

Володимир Скороход, Тетяна Руденко  
(Кіровоград, Україна)

## РІВЕНЬ ВАЛЕОЛОГІЧНИХ ЗНАНЬ У СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНОГО ВУЗУ ПРИ ВИВЧЕННІ КУРСУ «ВІКОВА ФІЗІОЛОГІЯ ТА ВАЛЕОЛОГІЯ»

*Розкрито сутність та основні складові готовності майбутніх учителів до валеологічної діяльності. Подано опис та наведено окремі результати констатувального та формувального педагогічного експерименту.*

**Ключові слова:** здоров'я, здоровий спосіб життя, критерії, показники, рівні готовності, дидактичне забезпечення, ефективна реалізація.

*The essence and main components of prospective school teachers' readiness for valeological education are revealed. The description and the results of the statement of pedagogical experiment are given.*

**Key words:** health, healthy life-style, criteria, rates, maturity level, methodological support, effective realization.

Здоров'я – найвища цінність людського життя, провідний чинник благополуччя, економічного та культурного розвитку суспільства. Національна доктрина розвитку освіти України серед пріоритетів державної політики виділяє пропаганду здорового способу життя (ЗСЖ), активних форм та методів збереження, зміцнення здоров'я підростаючого покоління (М. Гончаренко [1], М. Гриньова [2], В. Оржеховська [4], С. Страшко [8]).

З метою розв'язання цієї проблеми прийнято низку документів: «Національну програму патріотичного виховання населення, формування здорового способу життя, розвитку духовності та зміцнення моральних засад суспільства»; програму «Діти України»; «Про Концепцію розвитку охорони здоров'я населення України»; Постанову «Про затвердження комплексної програми «Здоров'я нації»; Цільову комплексну програму «Фізичне виховання – здоров'я нації»; «Про впровадження додаткових заходів щодо запобігання поширенню наркоманії серед дітей, учнівської та студентської молоді»; Державну програму «Вчитель» та інші документи.

На підставі теоретичного аналізу першоджерел можна зазначити, що система освіти недостатньо формує в учнів мотивацію до ЗСЖ, що пояснюється

наявністю таких фактів: школярі знають, що курити, пиячити і вживати наркотики шкідливо, однак більшість із них має саме ці звички, спостерігається тенденція до зростання їх кількості; суспільство наголошує на потребі рухатися, загартовуватися, але більшість його членів веде малорухливий спосіб життя; нераціональне харчування спричиняє зайву вагу з-поміж молоді. На жаль, труднощі сучасного життя не сприяють позитивним емоціям через проблеми наркоманії, венеричних захворювань, СНІДУ, вірусного гепатиту, туберкульозу тощо.

З огляду на сказане, можна підсумувати, що «знання молоді про здоров'я, ЗСЖ не стали переконаннями; молодь мало турбується про власне здоров'я і на думку багатьох дослідників (О. Жабокрицької [3], В. Оржеховської [4], Н. Самойлової [6], О. Філіпп'євої [9]) ситуація зі станом здоров'я учнів зумовлена низьким рівнем знань про здоров'я і ЗСЖ зневажливим і безвідповідальним ставленням молоді до свого здоров'я і здоров'я оточуючих.

Прерогатива здоров'я дітей та молоді в теперішній час належить системі освіти і кафедрам, що займаються проблемою здоров'я. Заклади освіти повинні формувати ціннісні орієнтації суб'єктів навчально-виховного процесу, серед яких пріоритетними є здоров'я та валеологічна культура [5].

**Мета статті** – висвітлити основні напрямки підготовки студентів до валеологічної роботи в школі, а також показати ефективність запропонованої дидактичної системи, яка базується на запровадженні спецкурсу для студентів та пропонуваній методиці організації і проведенні занять зі спецкурсу «Формування культури здоров'я молоді у підготовці майбутніх учителів природничих дисциплін» [7].

**Основні результати.** У Кіровоградському державному педагогічному університеті імені Володимира Винниченка валеологічна підготовка майбутніх вчителів проводиться на всіх факультетах в основному на перших курсах стаціонарного та заочного відділень.

