

Підготовка сучасного валеологічно орієнтованого педагогічного працівника

Рибалка О.Я., канд. пед. наук, доцент кафедри екології та охорони довкілля
ПДПУ ім. В.Г.Короленка

У статті розглядаються основні проблеми здоров'я сучасної молоді і напрямки підготовки студентів до валеологічної роботи в школі..

В статье рассматриваются основные проблемы здоровья современной молодежи, и направления подготовки студентов к валеологической работе в школе.

Здоров'я дітей – це соціальна проблема розвитку всього суспільства. І.І. Брехман, засновник науки валеології стверджував, що збереження і відтворення здоров'я прямо залежить від рівня культури, яка є мірою усвідомлення й оволодіння людиною свого ставлення до самої себе, до суспільства, до природи, ступенем і рівнем саморегуляції її власних потреб. Тому треба прагнути щоб батьки, школа, ВНЗ, держава формували у молодого покоління високу культуру здоров'я, здоровий спосіб життя, які увійшли б в їхню культуру, побут, звички.

Стан здоров'я населення України значною мірою зумовлений низьким рівнем знань, щодо закономірностей його формування збереження та зміцнення, а іноді легковажним і навіть безвідповідальним ставленням до такої цінності.

Згідно з ухваленим у 1998 році міжнародним документом «Політика досягнення здоров'я для всіх у XXI столітті всі держави – члени Євробюро ВООЗ, серед яких – Україна, повинні здійснювати політику формування здорового способу життя населення, і особливо дітей і молоді на державному, регіональному та місцевому рівнях за підтримки відповідних міністерств та інших центральних органів виконавчої влади.

В Україні ідея створення мотивації до здорового способу життя реалізувалася в національних програмах «Діти України», «Репродуктивне

здоров'я», «Забезпечення профілактики ВІЛ-інфекції, допомоги та лікування ВІЛ-інфікованих і хворих на СНІД», Міжгалузевій комплексній програмі «Здоров'я нації», Цільовій комплексній програмі «Фізичне виховання – здоров'я нації» та інших документах. Особливе місце посідають Закон України «Про загальну середню освіту» та Концепція 12-річної середньої школи, в яких визначено завдання – виховати в учнівській молоді свідоме ставлення до свого здоров'я і здоров'я інших громадян[2]

Аналіз стану здоров'я громадян України та традиційної системи освіти окреслює декілька взаємопов'язаних негативних тенденцій, які істотно впливають на непереривність та ефективність навчально-виховного процесу.

Перша – значне зниження зацікавленості та активності населення у навчанні.

Друга – помітне сповільнення та дисгармонія фізичного та психічного розвитку значної частини дітей та підлітків.

Третя – особливо небезпечна – стрімке погіршення здоров'я дітей та учнівської молоді, що ставить реальну загрозу виродження та вимирання народу України.

За даними Міністерства охорони здоров'я України, серед дитячого населення за останнє десятиліття суттєво (в 1,5 – 3 рази) зросла частота хронічних захворювань, які призводять до інвалідності. Це хвороби нервової, ендокринної, серцево-судинної, шлунково-кишкової, кістково-м'язової систем. Серед наших першокласників тільки 5 – 9% практично здорових дітей. Кількість хронічно хворих дітей збільшується за роки навчання у 2,5 рази, понад 50% школярів уже мають функціональні відхилення у діяльності різних систем організму, а 95– 97 % випускників завершують шкільне навчання з тими чи іншими проблемами у стані здоров'я. Відмічається значне омолодження онкологічних захворювань, серцево-судинних. Є випадки інсультів та інфарктів у дітей віком до 15 років [3]

Найбільш руйнівний вплив на стан здоров'я молоді чинять шкідливі звички. Сьогодні в країні спостерігається тенденція до збільшення проявів

негативної поведінки серед дітей та молоді, прилучення до нікотину, алкоголю, вживання наркотиків, ранні сексуальні зв'язки, рання вагітність дівчат-підлітків. Усе це різко погіршує стан фізичного і психічного здоров'я підлітків.

У дітей та молоді розвиваються агресивність, невдоволеність, почуття заниженої самооцінки, що нерідко спричинює конфлікти з однолітками, вчителями, батьками.

Вибір способу поведінки у молодій людині існував завжди, але сьогодні в умовах вільної пропаганди алкоголю, тютюну, поширення ВІЛ/СНІДу та наркоманії цей вибір зробити непросто і часто він робиться не на користь здоров'я.

Вирішення цієї проблеми є одним із пріоритетних завдань нового етапу реформування освіти в Україні. виправити ситуацію можна комплексом заходів, серед яких належне місце посідають заходи системи загальної середньої освіти. Передусім йдеться про збереження та зміцнення здоров'я учнів, формування мотивації на ведення здорового способу життя в навчально-виховному процесі школи. Тому у Національній доктрині розвитку освіти України в XXI столітті, ухваленій на другому з'їзді освітян визначено **формування здоров'я нації через освіту** як один з пріоритетів формування державної політики в освітній галузі.

