'я, на друге – зацікавленість процесом занять фізичною культурою, на третє – гармонійний фізичний розвиток, на четверте – підтримку загальної працездатності, на п'яте – недостатню рухову активність, активний відпочинок, можливість задовольнити свою потребу в спілкуванні з ровесниками. Серед мотивів занять фізичною культурою звичка до систематичних занять займала лише шосту позицію, а найменш вагомими внутрішніми мотивами старших підлітків були підготовка до майбутньої професії, потреба у красивій поставі й прагнення бути красивим.

Показниками визначення рівнів сформованості у старших підлітків здорового способу життя були їхні знання про сутність здоров'я, здоровий спосіб життя, руховий режим, самостійні заняття та їх значення в життєдіяльності і збереженні здоров'я, а також їхні реальні дії, спрямовані на покращення рухового режиму, впровадження здорового способу життя, самостійних занять фізичними вправами і самоконтролю за функціональним станом організму, фізичною підготовкою та розвитком основних фізичних якостей. За сумою вираження цих та інших показників їх умовно можна розподілити на групи з високим, середнім і низьким рівнями сформованості здорового способу життя [1].

До групи з високим рівнем були включені учні з активно-позитивним ставленням до здорового способу життя. Вони мали глибокі знання щодо сутності здорового способу життя та його значення для життєдіяльності особистості; знали компоненти здорового способу життя учнів 8-11 класів; розуміли закономірності впливу регулярних занять фізичною культурою і спортом на збереження та зміцнення здоров'я; володіли вміннями і навичками самостійно планувати й виконувати вимоги здорового способу життя, здійснювати самоконтроль та аналізувати вплив занять фізичними вправами на покращення здоров'я; добровільно брали

участь у позакласних фізкультурно-оздоровчих і спортивних заходах; успішно виконували встановлені для старших підлітків тести і нормативи з фізичної підготовленості. У вихідні дні учні цієї групи віддавали перевагу активному відпочинку, самостійним заняттям різними видами спорту, походам вихідного дня. У цих учнів були сформовані тверді установки ведення здорового способу життя, негативне ставлення до тютюнопаління, вживання алкогольних напоїв та наркотичних засобів. За даними констатуючого експерименту серед досліджуваних ($n = 105$) кількість таких учнів становила 11,9 %.

До групи із середнім рівнем були включені учні з пасивно-позитивним ставленням до здорового способу життя. Вони мали достатні знання щодо сутності здорового способу життя та його значення для життєдіяльності особистості; знали компоненти здорового способу життя учнів 8-11 класів, але не повністю розуміли вплив регулярних занять фізичною культурою та спортом на зміцнення і збереження здоров'я; не мали достатніх умінь та навичок самостійно планувати й виконувати вимоги здорового способу життя, здійснювати самоконтроль та аналізувати вплив занять фізичними вправами на покращення здоров'я; епізодично брали участь у позакласних фізкультурно-оздоровчих і спортивних заходах; посередньо виконували встановлені для старших підлітків тести і нормативи з фізичної підготовленості; періодично пропускали уроки фізичної культури. Більшість з цих учнів не мали шкідливих звичок і віддавали перевагу самостійним заняттям різними видами спорту. Хоча в учнів цієї групи були сформовані мотивація й позитивне ставлення до покращення свого здоров'я та ведення здорового способу життя, недостатній розвиток вольової сфери не дозволяв їм досягти кращих результатів у дотриманні здорового способу життя. Серед досліджуваних таких було виявлено 43,6% [2].

До групи з низьким рівнем увійшли учні з індивідуальним ставленням до здорового способу життя. Вони мали фрагментарні, несистематизовані знання щодо сутності здорового способу життя, недостатнє уявлення про його значення для життєдіяльності особистості; не знали компонентів здорового способу життя учнів 8-11 класів; не розуміли впливу регулярних занять фізичною культурою та спортом на зміцнення і збереження здоров'я; не володіли вміннями і навичками самостійного планування та виконання вимог здорового способу життя; не вміли здійснювати самоконтроль та аналіз впливу занять фізичними вправами на покращення здоров'я; ухилялися від участі в позакласних фізкультурно-оздоровчих і спортивних заходах; майже всі встановлені для старших підлітків тести і нормативи з фізичної підготовленості склали на «незадовільно» або мали високий результат з одного нормативу, а з інших – середній або нижчий за нього; пропустили значну

кількість уроків фізичної культури. Більшість з них мали ті чи інші шкідливі звички, недостатньо сформовану вольову сферу й мотивацію до здорового способу життя. За даними констатуючого експерименту до цієї групи зараховано 44,5% досліджуваних школярів [3].