Валеологічна підготовка студентської молоді здійснюється різними засобами. Одним із них є вивчення таких дисциплін: вікова фізіологія та

валеологія, безпека життєдіяльності, основи медичних знань та циклу природничих та психолого-педагогічних дисциплін. Особлива роль у валеологічній підготовці майбутніх вчителів відводиться віковій фізіології та валеології. Структура цієї дисципліни дозволяє формувати у студентів в процесі їх опанування засади здорового способу життя, розвитку в них творчого саногенного мислення, виховання свідомого та дбайливого ставлення до свого власного здоров'я та здоров'я дітей, набуття практичних валеологічних навичок та умінь. Під час практики у школі майбутні вчителі розробляють і проводять виховні заходи і уроки, присвячені формуванню ЗСЖ, профілактиці девіантної поведінки, вихованню культури міжстатевих стосунків.

Вагомим у процесі валеологічного виховання та формування готовності майбутніх учителів до такої діяльності є постійне діагностування, що, з одного боку, зумовлено потребами контролю стану розв'язання проблеми, а з іншого, обґрунтуванням відповідних критеріїв і показників оцінки рівнів готовності до виховання в учнів ЗСЖ.

У процесі експериментальної роботи використано було комплекс методів, серед яких: анкетування, тестування, педагогічні спостереження, аналіз результатів творчої і практичної діяльності студентів, формувальний експеримент, статистичні вимірювання, моделювання педагогічних ситуацій. Вибір саме цих методів був пов'язаний з необхідністю отримання достовірної інформації, яка засвідчувала б рівень готовності майбутніх учителів до валеологічного виховання, динаміку змін, які відбулися завдяки упровадженню спецкурсу і рекомендованої методики і методичного забезпечення організації занять зі студентами, а також результативність в цілому моделі дидактичної системи для забезпечення формування готовності майбутніх учителів до валеологічного виховання учнів у сучасних загальноосвітніх навчальних закладах.

Одне із важливих завдань підготовчого етапу формувального експерименту полягало у тому, щоб при відборі контрольної та експериментальної груп визначити та порівняти стан готовності студентів до

валеологічного виховання школярів, що мало б засвідчити і констатувати зміни, які мали місце в результаті реалізації традиційного та інноваційного підходу у підготовці майбутніх учителів до валеологічного виховання школярів. До контрольної групи було введено 149 студентів, а до експериментальної – 138 студентів.

З урахуванням визначених нами критеріїв ми виокремили і обґрунтували три рівні готовності (високий, середній, низький) особистості майбутнього вчителя до валеологічної освіти та до передачі учням необхідних знань, умінь і навичок валеологічного змісту.

З метою отримання об'єктивних даних стосовно готовності майбутніх учителів до валеологічного виховання учнів, нами для кожного студента розраховувався коефіцієнт готовності (КГ) за формулою:  $КГ = \frac{КОБ}{МКБ}$ , де КОБ – кількість отриманих балів, МКБ – максимально можлива кількість балів. Якщо коефіцієнт КГ був у межах від 0,8 до 1,0 – рівень готовності вважався *високим*; від 0,4 до 0,7 – *середнім*; меншим за 0,4 – *низький рівень*.

У ході констатувального експерименту ми мали можливість визначити рівні готовності майбутніх учителів не лише з урахуванням окремих критеріїв та показників, але й у цілому, тобто на основі основних параметрів, які характеризують їх спроможність успішно реалізувати основні завдання валеологічного виховання в школі, що представлені у табл. 1.

*Таблиця 1*

Готовність майбутніх учителів до валеологічного виховання учнів (на початку формування експерименту)

Рівні готовності студентів	Експериментальна група		Контрольна група	
	Абс.	%	Абс.	%
Низький рівень готовності	59	42,7	71	47,65
Середній рівень готовності	67	48,6	64	42,95
Високий рівень готовності	12	8,7	14	9,4
Усього студентів	138	100	149	100

Як бачимо, студенти контрольної та експериментальної груп суттєво не відрізняються за показниками готовності до валеологічної освіти школярів, а

наявна відмінність лежить у межах 5% похибка, яка традиційно прийнята для педагогічних досліджень.

