

УДК 316.9:37.015.3 – 37.091.212

Редько Т.М.

## ЗДОРОВ'ЯРОЗВИВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНИХ УНІВЕРСИТЕТІВ

*Визначено, що на сьогодні актуалізується роль вищої школи як соціального інституту, який формує не тільки компетентного спеціаліста, але й повноцінну, здорову особистість. Збереження та розвиток здоров'я, формування здорового способу життя студентів має пріоритетне значення у сучасному суспільстві. Аналізуючи результати теоретичних напрацювань з цієї проблеми, дали змогу виявити низку суперечностей, вирішення яких можливо за допомогою розробки та застосування здоров'ярозвивальних технологій. Мета роботи полягає у теоретичному обґрунтуванні здоров'ярозвивальних технологій в процесі фізичного виховання студентів педагогічних університетів.*

**Ключові слова:** розвиток, здоров'я, здоров'ярозвивальні, технології, студенти.

### **Постановка проблеми та її зв'язок із важливими науковими та практичними завданнями.**

Здоров'я молоді є найважливішою складовою здорового потенціалу нації. Актуальність здорового способу життя викликана зростанням і зміною характеру навантажень на організм людини у зв'язку з ускладненням суспільного життя, збільшенням ризиків техногенного, екологічного, психологічного, політичного й військового характеру, що провокують негативні зрушення в стані здоров'я.

На сьогодні актуалізується роль вищої школи як соціального інституту, що формує не тільки компетентного спеціаліста, але і повноцінну, здорову особистість з такими сформованими якостями та властивостями особистості, як соціальна активність, орієнтація на здоровий спосіб життя, естетичні ідеали та етичні норми життя. Саме тому збереження та розвиток здоров'я студентів і формування у них здорового способу життя має пріоритетне значення у сучасному суспільстві.

Завдання збереження, зміцнення та розвитку здоров'я студентів регламентується та забезпечується такими важливими нормативно-правовими документами, як: Закон України "Про вищу освіту", "Про фізичну культуру і спорт", Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту, Концепція фізичного виховання в системі освіти України, Проект загальнодержавної цільової соціальної програми "Формування здорового способу життя молоді України" на 2013-2017 рр., Національна стратегія розвитку освіти України на 2012-2021 р.р. та інші. Офіційні державні документи ставлять за мету формування високорозвиненої, фізично здорової та духовно багаті особистості, здатної до творчого мислення та тривалої активної життєдіяльності, компетентної у застосуванні видів та форм рухової активності для ведення здорового способу життя.

Аналізуючи результати теоретичних напрацювань з цієї проблеми, дали змогу виявити низку суперечностей:

- між зростаючими вимогами суспільства до рівня професійного розвитку майбутнього вчителя та його невідповідністю в умовах демократичних перетворень і ринкової економіки;
- між соціальними вимогами до виховання здорових громадян України та недостатніми можливостями вищих навчальних закладів щодо їх ефективної, цілеспрямованої реалізації;
- між активним упровадженням в освіті новітніх технологій навчання та застарілою практикою фізичного виховання студентів.

Ці суперечності зумовили актуальність і доцільність теоретичного обґрунтування здоров'ярозвивальних технологій в процесі фізичного виховання студентів різних спеціальностей вищих педагогічних навчальних закладів.

Стаття написана відповідно до тем науково-дослідної роботи Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка "Дидактичні основи формування рухової функції осіб, які займаються фізичним вихованням та спортом" (№ 0108U000854), "Методичні засади професійної підготовки майбутніх вчителів фізичного виховання до формування здорового способу життя сучасної молоді" (№ 0110U000020) та "Педагогічні шляхи формування здорового способу життя школярів різних вікових груп" (№ 0112U0001072).

