

РОЗДІЛ ІІІ

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ШКОЛЯРІВ

ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО КОМФОРТУ ЯК СКЛАДОВОЇ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ СТУДЕНТІВ

Беляєва Наталія

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

Анотація. У статті розглядається значення емоційного комфорту як складової здорового способу життя; розкривається поняття внутрішньо переміщених студентів та окреслюються ключові напрямки забезпечення емоційного комфорту в умовах їх адаптації до нового університетського середовища.

Ключові слова: емоційний комфорт, комфортність, здоровий спосіб життя, внутрішньо переміщені студенти, університетське середовище.

Постановка проблеми. Проблема здорового способу життя молоді набула такої актуальності, що сьогодні ми говоримо про неї, як про глобальну загрозу всієї нації. Нині проблема стану фізичного, психічного здоров'я підрастаючого покоління набуває особливої гостроти, оскільки сучасна ситуація обтяжується високими показниками захворюваності молоді, зниженням якості медичного обслуговування, погіршенням екологічної ситуації, морально-духовною кризою. Указані проблеми та негаразди ще більше загострюються в умовах складної соціально-економічної та соціально-політичної ситуації, що склалася сьогодні в нашій державі. Особливої актуальності при цьому набувають питання здоров'я, здоров'язбереження та здорового способу життя молодих людей, що змушені були покинути власні домівки, повинні адаптуватися до нового соціо-культурного простору, нових соціальних і матеріальних умов проживання, нового середовища роботи та навчання.

Зв'язок з останніми дослідженнями і публікаціями. Проблему відповідального ставлення людини до свого здоров'я розкрито у працях В. Ананьєва, Т. Бойченко, М. Віленського, В. Смирнова. Пошуку нових соціально-педагогічних технологій формування здорового способу життя присвячено дослідження О. Вакуленко, П. Гусака, Н. Заверико, Н. Зимівець, С. Омельченко, В. Петровича, Л. Сущенко, О. Стойко, Л. Тихомирової. Вивчення проблеми здорового способу життя студентів у широкому соціо-культурному аспекті вузівської освіти проводили К. Габріелян, С. Гвоздїй, Ю. Григор'єва, І. Іванова, А. Козикін, Т. Маляренко, Р. Узянбаєва, Л. Пахомова, Л. Поліщук, А. Щедрина. Серед сучасних науковців, які займаються питаннями формування ціннісних орієнтацій молоді на здоровий спосіб життя, слід відмітити дослідження І. Беха, Г. Ващенко,

Т. Глазько, Д. Давиденка, Р. Купчинова, С. Лапаєнко, С. Омельченка, Н. Паніної, Ю. Щедрина, О. Яременка та інших. Досвід адаптації внутрішньо переміщених студентів до освітнього середовища та характер соціально-педагогічної роботи такої категорії осіб висвітлено в працях переважно зарубіжних науковців (С. Кейсліс, Л. Найду, Л. Оліфф, Т. Ферфолья, Т. Донских, Г. Солдатова, Г. Павловець).

Метою статті є розкриття основних шляхів забезпечення емоційного комфорту як складової здорового способу життя внутрішньо переміщених студентів.

Виклад основного матеріалу. Відповідно до українського законодавства внутрішньо переміщеною особою є громадянин України, іноземець або особа без громадянства, яка перебуває на території України на законних підставах та має право на постійне проживання в Україні, яку змусили залишити або покинути своє місце проживання у результаті або з метою уникнення негативних наслідків збройного конфлікту, тимчасової окупації, повсюдних проявів насильства, порушень прав людини та надзвичайних ситуацій природного чи техногенного характеру [2].

Станом на кінець лютого 2015 року в Україні нараховувалося 1 092 405 внутрішньо переміщених осіб, із них 23,1% – працездатні особи, серед яких значний відсоток молоді студентського віку (Дані Міністерства соціальної політики).

Студенти-переселенці, долаючи щоденні матеріальні труднощі та соціо-економічні негаразди, постійно стикаються зі складними психологічними проблемами, що викликані новими соціальними відносинами, відірваністю від звичного способу життя, частим несприйняттям у новому соціумі, соціальною дезорієнтацією, розчаруванням умовами та обставинами нового соціо-культурного середовища. Усе це викликає постійне психологічне напруження, порушення психо-емоційного гомеостазу і, як наслідок, деструктивні, дезадаптаційні процеси, що тягнуть за собою погіршення стану фізичного здоров'я молоді людини.

У такому контексті завданням суб'єктів нового середовища життя внутрішньо переміщеного студента – педагогів, адміністрації навчальних закладів, студентського самоврядування – є створення оптимальних умов для його успішної соціально-психологічної адаптації та створення середовища емоційного комфорту.

Г. Шутка наголошує на вагомому значенні «не лише медичного, але й педагогічного, зокрема, соціально-педагогічного» чинника формування засад здорового способу життя та підтримання здоров'я [5, с. 6].

У преамбулі до статуту Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) записано: «Здоров'я – це стан повного фізичного, духовного і соціального добробуту, а не лише відсутність хвороб та фізичних дефектів» [1, с. 285]. Зв'язок між соціальною та біологічною сторонами життя очевидний: здоров'я для людини цінне, насамперед, тим, що забезпечує її

повнокровну участь у різних видах суспільної та трудової діяльності. З іншого боку, до чинників, що визначають стан здоров'я людей, відносять матеріальний стан, характер харчування, житлові умови, соціально й емоційно сприятливе середовище роботи та навчання.