Оцінюючи *низький рівень готовності* студентів до валеологічного виховання в школі, що складало майже половину студентів (42,7% в експериментальній групі і 47,65% – у контрольній групі), ми виокремили від інших такі показники, як схильність до прийняття спонтанних рішень щодо валеологічного виховання учнів, схильність до епізодичної передачі дітям знання валеологічного змісту (наприклад: про інфекційні хвороби, що набули соціального значення). Одночасно встановлено, що представники цієї групи мали обмежений досвід практичної роботи та організації навчально-виховних заходів взагалі, і безперечно недостатньо володіли уміннями організації заходів валеологічної спрямованості (проведення тренінгів, ділових, рольових ігор та інших інноваційних технологій). У своїх діях і спробі педагогічного впливу ці студенти намагалися впливати на процес формування культури здоров'я учнів, але це мало сприяло позитивному розв'язанню завдань валеологічного виховання.

Відчутним у цієї групи студентів був дефіцит валеологічних знань. Студенти з низьким рівнем готовності ілюстрували недостатній рівень знань з основ валеології (не знали як негативно впливають на серцево-судинну систему гіподинамія, нераціональне харчування, стреси та шкідливі звички), не володіли необхідною інформацією про закономірності розвитку та росту дітей шкільного віку (слабо уявляли фізичний та психічний розвиток дитини, акселерацію, «шкільний стрес» як один із основних факторів зниження рівня здоров'я учнів), могли розповісти лише про окремі аспекти розвитку здоров'я людини та наголосити лише на окремих способах розв'язання актуальних проблем валеологічного спрямування. Такий стан свідчив про те, що у професійній підготовці студенти ще не отримали необхідного обсягу валеологічних знань, не усвідомили достатньою мірою сутність валеологічних проблем, які їм треба буде вирішувати у навчально-виховній роботі з учнями.

Серед іншої виокремленої нами групи студентів виділено 42,95% (КГ) та відповідно 48,6% (ЕГ) студентів, які відповідали показникам середнього рівня готовності до валеологічного виховання учнів. Ці групи студентів були зорієнтовані на позитивне вирішення актуальних завдань, що пов'язані з охороною та збереженням здоров'я учнів. Однак, вони спроможні були розповісти учням лише про окремі аспекти розвитку здоров'я, розкрити лише окремі способи розв'язання важливих валеологічних завдань (загально зміцнювальний вплив фізкультури, рухливих ігор та вплив загартування на здоров'я молоді). Студенти цієї групи мали можливість розкривати окремі питання, як соціальні та психофізіологічні причини вживання наркотичних речовин, шляхи профілактики різних форм девіантної поведінки, здатні впливати на емоційно-чуттєвий, інтелектуально-понятійний та діяльнісний досвід учнів стосовно збереження здоров'я, формування культури здоров'я і здорового способу життя.

Одночасно, ми встановили, що лише 9,4% студентів контрольної та 8,7% студентів експериментальної групи виявили **високий рівень готовності** до валеологічної діяльності, що відрізнялися усвідомленням необхідності дотримання комплексної програми дій щодо валеологічного виховання учнів, показали уміння системно передавати учням знання валеологічного змісту, виявили спроможність впливати на розвиток не лише окремих параметрів культури здоров'я учнів, а й здатні вирішувати питання, що охоплюють низку найважливіших проявів здоров'я, зокрема основних його складових: фізичне, психічне і духовне здоров'я учнів, наприклад, валеологізація навчального процесу, новітні освітні технології.

Ці студенти були готові спиратися на різні джерела з тим, щоб забезпечити ефективне вирішення питань валеологічного виховання школярів і не залишалися просто виконавцями вже готових й апробованих методичних порад та рекомендацій, які у них вже є і проаналізовані та обговорені на заняттях. Їхня педагогічна діяльність характерна була постійним творчим

пошуком, вони виявляли ініціативу, цікавилися новими і більш ефективними методиками і технологіями успішного розв'язання валеологічних завдань.