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблема здоров'я його розвитку, зміцнення та збереження досліджувалася науковцями різних галузей знань, зокрема: фізіологами В.М. Бехтеревим, М.О. Бернштейном [1], І.М. Сеченовим, О.О. Ухтомським; психологами В.В. Давидовим, Д.Б. Елько-

ніним, О.В. Запорожцем, В.П. Зінченко, О.М. Леонтьєвим та ін.; філософами В.П. Андущенком, Е.В. Ільєнковим, В.Г. Кремінем; педагогами, лікарями, теоретиками фізичної культури та спорту Е.А. Аркіним, С.У. Гончаренком, П.Ф. Лесгафтом; фахівцями у галузі біомеханіки і спортивної педагогіки О.А. Архиповим, С.В. Гаркушею [2], В.М. Зациорським, Д.Д. Донським [3], С.В. Дмитрієвим, А.М. Лапутіним [6], М.О. Носком [7] та ін.; педагогами з теорії та методики фізичного виховання В.Г. Ареф'євим, О.Д. Дубогай, Л.П. Суценко, О.В. Тимошенком та ін. А також педагогікою оздоровлення займався Ю.Ф. Змановський, розвивальним фізичним вихованням В.П. Казначєєв [4], Г.О. Калачев [5], А.Г. Щедрина [9] та ін.

Аналіз існуючих на сьогодні визначень "здоров'я" людини показав, що вони надзвичайно різноманітні, відображають різні цілі й підходи авторів до розуміння самої проблеми.

Також проблема взаємозв'язку освіти та здоров'я, створення безпечної педагогіки, що забезпечує гармонійний розвиток дітей, підлітків та молоді, недостатньо розроблена в науковому та практичному плані. Існують різні погляди щодо позитивного або негативного впливу тих чи інших методів навчання, виховання й розвитку здоров'я студентів.

У той же час, здоров'ярозвивальна освіта – молода галузь педагогіки, реалізація якої вимагає теоретичних пошуків і практичного експериментування.

**Мета роботи** полягає у теоретичному обґрунтуванні здоров'ярозвивальних технологій в процесі фізичного виховання студентів педагогічних університетів.

**Виклад основного матеріалу.** Різноманітність трактувань поняття "здоров'я" характеризує його як складне, багатозначне й неоднорідне явище. Але ми дотримуємося таких визначень, у яких йдеться про розвиток здоров'я.

Так, В.П. Казначєєв вказує на поняття "здоров'я" людини з позиції комплексного підходу. Він вважає, що здоров'я – "динамічний стан (процес) збереження й розвитку біологічних, фізіологічних і психічних функцій, оптимальної працездатності та соціальної активності під час максимальної тривалості активного творчого життя" [4].

За визначенням Г.О. Калачова, здоров'я – це комплексний і при цьому цілісний, багатовимірний динамічний стан, що розвивається в процесі реалізації генетичного потенціалу в умовах конкретного соціального та екологічного середовища, і дозволяє людині здійснювати його соціальні функції [5].

Більш точно про розвиток здоров'я висловлюється А.Г. Щедрина та пропонує таке формулювання: "Здоров'я – це цілісний багатомірний динамічний стан (включаючи позитивні та негативні показники), який розвивається в умовах конкретного соціального та екологічного середовища й дозволяє людині здійснювати її біологічні та соціальні функції" [9].

У сучасному розумінні здорова людина – та, яка "будує" своє здоров'я самостійно: ефективно справляється зі стресами, уміє попереджати й вирішувати конфлікти, ухвалює відповідні рішення, у першу чергу щодо себе самої, самовизначається в навколишньому світі, не просто пристосовується до існуючих зовнішніх умов, а осмислено їх перебудовує, тим самим покращуючи своє й суспільне здоров'я. Це розуміння поняття вказує на те, що сам термін "здоров'я" зв'язується з успішністю людини в сучасному світі, його безпосередньою участю в поліпшенні життя, з активною громадянською позицією щодо суспільних явищ, особистих проблем, зокрема свого здоров'я.

Вищевикладене доводить, що здорову особистість можна розглядати як процес безперервних змін, ніж сформовану фіксовану систему. Здоров'я – явище самостійне, багатопланове і може виглядати тільки як набір статичних показників, які отримані лише раз й назавжди.

У такому розумінні здоров'я студентів вимагає не стільки збереження, скільки цілеспрямованого розвитку, саморозвитку й виступає як важливе завдання кожного вищого навчального закладу. Через це стає актуальним побудова здоров'ярозвивальної освіти.

Нині багато вищих навчальних закладів звертають особливу увагу на здоров'ярозвивальні технології. Вони, усвідомивши власне призначення у вирішенні проблеми гармонійного розвитку студентів, експериментально, кожне по-своєму, відпрацьовують підходи до виявлення найбільш сприятливих умов і технологій здоров'ярозвивальної освіти.

