

11. Остапеч А. А. Могучее средство развития личности / А. А. Остапеч. – М. : Агентство ДОК, 1994. – 98 с.

12. Ткаченко Ю. Від туризму до здоров'я. / Ю. Ткаченко // Здоров'я та фізична культура – 2006. – № 26. – С. 5 – 7.

РЕЗЮМЕ

А. И. Подлужняк, И. А. Шемчак. Влияние занятий туризмом студентов высших учебных заведений на формирование здорового образа жизни.

Поддержание организма на высоком функциональном уровне при занятиях туризмом является необходимым условием укрепления здоровья и стимуляции иммунитета. Спортивно-оздоровительный туризм рассматривается не только как специфический вид деятельности, но и как средство эффективной реализации формирования здорового образа жизни студенческой молодежи.

Ключевые слова: туризм, здоровый образ жизни, физическое воспитание, средства оздоровления.

SUMMARY

O. Pydlugniak, I. Shemchack. How the tourism influences on the student 's opinion about healthy lifestyle.

Maintenance of organism at high functional level by tourism, is the necessary condition of strengthening of health and stimulation of immunity. Sporting health tourism is examined not only as a specific type of activity but also as a mean of effective realization of a healthy lifestyle of student young people .

Key words: tourism, healthy lifestyle, physical culture, the restore.

УДК 378.17:378.113.2:378.4:37

О. Л. Ткаченко

Сумський обласний інститут
післядипломної педагогічної освіти

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЛЬНА ДІЯЛЬНІСТЬ КАФЕДРИ ЯК БАЗОВОГО СТРУКТУРНОГО ПІДРОЗДІЛУ ВИЩОГО НАВЧАЛЬНОГО ПЕДАГОГІЧНОГО ЗАКЛАДУ

У статті визначені й теоретично обґрунтовані основні напрями здійснення здоров'язберігаючої діяльності кафедрою вищого навчального педагогічного закладу; розкрита роль та значення наукової лабораторії кафедри зі здоров'язбереження.

Ключові слова: кафедра вищого навчального педагогічного закладу, здоров'язбереження, здоров'язберігаюча діяльність у навчальних закладах.

Постановка проблеми. Збереження здоров'я людства є одним із першочергових завдань, вирішення якого потребує комплексного підходу до всіх сфер життєдіяльності людини. Запити українського суспільства й освітянської громади пов'язані зі збереженням здоров'я учня, студента, вчителя, викладача. Реалії сьогодення показують їх фізичне й емоційне перевантаження, виконання великої кількості соціальних ролей, відсутність

комфортного мікроклімату навчально-виховного процесу, а іноді й матеріальних умов тощо.

Навчально-виховний процес освітніх закладів потребує розробки і впровадження науково обґрунтованих здоров'язберігаючих, здоров'язміцнюючих та здоров'яформуючих освітніх технологій. Вирішенням існуючої проблеми займаються на всіх освітянських рівнях.

Діяльність вищих навчальних закладів із формування здорового способу життя має включати не лише інформування про шляхи і засоби збереження і зміцнення здоров'я, а й закріплення механізмів конкретних життєвих навичок і моделей здоров'язберігаючої поведінки студентів і викладачів. Вважаємо, що позитивному розвитку зазначеного напрямку сприятиме дослідження ролі, значення та напрямів здоров'язберігаючої діяльності кафедр вищих навчальних педагогічних закладів як базових структурних підрозділів.

Аналіз актуальних досліджень з питань здоров'язбереження в навчальних закладах виявив його актуальність і розробленість [2; 4; 5; 6]. Науково-теоретичними обґрунтуваннями розробки і впровадження здоров'язберігальних, здоров'язміцнюючих та здоров'яформуючих заходів в навчальні заклади різних рівнів займаються О. Аксьонова, Т. Бережна, Т. Бойченко, Е. Булич, І. Волкова, М. Гончаренко, О. Дубровкіна, О. Міхеєнко, І. Мурашов, І. Петренко, В. Оржеховська та багато інших науковців і практиків. Проте дослідженням проблем здоров'язбереження у вищих навчальних закладах (мова не йде про навчальні підручники і посібники з валеології тощо) присвячена менш значна кількість наукових праць, особливо це стосується освіти дорослих, і, зокрема, педагогів – учителів та викладачів.

Так, І. Волковою здійснено моніторинг підвищення компетентності педагогічних працівників з питань формування здорового способу життя в системі післядипломної освіти [6, 40–44], М. Гриньовою досліджуються питання емоційного вигорання педагогів, Г. Латіною та Т. Гортинською проаналізований функціональний стан серцево-судинної системи вчителів різної педагогічної кваліфікації [6, 187–193], В. Оржеховською розроблена стратегія педагогіки здорового способу життя [4]. Усе це свідчить про різноманітність і різноплановість теоретичних і практичних досліджень питань здоров'язбереження в сучасній освітянській системі.