Усі перераховані чинники тісно взаємопов'язані між собою і впливають одне на одне. Визначальною характеристикою емоційно сприятливого середовища є комфортність як «умова життя, перебування, обстановка, що забезпечують зручність, спокій і затишок» [3, с. 143].

У літературі розрізняють психологічну, інтелектуальну, фізичну комфортність. Психологічна комфортність – це стан, що виникає в процесі життєдіяльності, який вказує на стан радості, задоволення. Джерелом комфортного стану (як студента, так і викладача) служать доброзичливі відносини між ними [4, с. 220].

Принцип психологічної комфортності є провідним в організації життя студентського колективу, в який вливається внутрішньо переміщений студент, сприяє зняттю всіх стресутворюючих факторів, створенню такої атмосфери, яка дає можливість студенту-переселенцю відчувати себе як «вдома», відчувати особистий емоційний комфорт.

Інтелектуальна комфортність виражається в задоволеності студентів не тільки власною діяльністю, але і діяльністю усього колективу та викладачів, її результатами, задоволенні потреби в отриманні нової інформації, самоствердженні, у громадській думці колективу, придбанні очікуваного соціального статусу в ньому .

Фізична комфортність виражається у відповідності між його тілесними, соматичними потребами і предметно-просторовими умовами університетського середовища, задоволенні власною діяльністю, позитивних мотивах до її продовження [4, с. 220].

Як свідчить опитування, велика кількість студентів-переселенців відчуває нестійкий, дискомфортний стан, що ускладнює взаємодію у новому колективі, утруднення в спілкуванні з викладачами, колегами по студентській лаві, часте взаємне міжособистісне несприйняття.

Висновки. Ключові напрямки, які б сприяли утвердженню позитивної емоційної позиції усіх суб'єктів студентського колективу, створенню умов для успішної самореалізації та адаптації їх у суспільному житті; розвивали навички ефективно керувати своїм емоційним станом у студентів-переселенців та формували їх активне, позитивне ставлення до нового освітнього середовища, ми вбачаємо у реалізації конкретних організаційно-педагогічних умов. У цілому зміст таких напрямів має бути зосереджений на формуванні позитивної мотивації студентів до навчання у новому освітньому середовищі; методично обґрунтованій організації навчально-виховного процесу як для зарахованих студентів, так і для «вільних слухачів»; забезпеченні толерантної, особистісно орієнтованої взаємодії викладачів і кураторів груп зі студентами; організації різносторонньої культурно-дозвіллевої діяльності студентів із метою

оптимізації їх міжособистісного спілкування, створенні умов для їх творчої реалізації та особистісного самоствердження, активного залучення до громадського життя групи, випускової кафедри, факультету, осередків студентського самоврядування.

Список використаних джерел:

1. Гриньова М. В. Валеологія : Навчальний посібник для студентів педвузів / В.І. Бобрицька, М.В. Гриньова. – ПДП ім. В.Г. Короленка. – Полтава, 1999. – 306 с.
2. Закон України «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб». – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/1706-vii>
3. Ожегов С. И. Словарь русского языка: 53000 слов / С. И. Ожегов / под общ. ред. проф. Л. И. Скворцова. – 24-е изд., испр. – М. : ООО «Издательство Оникс»: ООО «Издательство Мир и образование», 2007. – 640 с.
4. Усатова І. А. Соціально-історичні аспекти організації здоров'язбережувальних технологій в системі освіти / І. А. Усатова // Наукові записки. – Серія : Педагогічні науки. – Кіровоград : РВВ КДПУ ім. В. Винниченка, 2015. – Вип. 135. – С. 219–221.
5. Шутка Г. І. Соціально-педагогічні умови вдосконалення фізичного стану дітей у літньому оздоровчому таборі / Г. І. Шутка. – Автореф. дис. ... канд. пед. наук. – К.: НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2001. – 20 с.

УЧИТЕЛЬ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ – ОРГАНІЗАТОР ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Зайцева Юлія

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

***Анотація.** У статті розкрито професійні функції, знання, уміння і навички учителя фізичної культури, необхідні для реалізації професійної діяльності у загальноосвітніх навчальних закладах і встановлено його роль в організації здорового способу життя учнівської молоді*

***Ключові слова:** учитель фізичної культури, загальноосвітній навчальний заклад, здоровий спосіб життя.*

Постановка проблеми. Професійна діяльність учителя фізичної культури в школі, окрім реалізації основних завдань фізичного виховання (освітніх, оздоровчих, виховних), надання певної суми знань і набуття учнями відповідних рухових умінь та навичок, має на меті: прищеплення школярам звички займатися фізкультурно-спортивною діяльністю й отримувати при цьому задоволення, збагачення рухового досвіду дітей, забезпечення активного відпочинку, розвиток фізичних якостей, збільшення фізичної та розумової працездатності, зняття психологічної напруги, покращення функціонального стану, стану здоров'я, сприяння формуванню здорового способу життя підростаючого покоління, виховання моральних та вольових якостей тощо.

Зв'язок з останніми дослідженнями і публікаціями. У контексті даного питання вагомим є те, що існує значна кількість наукових і