В.В. Серіков визначає технологію як здоров'ярозвивальну педагогічну діяльність, що по-новому будує відносини між освітою і вихованням, з перекладом їх у рамки життєзабезпечуючого процесу, спрямованого на збереження і примноження здоров'я учасників цього процесу. Ці технології покликані забезпечити розвиток природних здібностей дитини: її розумові, моральні та естетичні почуття, потреби в діяльності, оволодінні початковим досвідом спілкування з людьми, природою, мистецтвом. Саме назва "здоров'ярозвивальні технології" підкреслює розвивальний, формувальний потенціал та функціонал освіти [8].

Нами побудований алгоритм (рис. 1) розробки здоров'ярозвивальних технологій, який складається з мети; конкретно поставлених завдань; модельних показників студентів (відповідно до їх розвитку рухових якостей, здоров'я та професійно-особистісних якостей, для того, щоб розвиток здоров'я був ефективний та цілеспрямований); принципів (загальнопедагогічних та специфічних); основних форм та методів застосування здоров'ярозвивальних технологій, а взаємодія всіх компонентів спрямована на конкретний результат, де головною ідеєю є розвиток здоров'я та підвищення якості життя студентів.

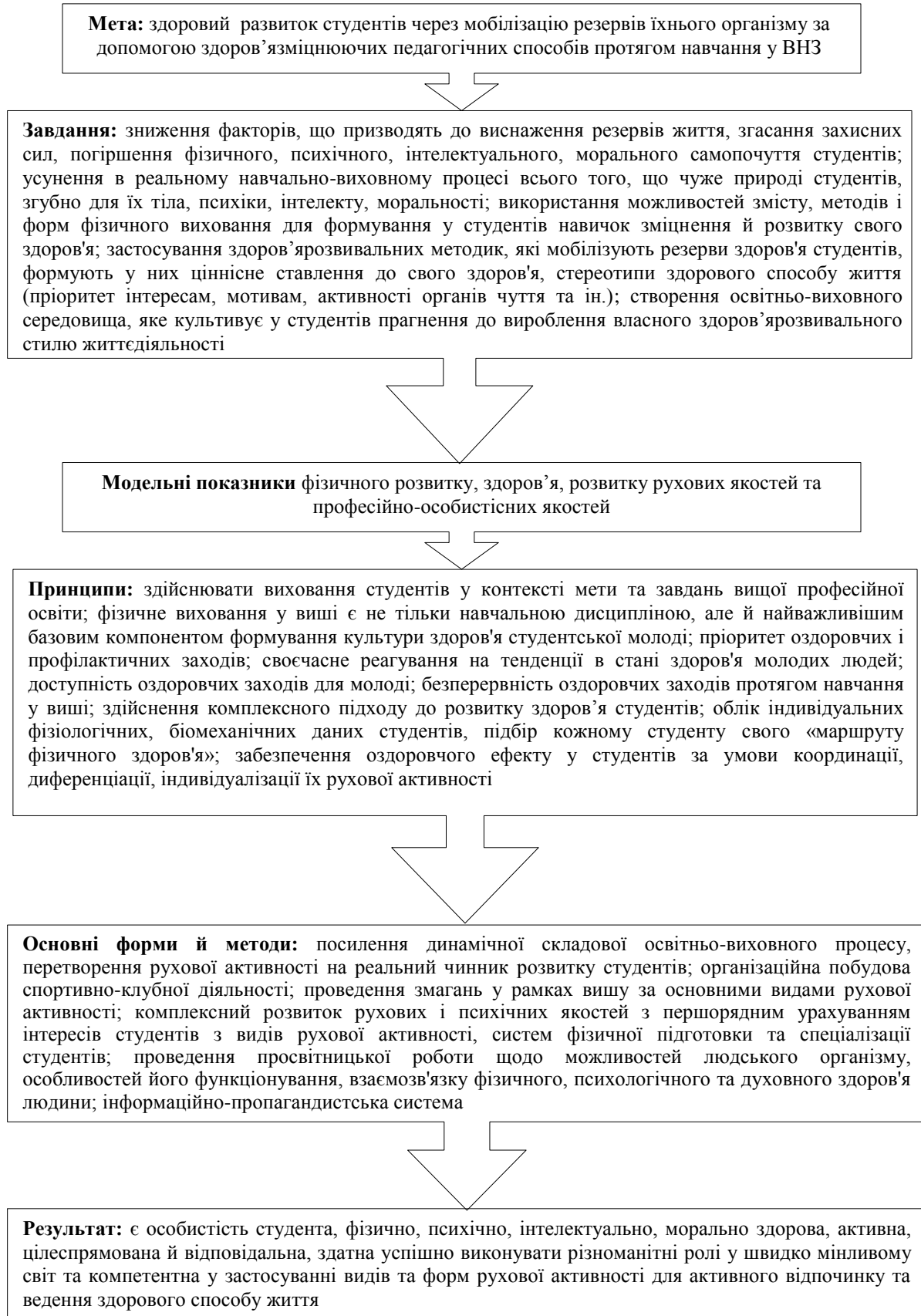


Рис. 1. Алгоритм розробки здоров'язрозвивальних технологій

**Висновки й перспективи подальших розвідок у цьому напрямі.** Отже, алгоритм розробки здоров'ярозвивальних технологій дасть можливість побудувати ефективну цілісну педагогічну модель здоров'ярозвивальних технологій студентів різних спеціальностей педагогічних вищих навчальних закладів, застосування яких у навчально-виховному процесі з фізичного виховання вирішить виявлені суперечності.

#### Використані джерела

1. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности / Н.А. Бернштейн. – М. : Медицина, 1966. – 349 с.
2. Гаркуша С.В. Теоретичні аспекти проблеми формування готовності майбутніх фахівців фізичного виховання до використання технологій збереження здоров'я / С.В. Гаркуша // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету / Черніг. нац. пед. ун-т ім. Т.Г. Шевченка. – Чернігів, 2013. – Вип. 113. – С. 171-173.
3. Зацюрский В.М. Биомеханика / В. М. Зацюрский, Д.Д. Донской // Учебник для ин-тов физ. культуры. – М. : Физкультура и спорт, 1979. – 264 с.
4. Казначеев В.П. Основы общей валеологии : учебное пособие / В.П. Казначеев. – М. : МОДЭК, 1997. – 48 с.
5. Калачев Г.А. Подготовка педагогов-валеологов актуальная задача образования / Г.А. Калачев // Валеологические аспекты образования. – Барнаул, 1996. – С. 84-85.