Наукові пошуки привели нас до необхідності визначення й обґрунтування основних напрямів здоров'язберігаючої діяльності у вищих навчальних педагогічних закладах. Відповідно до ст. 30 Закону України «Про вищу освіту» [1, 7], базовим структурним підрозділом вищого навчального закладу, що проводить навчально-виховну і методичну діяльність з однієї або кількох споріднених спеціальностей, спеціалізацій чи навчальних дисциплін і здійснює наукову, науково-дослідну та науково-технічну діяльність за певним напрямом є кафедра.

Метою статті – теоретично обґрунтувати основні напрями здоров'язберігаючої діяльності кафедр вищих навчальних педагогічних закладів.

Виклад основного матеріалу. Безпосередніми виконавцями навчальної, наукової, методичної та організаційної роботи кафедри є науково-педагогічні працівники – особи, які за основним місцем роботи професійно займаються педагогічною діяльністю в поєднанні з науковою та науково-технічною діяльністю. Відповідно до ст. 51 Закону України «Про вищу освіту» [1, 11] саме вони зобов'язані постійно підвищувати професійний рівень, педагогічну майстерність, наукову кваліфікацію; забезпечувати високий науково-теоретичний і методичний рівень викладання дисциплін у повному обсязі освітньої програми відповідної спеціальності; дотримуватися норм педагогічної етики, моралі, поважати гідність осіб, які навчаються у вищих навчальних закладах, дотримуватися законів, статуту та правил внутрішнього розпорядку вищого навчального закладу.

Іншою стороною відповідального виконання покладених на викладачів обов'язків є значне навчальне навантаження, потужний обсяг різноманітної інформації, практична відсутність зміни розумового напруження відпочинком, фізичною працею чи прогулянками свіжим повітрям, заняттями фізкультурою та спортом, що призводять до порушення стану здоров'я та зниження працездатності. На особливу увагу заслуговують результати проведеного нами анкетування науково-педагогічних працівників Сумських вищих педагогічних навчальних закладів – Сумського державного педагогічного університету імені А.С.Макаренка і Сумського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти. В анкетуванні брали участь 73 педагоги.

Анкета містила низку простих запитань: 1. Ви часто виконуєте фізичні вправи чи фізичну зарядку (щоденно, 1-2 рази на тиждень, інколи, майже ніколи). 2. Ви відвідуєте фітнес-центр, басейн, спортзал, клуби йоги тощо (щоденно, 1–2 рази на тиждень, інколи, майже ніколи). 3. Ви берете участь у колективних спортивних, суспільних культурних і мистецьких заходах (1–2 рази на місяць, щомісяця, раз на півроку, майже ніколи). 4. Ви слідкуєте за раціоном харчування – власним чи родини (ретельно; приблизно дотримуюсь; намагаюся, але не виходить; не звертаю уваги). 5. Ви маєте шкідливі звички – куріння, зловживання алкогольними напоями, ненормативна лексика тощо (маю і мені це приносить задоволення; маю, але намагаюся позбавитися; майже ні; ні). 6. Ви слідкуєте за своїм зовнішнім виглядом (ретельно; намагаюся, але не завжди виходить; намагаюся слідувати завжди не звертаю уваги). 7. Ваше ставлення до власного здоров'я (слідкую ретельно; намагаюся слідувати завжди; сліdkую, коли захворюю; не звертаю уваги).

Результати проведеного анкетування показали, що елементарних правил здоров'язбереження педагоги часто не дотримуються. Серед основних причин, у процесі інтерв'ювання були зазначені – відсутність мотивації й заохочення, низький матеріальний статок, утомля і виснаження на роботі, лінощі і бажання відпочити у спокої, відсутність організації і проведення спеціальних заходів для науково-педагогічних працівників тощо.

Звідси стають зрозумілими представлені статистичні дані стосовно захворюваності педагогів [6, 189–191]. Вирішення цієї проблеми значною мірою залежить від оптимізації видів діяльності протягом робочого часу, створення сприятливих умов для трудової діяльності та відпочинку в межах та поза межами навчального закладу. З огляду на це, здоров'язберігаюча діяльність кафедри вищого навчального закладу має бути взаємопов'язаною з особистісною здоров'язберігаючою діяльністю викладачів, і максимально сприяти забезпеченню належних фізичних і розумових умов праці й відпочинку.

Застосування холістичного підходу до процесів здоров'язбереження [4, 21–29] дозволяє нам визначити один з найбільш пріоритетних напрямів здоров'язберігаючої діяльності кафедри вищого навчального закладу – всебічне сприяння теоретичному і практичному забезпеченню формування

здорового способу життя викладачів кафедри. До основних заходів відносимо такі.