Таким чином, у процесі констатувального експерименту були отримані вагомі результати, що з *одного боку*, дозволили охарактеризувати розроблені і запропоновані нами критерії і рівні готовності майбутніх учителів до валеологічного виховання школярів і дати оцінку показникам тих рівнів, за якими ми планували оцінити ефективність створеної нами моделі дидактичної системи підготовки та педагогічних умов успішної її реалізації у процесі формування готовності майбутніх учителів до виховання у школярів ЗСЖ і культури здоров'я. З *другого боку*, ми з'ясували особливості та існуючий стан підготовки студентів до валеологічного виховання учнів. Виокремлення студентів із низьким, середнім та високим рівнем готовності до валеологічного виховання засвідчило, що у педагогічних ВНЗ підготовка таких фахівців має невикористані резерви, які важливо вивчити і використати з метою покращення професійної підготовки майбутніх учителів усіх спеціальностей до валеологічного виховання учнів основної і старшої школи.

*Основний етап формувального експерименту* передбачав: формування у студентів необхідних валеологічних знань різними засобами; стимулювання мотивації і потребу у студентів до видів педагогічної діяльності, які обумовлені особливостями і потребами виховної роботи в школі і є найбільш характерними для валеологічної освіти; домогтися успішної реалізації у навчальному процесі комплексної програми підготовки майбутніх учителів до валеологічного виховання учнів.

Вирішення цих завдань передбачало передачу студентам необхідних знань валеологічного змісту; важливо було також зацікавити студентів і мотивувати у них потребу додатково опанувати нову навчальну інформацію, яка є специфічною для їхньої майбутньої діяльності, але разом з тим є досить важливою і необхідною у зв'язку із педагогічною виховною роботою в сучасній школі; доцільно було врахувати рівень методичної підготовки майбутніх учителів, їхнє уміння приймати ефективні рішення для розв'язання різних

проблем у поєднанні сучасних інноваційних педагогічних технологій, включаючи і інформаційно-комп'ютерні технології навчання, їхню готовність до запровадження різних засобів у навчально-виховному процесі.

*Підсумковий етап формувального експерименту* нашого дослідження передбачав визначити стан готовності до валеологічного виховання студентів контрольної та експериментальної групи, порівняти кількісні та якісні показники і зробити відповідні висновки щодо ефективності запропонованої моделі дидактичної системи і педагогічних умов її реалізації. При цьому важливо виявити динаміку готовності майбутніх учителів до валеологічного виховання, яку вдалося зафіксувати для студентів контрольної та експериментальної групи, дослідити ті зміни, які відбулися завдяки упровадженню нових педагогічних рішень (зокрема спецкурсу та методичних посібників для реалізації запропонованої методики його проведення).

З метою одержання вагомих і переконливих даних нами було: здійснено тестування студентів контрольної та експериментальної групи; виокремлені результати, що характеризують готовність студентів до валеологічного виховання; визначені рівні готовності студентів експериментальної і контрольної груп до валеологічного виховання; виконано порівняння отриманих результатів та виявлено динаміку готовності до валеологічного виховання студентів контрольної та експериментальної груп. Отримані експериментальні дані відображені у таблиці 2.

*Таблиця 2*

Готовність майбутніх учителів до валеологічного виховання  
учнів (за даними формувального експерименту)

Рівень готовності	На початку експерименту				Після завершення експерименту			
	Експериментальна група		Контрольна група		Експериментальна група		Контрольна група	
	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%
Низький	59	42,7	71	47,65	12	8,7	56	38,4
Середній	67	48,6	64	42,95	88	63,8	72	49,3
Високий	12	8,7	14	9,4	38	27,5	18	12,3
Всього студентів	138	100	149	100	138	100	146	100

Аналіз результатів, що містяться у таблиці 2, дають можливість констатувати наступне. Свою готовність до програмно-цільової організації



валеологічного виховання на основі комплексної програми в експериментальній групі (ЕГ) виявило 27,5% студентів, у той час, як у контрольній групі (КГ) цей показник становить 12,3%, що дає коефіцієнт зростання цього показника:

$$\text{для КГ: } k_k = \frac{12,3}{9,4} = 1,3; \quad \text{для ЕГ: } k_e = \frac{27,5}{8,7} = 3,16;$$

а у кінцевому варіанті  $n_e = \frac{k_e}{k_k}$ , де  $k_k$  – зростання показника для контрольних груп, а  $k_e$  – відповідне зростання цього показника для експериментальних груп. Тоді матимемо динаміку росту показника з даного аспекту готовності майбутніх учителів до валеологічної освіти учнів:  $n_e = \frac{k_e}{k_k} = 2,4$ , що кількісно більше, ніж удвічі.