6. Лапутін А.М. Біомеханічні основи техніки фізичних вправ / А.М. Лапутін, М.О. Носко, В.О. Кашуба. – К. : Науковий світ, 2001. – 201 с.
7. Носко М.О. Теоретико-методичні аспекти зміцнення фізичного здоров'я учнівської та студентської молоді / М.О. Носко, С.С. Єрмаков, С.В. Гаркуша // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету. – Чернігів, 2010. – №. 76. – С. 243-247.
8. Сериков В.В. Образование и личность. Теория и практика проектирования педагогических систем / В.В. Сериков. – М.: Издательская корпорация "Логос", 1999. – 272 с.
9. Щедрина А.Г. Онтогенез и теория здоровья / А.Г. Щедрина. – Новосибирск: Наука. Сиб. Отд-ние, 1989. – 136 с.

*Redko T.*

#### HEALTH DEVELOPING TECHNOLOGIES IN THE COURSE OF PHYSICAL TRAINING OF STUDENTS OF PEDAGOGICAL UNIVERSITIES

*It is defined that the role of higher school as a social institute which forms not only a competent specialist but also mature, healthy personality becomes actual for today. Therefore preservation and development of health of students and formation of their healthy way of life prevails in modern society.*

*Analysis of results of theoretical groundwork in this problem gave a chance to render a number of inconsistencies: increasing requirements of society to the level of professional development of a future teacher and it's nonconformity in the conditions of democratic transformations and market economy; between social requirements to education of healthy citizens of Ukraine and insufficient possibilities of higher educational institutions concerning their effective, purposeful realisation; between active introduction of the newest technologies of training in education and out-of-date practice of physical training of students which caused an urgency of consideration of the given topic.*

*The analysis of existing definitions of health of a person showed that they are extremely different, display different purposes and approaches of authors to understanding of the problem. But we hold to such definitions of health which refer to its development.*

*The algorithm of health developing technologies is constructed and includes: aim, particularly set tasks; models of indicators of development of motive qualities, health and professional and personal qualities of a specialist; principles; basic forms and application methods of health developing technologies, and interaction of all the components directed on a particular result where the main idea is development of health and increase of professional and personal qualities of students.*

**Key words:** *development, health, health developing, technologies, students.*

*Стаття надійшла до редакції 19.09.2015 р.*