- Зміцнення бази знань викладачів кафедри з теорії та методики формування здорового способу життя.
- Формування та вдосконалення професійних умінь та навичок моделювання і проектування здоров'язберігальних технологій.
- Конструювання стійких мотивацій викладачів кафедри до особистісної і колективної здоров'язберігаючої діяльності.
- Створення позитивного психологічно комфортного клімату співпраці колективу викладачів кафедри.

Одним з напрямів вирішення здоров'язберігаючої діяльності кафедри вищого навчального закладу є також здійснення навчальної просвітницької роботи викладачами кафедри зі студентами чи слухачами курсів стосовно збереження здоров'я.

Вважаємо, що практично забезпечити виконання цього завдання доцільно за допомогою методів навчання у сфері профілактики та формування здорового способу життя, запропоновані Т. Бойченко [7, 7–14]: пряме навчання – міні-лекція, показ / демонстрація, опитування, використання інших джерел інформації; непряме навчання – авторське місце, вивчення окремих життєвих ситуацій, концептуальна карта (опорна схема), обговорення; взаємодіюче навчання – мозковий штурм, співпрацюючі навчальні групи, дебати, інтерв'ю, обговорення/дискусія, сфера знань, рольові ігри, консультативна група; самостійне навчання – доповіді/повідомлення, дослідницькі проекти тощо.

Здійснювати здоров'язберігаючу діяльність у зазначеному напрямі можна організацією і проведенням спеціальних лекцій, консультацій, розробляючи і впроваджуючи спеціальні курси для студентів і слухачів-учителів. Сьогодні в Україні організовують і проводять спеціальні курси за тренінговою програмою «Школа проти СНІДу», «Експрес-курси з основ здоров'я» за методикою формування життєвих навичок тощо.

Оскільки велике значення для здоров'я і активного довголіття має творча праця, яка стимулює центральну нервову систему, створює оптимістичний радісний настрій, вважаємо, що застосування психосоматичного підходу для надання можливості викладачам самореалізовуватися і самовиражатися через обрані ними індивідуальні науково-методичні теми досліджень є надзвичайно доцільним.

Науково-методична діяльність кафедри і її тематика необов'язково, але також може бути пов'язана з питаннями здоров'язбереження, що сприятиме об'єднанню зусиль викладачів кафедри. Науково-дослідні і моніторингові заходи можна здійснювати й через створення наукових лабораторій. Так, з цією метою на кафедрі методики початкової та природничо-математичної освіти Сумського ОІППО було створено лабораторію «З проблем здоров'язберігаючої діяльності в навчальних закладах». Метою діяльності лабораторії було визначено професійну підготовку педагогів до організації й проведення в освітніх закладах здоров'язберігаючої діяльності, яка включає просвітницьку та превентивну роботи зі здоров'язбереження та формування навичок здорового способу життя; розробку наукового, методичного та організаційного супроводу здоров'язберігаючої діяльності в системі дошкільної, загальноосвітньої, професійно-технічної, вищої та післядипломної освіти.

Основними завданнями діяльності лабораторії є: наукова і методична підготовка педагогічних кадрів до здоров'язберігаючої діяльності в закладах освіти; організаційна робота з проблем здоров'язбереження в навчальних закладах Сумської області; підготовка вчителів до викладання інтегрованого предмету «Основи здоров'я»; методична підготовка вчителів до роботи в національних та обласних педагогічних програмах з проблем здоров'язбереження; координація обласної мережі Шкіл сприяння здоров'я. Розроблена структура взаємозв'язків лабораторій доволі розгалужена».

Одним з найбільш масштабних видів діяльності лабораторії у 2009 році були організація та проведення обласного конкурсу-захисту сучасної моделі навчального закладу – Школи сприяння здоров'ю 2009 року (27 закладів), подання матеріалів на Всеукраїнський етап конкурсу, узагальнюючий обласний семінар «Діяльність закладів освіти як Шкіл сприяння здоров'ю» [8].

Організація фізкультурно-оздоровчої, культурно-мистецької діяльності кафедри є однією зі складових здоров'язберігальної діяльності кафедри.

Для розуміння необхідності реалізації цього напрямку необхідне глибоке осмислення та усвідомлення використання науково-практичного досвіду вітчизняних педагогів, звернення до національних та історичних

джерел теорії здоров'язбереження та практики ВНЗ. Так, можна звернутися до позитивного досвіду організації і проведення спортивних, мистецьких, культурних змагань між викладачами кафедр і факультетів вищих педагогічних навчальних закладів Радянського Союзу. Ознайомлення з інформацією, представленою на сайтах вищих педагогічних навчальних закладів України, її аналіз показали, що серед низки представлених загальноуніверситетських та інститутських навчальних, методичних, наукових і культурно-мистецьких заходів практично відсутні спортивно-змагальні заходи для науково-педагогічних працівників.