Диференційований підхід до формування в старших підлітків знань і умінь здорового способу життя здійснювався на основі типологічного групування. Основна робота з учнями активно-позитивного типу на уроках біології та в позаурочній діяльності була спрямована на: поглиблення знань і умінь з основ здорового способу життя, фізичної культури і спорту, дотримання активного рухового режиму та ведення здорового способу життя; надання практичної допомоги в підготовці індивідуальних програм здорового способу життя; створення з цих учнів групи лідерів з проведення активної пропаганди здорового способу життя, регулярних занять фізичною культурою і спортом серед своїх товаришів, однокласників та молодших школярів.

Основними напрямками роботи з учнями пасивно-позитивного типу на уроках біології та в позаурочній діяльності були: заохочення і допомога в удосконаленні та розвитку знань і умінь з основ здорового способу життя, фізичної культури і спорту; дотримання рухового режиму та ведення здорового способу життя; розширення ціннісних орієнтацій на здоровий спосіб життя, зміцнення здоров'я і формування стійкої мотивації до фізкультурно-оздоровчих і спортивних занять; підготовка індивідуальних програм здорового способу життя; залучення цих учнів до проведення пропаганди здорового способу життя, занять фізичною культурою та спортом серед однокласників та товаришів [4].

Узагальнені результати експериментальної роботи щодо виховання у старших підлітків здорового способу життя подано нижче.

Як свідчать дані, більшість учнів підвищили свій рівень здорового способу життя: кількість старших підлітків з високим рівнем збільшилася з 11,3% до 27,5%, із середнім – з 42,0% до 64,5%, з низьким – зменшилася з 46,7% до 8%. (рис. 1).



Рис. 1 Дані по сформованості здорового способу життя учнів на початку експерименту.

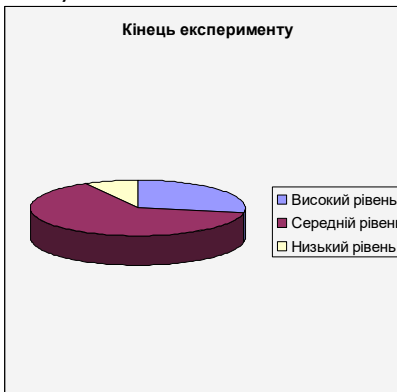


Рис. 2 Дані по сформованості здорового способу життя учнів на кінець експерименту.

Апробація сучасних педагогічних технологій виховання здорового способу життя учнів на уроках біології, оцінювання їх ефективності свідчать, що: результативність цих технологій обумовлюється рівнем готовності до їх застосування як педагогів, так і школярів; ефективність педагогічних технологій, як засобу виховання здорового способу життя старших підлітків підвищується за умови усвідомлення школярами особистісної цінності і значущості тих чи інших видів фізкультурно-оздоровчої діяльності, включення їх у навчально-розвивальну діяльність на оптимальному для кожного учня рівні складності.

Введення експериментального фактору суттєво поліпшило ситуацію. Проведене анкетування виявило, що ставлення учнів до власного здоров'я змінилося на краще. Якщо до дослідження третина учнів не замислювалася над необхідністю та важливістю зміцнити своє здоров'я та зберегти його, то після експерименту таких

учнів залишилося лише 15-17%. Аналіз результатів опитування учнів свідчить також про підвищення їх пізнавального інтересу до валеологічних знань. Якщо до експерименту рівень пізнавального інтересу до навчального матеріалу валеологічного змісту у 54,6% респондентів був низький, у 31% – середній, у 8,9% – високий, то після експерименту він характеризувався такими показниками: у 30,7% школярів фіксувався низький рівень пізнавального інтересу, у 57% – середній, у 12,3% – високий. Зафіксоване також істотне підвищення рівня валеологічної грамотності школярів (середній бал учнів експериментального класу після проведення уроків за розробленою методикою зріс на 1,2 бали). Отже, аналіз психолого-педагогічного експерименту засвідчує, що проблема збереження здоров'я школярів є надзвичайно актуальною, тому стратегічним шляхом виконання завдань оздоровлення нації є створення та розвиток системи валеологічної освіти. Для здійснення валеологічної освіти школярів учитель біології володіє багатим арсеналом форм і методів роботи, які можна використати на уроках та позакласних заходах. Результати експерименту вказують на високу педагогічну ефективність застосування розробленої нами методики. Про це свідчить те, що при використанні валеологічного матеріалу на уроках біології істотно зріс пізнавальний інтерес школярів до валеології, спостерігалося позитивне та відповідальне ставлення учнів до власного здоров'я, що проявлялося в їх конкретних практичних діях щодо зміни свого індивідуального способу життя. Оскільки розроблена нами методика є досить результативною, ми вважаємо за доцільне її впровадження в навчально-виховний процес загальноосвітніх шкіл [4].