Намагаючись подолати численні труднощі на шляху зміцнення духовності і моральності, а також фізичного здоров'я учнівської і студентської молоді, фахівці Міністерства освіти і науки невпинно працюють навчальних предметів оздоровчого спрямування для загальноосвітньої середньої школи, професійно-технічних та вищих навчальних закладів. Особлива увага приділяється організації підготовки вчителя, який на належному рівні формуватиме культуру здоров'я учнів різного віку.

Прерогатива збереження здоров'я дітей та молоді в теперішній час належить системі освіти, і створення кафедр, що займаються проблемою здоров'я, в багатьох закладах освіти пряме тому підтвердження. Заклади

освіти повинні формувати ціннісні орієнтації суб'єктів навчально-виховного процесу, серед яких пріоритетними є культура та здоров'я.

Проблема формування і збереження здоров'я молоді в українському суспільстві висвітлена у працях таких науковців, як Г.Л. Апанасенко, Е.Г. Булич, С.С. Волков, М.С. Гончаренко, М.В. Гриньова, В.С. Грушко, Л.А. Животовська, С.В. Кириленко, О.Д. Міхільов, І.В. Муравов, Л.А. Попова, С.В. Страшко, В.С. Язловецький та багатьох інших.

Мета статті – висвітлити основні напрямки підготовки студентів до валеологічної роботи в школі.

У Полтавському державному педагогічному університеті імені В.Г.Короленка валеологічна підготовка майбутніх вчителів проводиться на всіх факультетах на перших курсах стаціонарного та заочного відділення, а на природничому де готують вчителів валеології, на першому і четвертому курсах.

Формування здорового способу життя, валеологічного світогляду і валеологічної поведінки студентської молоді під час навчання в університеті є пріоритетним напрямком навчально-виховного процесу і складовою підготовки вчителя демократичного світогляду і гуманістичної орієнтації. У формуванні особистості в цілому, в тому числі і здорового способу життя, особливого значення набувають такі види діяльності, як навчальна, художньо-естетична, заняття спортом і громадська активність. Отже, основним в організації здорового способу життя студентської молоді є принцип єдності виховання, самовиховання і діяльності.

Як відомо, спосіб життя є фактором, що обумовлює понад 50% здоров'я людини. Спосіб життя – соціальна категорія, яка включає якість, устрій і стиль життя. За визначенням ВООЗ, спосіб життя – це спосіб існування, який ґрунтується на взаємодії між умовами і конкретними моделями поведінки людини. Таким чином, „здорова” модель поведінки для певних конкретних умов зменшує ризик виникнення захворювання. Аналіз ситуації, яка склалася в сучасних умовах, показує, що для країни притаманна

деградація здоров'я населення, тому важко переоцінити важливість знання фундаментальних законів раціонального формування, збереження і зміцнення свого власного здоров'я [1].

Валеологічна підготовка студентської молоді здійснюється різними засобами. Одним з них є вивчення таких дисциплін: вікова фізіологія та валеологія, безпека життєдіяльності, основи медичних знань та циклу природничих і психолого-педагогічних дисциплін. Формуючими складовими способу життя студентів є психологічні установки на необхідність бути здоровим, значення здоров'я для успішного навчання, подальшого працевлаштування і кар'єри, а також для створення щасливої сім'ї і народження здорових дітей. Особлива роль у валеологічній підготовці студентської молоді відводиться валеології, методиці викладання валеології. Структура цих дисциплін дозволяє формувати у студентів у процесі їх опанування засади здорового способу життя, розвитку в них творчого саногенного мислення і методичної рефлексії, виховання свідомого та дбайливого ставлення до свого власного здоров'я та здоров'я дітей як головної умови якомога повнішої реалізації творчого і фізичного потенціалу особистості, набуття практичних валеологічних умінь та навичок. Це відображено в змісті програми курсу „Валеологія”, який включає такі основні розділи: „Проблеми здоров'я людини в сучасному суспільстві”, „Здоров'я дитини – ключ до здоров'я дорослої людини”, „Фізичне здоров'я та шляхи його поліпшення”, „Основи раціонального харчування”, „Екологія і здоров'я”, „Основи психічного здоров'я”, „Соціальні умови здоров'я”, „Духовний світ людини та її здоров'я”. Дана програма за змістом охоплює основні проблеми формування здорового способу життя. Вона побудована з урахуванням принципу наскрізних ліній, що дає можливість досягти поступовості, системності, логічної послідовності засвоєння студентами валеологічних знань, умінь і навичок.