Висновки. Основними напрямками діяльності кафедри зі здоров'язбереження є такі.

- Сприяння теоретичному і практичному забезпеченню формування особистісного здорового способу життя викладачів.
- Здійснення навчальної просвітницької роботи викладачами кафедри стосовно збереження здоров'я зі студентами чи слухачами курсів.
- Науково-методична діяльність кафедри і її тематика може бути пов'язана з питаннями здоров'язбереження. Науково-дослідні і моніторингові заходи можуть здійснюватися через створення відповідних наукових лабораторій.
- Організація фізкультурно-оздоровчої, культурно-мистецької діяльності кафедри.

ЛІТЕРАТУРА

1. Закон України «Про вищу освіту» // Урядовий кур'єр «Орієнтир». – 15 травня 2002 р. – № 86. – 15 с.
2. Концепція формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у дітей та молоді: Наказ МОН України від 21 липня 2004 р. № 605 // Завуч (Шкільний світ). – 2004. – № 28. – С.25–28.
3. Міхеєнко О. І. Валеологія: Основи індивідуального здоров'я людини : навчальний посібник / О. І. Міхеєнко. – Суми : ВТД «Університетська книга», 2009. – 400 с.
4. Оржеховська В. М. Стратегія педагогіки здорового способу життя // Все для вчителя. – 2006. – № 4 – С.19 – 28
5. Про затвердження заходів на виконання Державної програми «Репродуктивне здоров'я нації» на період до 2015 року: Наказ МОН України від 25 січня 2007 р. № 44 // Інформаційний збірник Міністерства освіти і науки України. – 2007. – № 7. – С. 3 – 6.
6. Формування здоров'я дітей, підлітків та молоді в умовах навчально-виховного закладу: Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції. – Суми: СумДПУ ім. А.С.Макаренка, 2006. – 383 с.
7. Формування навичок здорового способу життя молоді / Упоряд. А. Фломбойм. – К. : Шк. Світ, 2007. – 112 с.
8. Якою бути школі сприяння здоров'ю : [наук.-метод. мат. до семінару «Діяльність закладів освіти як Шкіл сприяння здоров'ю»] / Упоряд. В. М. Успенська. – Суми : Редакційно-видавничий відділ Сумського ОІППО, 2009. – 75 с.

РЕЗЮМЕ

Е. Л. Ткаченко. Деятельность кафедры как базового структурного подразделения высшего учебного педагогического учреждения по сохранению здоровья.

В представленной статье определены и теоретически обоснованы основные направления осуществления сохраняющей здоровье деятельности кафедрой высшего учебного педагогического учреждения; раскрыта роль и значение научной лаборатории кафедры в сохранении здоровья.

Ключевые слова: кафедра высшего учебного педагогического учреждения, сохранение здоровья, здоровьесберегающая деятельность в учебных учреждениях.

SUMMARY

Y. Tkachenko. The Chair health-care activity as the basic structural subdivision of the higher pedagogical institution.

In the given article the basic tendencies of the Chair health-care activities of the higher pedagogical institution are defined and theoretically grounded. The role and meaning of scientific laboratory of the Chair in health-care are revealed.

Key words: chair of the higher pedagogical institution, health-care, health-care activities in educational institutions.

УДК 371.135:159.923.2–057.87

М. Є. Троїцька

Сумський обласний інститут
післядипломної педагогічної освіти,

М. В. Борцова

Сумський обласний інститут
післядипломної педагогічної освіти

ПРОФЕСІЙНА ПЕДАГОГІЧНА САМОСВІДОМІСТЬ ЯК УМОВА РОЗВИТКУ ПОЗИТИВНОЇ Я-КОНЦЕПЦІЇ УЧНІВ

У статті проаналізовано проблему впливу Я-концепції педагога на розвиток особистості учня; визначено поняття «професійної педагогічної самосвідомості» учителя як одного з показників психологічного здоров'я, охарактеризовано її компоненти; розкрито складові Я-концепції педагога та їх значення у формуванні позитивної Я-концепції школяра.

Ключові слова: професійна педагогічна самосвідомість, психологічне здоров'я, Я-концепція, самооцінка, рефлексія.

Постановка проблеми. Глобальні перетворення, які відбуваються в усіх сферах соціального і духовного життя, гостро ставлять питання забезпечення психологічного здоров'я педагогів та учнів. Від учителя залежить перетворення свідомості покоління, що зростає. Він своїми діями, оцінками, світорозумінням відкриває для учнів існування соціального, духовного життя, можливості людини, її властивості і якості, особливості стосунків. У цей же час будь-якими учитель своїми діями з