Дієвий вплив на ефективність виховання в учнів здорового способу життя мали психолого-педагогічні умови: забезпечення позитивного мотиваційного налаштування вчителів і учнів на організацію життєдіяльності на засадах здорового способу життя; формування ціннісних орієнтацій школярів на здоровий спосіб життя; побудова системи виховання здорового способу життя старших підлітків засобами фізкультурно-оздоровчої діяльності на засадах пріоритету потреб та інтересів особистості.

Апробовані в процесі експериментальної роботи педагогічні технології, форми, методи і прийоми виховання здорового способу життя можуть бути використані вчителями біології, фізичної культури, класними керівниками та директорами загальноосвітніх шкіл у навчальній та позаурочній фізкультурно-оздоровчій діяльності.

Результати експериментальної роботи дозволили зробити висновок, що ефективність виховання здорового способу життя учнів при викладанні біології детермінується певними умовами, серед яких виокремлюються організаційно-педагогічні умови: наявність у системі роботи загальноосвітньої школи підсистеми виховання здорового способу життя школярів; здійснення чіткого

науково обґрунтованого діагностування, проектування, планування, організації й контролю процесу виховання здорового способу життя учнів; реалізація випереджаючого науково-методичного забезпечення даного процесу; організація підготовки вчителів до діяльності у даному напрямі; координація впливів усіх учасників процесу виховання старших підлітків на засадах здорового способу життя; створення в школі необхідних матеріально-спортивних та санітарно-гігієнічних умов життєдіяльності учасників навчально-виховного процесу [2].

Література

1. Оржеховський В.М. Валеологічна освіта та виховання: сучасні підходи, доступність і шляхи їх розвитку в Україні: Збірник науково-практичних статей / За заг. ред. В. М. Оржеховського. – К.: Майстер, 1999. – 120с.
2. Козак І. О. Формування навичок здорового способу життя при викладанні біології в загальноосвітніх навчальних закладах / Ірина Олексіївна Козак.-Полтава: ПОІППО, 2009.-72с.
3. Куліш О. В. Підходи до еколого-валеологічного виховання в шкільному курсі // Науково-методичні підходи до викладання природничих дисциплін в освітніх закладах ХХІ століття: Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції. О.В. Куліш. – Полтава, 2001. – С.37-39.
4. Мелехова І. О. Відчуття щастя у сучасній студентській молоді // Вісн. Чернігів. держ. пед. ун-ту. – Вип. 31. – Серія: Психологічні науки / І. О. Мелехова – Чернігів, 2005. – С. 144 –145.

ЛИЧНОСТНЫЙ И ДЕЯТЕЛЬНОСТНЫЙ КОМПОНЕНТЫ ЛИЧНОСТНО-ДЕЯТЕЛЬНОСТНОГО ПОДХОДА К ОБУЧЕНИЮ ИНОСТРАННЫХ СОИСКАТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАНИЯ ПГМУ

*Ткаченко Е.В., Соколенко В.Н.
Полтавский государственный медицинский университет*

Существуют понятия «подход к обучению» и «стратегия обучения». Важно помнить, что первое понятие шире, чем второе, так как включает первое в себя, определяя приёмы, методы и формы обучения. В историческом аспекте, личностно-деятельностный подход в Педагогике сформировался к середине 80-х годов 20-го века. Вначале он рассматривался только с позиции педагога, впоследствии присоединилось рассмотрение с позиции соискателя образования, приводя к более новому системному рассмотрению, как с позиции педагога, так и соискателя образования, одновременно [3]. Это привело к возможности более широкого использования индивидуализированного подхода к обучению, которое справедливо считается одним из приоритетных на современном этапе развития педагогико-психолого-