Результати одночасно свідчать про збільшення кількості студентів, що мають середній рівень готовності до валеологічного виховання учнів. Тут маємо наступне співвідношення:

$$\text{для КГ: } k_k = \frac{49,3}{42,95} = 1,15; \quad \text{для ЕГ: } k_e = \frac{63,8}{48,6} = 1,3$$

Тоді коефіцієнт зростання цього показника на середньому рівні готовності майбутніх учнів до валеологічної освіти становитиме:

$$n_c = \frac{k_e}{k_k} = \frac{1,3}{1,15} = 1,14$$

Зазначимо, що така динаміка у результаті експериментальної перевірки ефективності моделі дидактичної системи та педагогічних умов ефективної її реалізації здійснюється за рахунок зменшення тієї частини студентів контрольної та експериментальної групи, які мали низький рівень готовності до валеологічного виховання учнів. Оскільки мова йде про зменшення цього показника, то для кількісної оцінки скористаємося співвідношенням початкових результатів до кінцевих для обох груп:

$$\text{для КГ: } k_k = \frac{47,65}{38,4} = 1,24; \quad \text{для ЕГ: } k_e = \frac{42,7}{8,7} = 4,9$$

За цих обставин динаміка у зменшенні характерна коефіцієнтом:

$$n_n = \frac{k_e}{k_k} = \frac{4,9}{1,24} = 3,96$$

Виявлені в ході експерименту зміни доцільно графічно екстраполювати співвідношеннями кінцевих результатів під час формувального експерименту, порівнюючи графічно результати, одержані в ЕГ до результатів в КГ. Тоді ми можемо встановити, у скільки разів збільшилася кількість студентів в ЕГ до кількості студентів в КГ для кожного рівня і показати цей результат у вигляді тангенса кута  $\text{tg}\alpha$ , що ілюструє рис. 1.

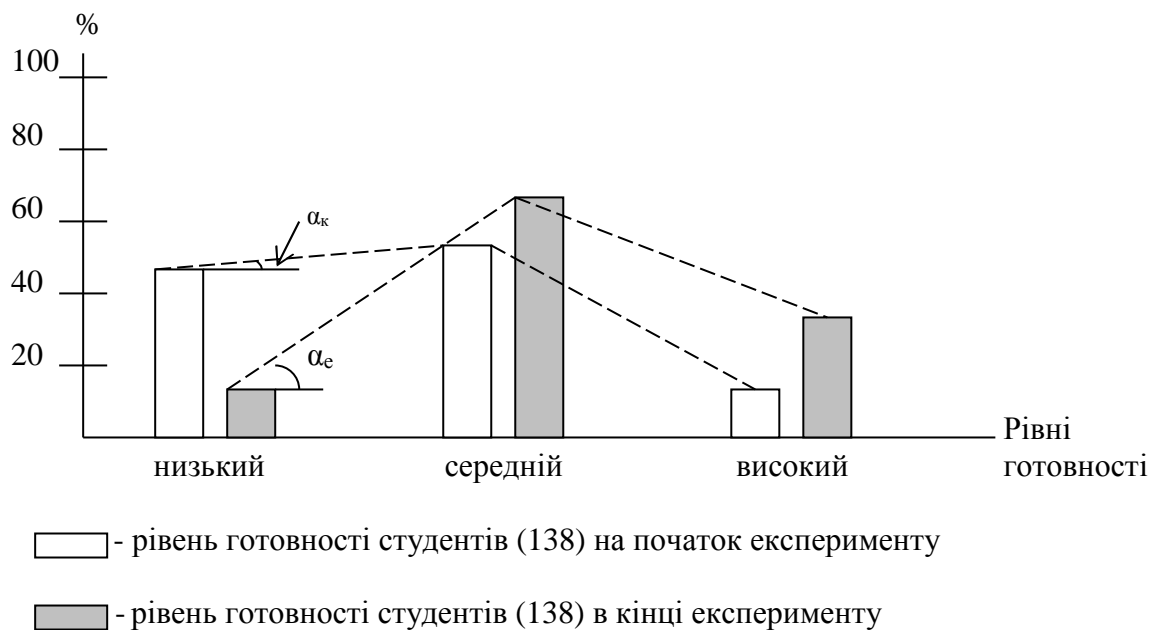


Рис. 1. Результати співвідношення кінцевих результатів під час експерименту в експериментальній групі і контрольній групі студентів