Важливе значення для узагальнення і систематизації знань та формування валеологічних умінь і навичок мають розроблені завдання для

виконання студентами на лабораторних і практичних заняттях, що сприяють формуванню системи валеологічних знань умінь та навичок для збереження і зміцнення свого здоров'я та здоров'я майбутніх учнів. Особливо ці знання необхідні для пропаганди здорового способу життя серед учнівської молоді під час проходження активних педагогічних практик. Педагогічна практика, її зміст та організація посідає важливе місце серед багатьох факторів, що визначають успіх підготовки сучасного вчителя. Саме вона доповнює, поглиблює теоретичні знання студентів з даної проблематики, пов'язує навчання з їх майбутньою виховною діяльністю, прищеплює інтерес до цієї діяльності, акцентує її професійну спрямованість. Досвід переконує нас у тому, що тільки в практичних умовах школи первинне орієнтування може перейти у стійку професійну навичку. Під час практик майбутні вчителі розробляють і проводять виховні заходи і уроки, присвячені формуванню здорового способу життя, профілактиці девіантної поведінки, вихованню культури міжстатевих стосунків. Крім того, студенти, які отримують спеціалізацію валеолога, проходять навчальну валеологічну практику в різних лікувально-оздоровчих, громадських та навчальних закладах м. Полтави, що займаються збереженням і зміцненням здоров'я та формуванням здорового способу життя населення м. Полтави. Це обласний Центр здоров'я, клуб „Квітень”, громадські організації „Світло надії” та „Громадське здоров'я”, міська організація Червоного Хреста. Крім того, під час проходження практики студенти відвідують і загальноосвітні навчальні заклади м. Полтави, які одним із пріоритетних завдань ставлять збереження і зміцнення здоров'я учнів під час навчально-виховного процесу. Це ЗНЗ №26, №5, №14 м. Полтави. Після проходження практики студентів часто запрошують до волонтерської діяльності з метою профілактики девіантної поведінки молоді.

Під час навчання здійснюється також науково-дослідницька робота при підготовці рефератів, курсових, дипломних і магістерських робіт з валеологічної тематики, що сприяє формуванню здоров'ятворчої поведінки.

При закінченні курсу студенти складають індивідуальну оздоровчу програму корекції свого здоров'я. В результаті вивчення курсу „Валеологія” студенти набувають умінь: визначати чинники здоров'я людини в конкретних ситуаціях; пояснювати наслідки впливів сонячного і космічного випромінювання на здоров'я людини; складати індивідуальні раціони харчування; використовувати загальнозміцнюючі засоби збереження здоров'я; оцінювати стан здоров'я; діагностувати різні складові здоров'я використовувати методи саморегуляції для покращення свого здоров'я.

Для більш ефективної валеологічної підготовки студентської молоді, а також профілактики девіантної поведінки, поширення венеричних захворювань і абортів, систематично організуються зустрічі з провідними медичними фахівцями м. Полтави, перегляд науково-популярних фільмів з даної проблематики в межах виховних заходів та кураторських годин.

Викладачі нашого університету тісно співпрацюють з Полтавським обласним інститутом післядипломної освіти. На курсах підвищення кваліфікації вчителів читають лекції на валеологічну тематику, акцентують увагу вчителів на впровадження в навчально-виховний процес школи здоров'язберігаючих технологій навчання.

Майже кожного року в стінах університету на різних факультетах проходять міжнародні, всеукраїнські, регіональні конференції та науково-практичні семінари на валеологічну тематику в якій активну участь беруть не тільки викладачі, але й студенти магістранти та аспіранти.

Викладачі кафедри екології та охорони довкілля є науковими керівниками педагогічного експерименту «Здоров'язберігаючі технології як умова формування культури здоров'я учнів загальноосвітнього навчального закладу», який проводиться на базі ЗНЗ №12 м. Кременчук. В листопаді місяці в цій школі була проведена регіональна науково-практична конференція „Здоров'я через освіту” в якій прийняли участь викладачі, студенти, магістранти ПДПУ ім. В.Г.Короленка, методисти Полтавського обласного інституту післядипломної освіти, викладачі та студенти

Українського інституту м.Кременчук, вчителі шкіл міста та області. 28 вересня 2007 на природничому факультеті був проведений науково-практичний семінар „Навколишнє середовище і здоров'я людини”, який розпочав свою роботу пленарним засіданням в ПДПУ імені В.Г. Короленка, а секційні засідання були проведені на базі ЗНЗ №12 м.Кременчук. Учасниками цього семінару були викладачі, студенти, магістранти та вчителі міста і області.

Досвід показує, що інтеграція зусиль місцевої влади, закладів освіти, охорони здоров'я, громадських організацій, соціальних служб є на сьогодні необхідною умовою формування високої культури здоров'я підростаючого покоління.

ЛІТЕРАТУРА

1. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально –виховному процесі. //Здоров'я та фізична культура. – 2006, №8. – С. 1-6.
2. Освіта в інноваційному поступі суспільства. /Доповідь Міністра освіти і науки України С.М.Ніколаєнка на підсумковій колегії МОН України 17 серпня 2006 р.//Освіта України. – 2006, № 60-61 . – С. 13
3. Страшко С.В. та ін. Інфекційні хвороби, що набули соціального значення: К.,”Освіта України”.– 2006. – 56 с.