**Висновки.** Отримані результати та їх аналіз дозволяє констатувати, що відбулися позитивні зміни з основних показників рівнів готовності студентів ЕГ у порівнянні з КГ до валеологічного виховання та в цілому у підготовці майбутніх учителів до валеологічного виховання школярів. Переважна більшість студентів експериментальної групи засвідчили показники високого та середнього рівня; суттєво зменшилося число тих студентів, хто виявляв недостатню готовність до успішного вирішення зазначених питань валеологічного напрямку у навчально-виховному процесі сучасної школи.

Таким чином, проведений експеримент щодо підготовки майбутніх учителів до валеологічного виховання учнів, дозволив зробити висновок про те,

що створюючи зазначені умови, вища педагогічна школа отримує достатні можливості для позитивного вирішення питань валеологічної освіти та виховання молодого покоління у різних середніх загальноосвітніх навчальних закладах, а майбутні учителі за цих обставин можуть по праву поповнювати число високоосвічених фахівців з валеологічного напрямку діяльності у сучасному суспільстві і успішно розв'язувати питання, пов'язані із формуванням у школярів культури здоров'я та здорового способу життя.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Гончаренко М.С. Стан та перспективи валеологічного виховання у сучасній школі / [М.С. Гончаренко, Н.О. Березіна, С.В. Кіреленко та ін.] // Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку: Матеріали міжнар. наук.-практ. конф. – Х., 2003. – С. 6 – 32.
2. Гриньова М.В. Методика викладання валеології: навч.-метод. посіб / М.В. Гриньова. – Полтава: АСМІ, 2003. – 220 с.
3. Жабокрицька О.В. Педагогічні умови виховання основ здорового способу життя підлітків у позакласній діяльності: дис. ... кандидата пед. наук: 13.00.07 / Оксана Валентинівна Жабокрицька. – Київ, 2003. – 260 с.
4. Оржеховська В.М. Превентивна педагогіка: Науково-методичний посібник / АПНУ, Інститут проблем виховання. – Ізмаїл, 2006. – 263 с.
5. Рибалка О.Я. Підготовка сучасного валеологічно орієнтованого педагогічного працівника / О.Я. Рибалка // Вісник Харківського національного університету ім. В.Н. Каразіна. – Харків, 2008. – № 799. – С. 80–84.
6. Самойлова Н.В. Розвиток валеологічної компетентності студентів у процесі навчання безпеки життєдіяльності: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук. – Харків, 2011. – 19 с.
7. Скороход Т.В. Методика організації і проведення занять зі спецкурсу «Формування культури здоров'я молоді у підготовці майбутніх учителів

природничих дисциплін»: навч.-метод. видання / Т.В. Скороход. – Кіровоград: РВВ КДПУ ім. В. Винниченка, 2009. – 148 с.

8. Страшко С.В. Шляхи впровадження галузевого стандарту вищої освіти бакалавра за спеціальністю «Валеологія» / С.В. Страшко, Л.А. Животовська // Проблеми освіти: наук-метод. зб. – К.: Інститут інноваційних технологій і змісту освіти, 2006. – Вип. 49. – С. 3–9.
9. Філіпп'єва О.А. Підготовка майбутніх учителів до валеологічного виховання молодших школярів: метод. посіб. / О.А. Філіпп'єва. – Херсон: Атлант, 2006. – 100 с.

### **ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ**

***Скороход Володимир Михайлович** – кандидат медичних наук, професор, завідувач кафедри медико-біологічних основ та фізичної реабілітації Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка.*

***Руденко Тетяна Володимирівна** – кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри медико-біологічних основ та фізичної реабілітації Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка.*