

УДК 37.013

ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ ДО ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ПЕДАГОГІВ З ПИТАНЬ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ

Сивохоп Ярослав Михайлович

м.Ужгород

В статті розкрито проблему підвищення кваліфікації педагогів з питань формування навичок здорового способу життя учнівської молоді. Визначено роль інститутів післядипломної освіти у цих процесах. Акцентується увага на проблемі погіршення стану здоров'я учнівської молоді. Визначено ефективні методи роботи зі слухачами. Показано роль та значення інтерактивних технологій, які використовуються в системі підвищення кваліфікації педагогів. Проаналізовано суть тренінгу формування здорового способу життя молоді як ефективної форми організації навчально-виховного процесу.

Ключові слова: здоров'я, здоровий спосіб життя, інтерактивні методи навчання, підвищення кваліфікації, тренінг, педагогічні умови, діти, підлітки.

У сучасних умовах розвитку освіти великого значення набуває процес формування в школярів ціннісного ставлення до власного здоров'я та здорового способу життя. Стан здоров'я населення – інтегральний індикатор загально - соціального благополуччя країни, відображення рівня і характеру її соціально-економічного розвитку і, в свою чергу, – могутній фактор формування демографічного, економічного і культурного потенціалів суспільства в контексті його стійкого розвитку.

За ряду несприятливих соціокультурних умов дитяче та підліткове середовище спрямоване на прилучення до нікотину, алкоголю, різноманітних наркотиків, що різко погіршує стан фізичного і психічного здоров'я підлітків. Наразі в Україні стан здоров'я населення, і молоді зокрема, викликає серйозну стурбованість. В перехідний період українського суспільства молоде покоління знаходиться в складній соціально-психологічній ситуації. В значній мірі зруйновані попередні, застарілі стереотипи поведінки, нормативні і ціннісні орієнтації. Молоді люди втрачають відчуття змісту того, що відбувається, і не мають відповідних життєвих навичок, які б дозволили зберегти свою індивідуальність і сформувати здоровий і ефективний стиль життя.

Гуманізація освіти, орієнтація на особистість дитини потребує турботи про її здоров'я. Важливою складовою ефективної системи освіти є забезпечення здоров'я дітей та їх здатності навчатися. При цьому посилюються вимоги до стану здоров'я дітей в умовах інтенсифікації освітніх програм, диференціації навчання, введення нових педагогічних технологій. Актуальність проблеми індивідуального і суспільного здоров'я молоді набула державного значення, бо саме молодь, як перспективна частина суспільства, розбудуватиме майбутнє. Проблема впровадження здорового способу життя в молодіжне середовище переходить до категорії таких, що визначають рівень національної безпеки держави.

На Україні за останні 10-15 років суттєво погіршилися показники здоров'я населення. Проблема здоров'я молоді є особливо актуальною внаслідок посилення впливу соціально-економічних

та соціально-культурних чинників. В учнівському середовищі відмічається тенденція до збільшення проявів негативної поведінки: тютюнопаління, вживання алкоголю, наркотичних речовин, ранніх статевих зв'язків. Як наслідок – збільшення різного виду захворювань, поширення ВІЛ-інфекції та хвороб, що передаються статевим шляхом, випадки ранньої вагітності.

Серед шкідливих звичок, які властиві учням, переважає тютюнопаління, на другому місці – вживання алкогольних напоїв. Переважна більшість опитуваних учнів негативно ставиться до вживання наркотиків. З огляду на вірогідність одержання правдивої відповіді щодо особистої пристрасті до шкідливих звичок учням було запропоновано назвати кількість знайомих, яким притаманні шкідливі звички. Серед причин, які спонукають дітей до тютюнопаління і вживання алкоголю, були названі переважно такі: це престижно і викликає повагу; всі так роблять, а з тих, хто відмовляється, насміхаються; підняти настрій, забути про неприємності; нудно, немає чим займатися.

Результати моніторингу дають підставу вважати за необхідне посилення уваги до питання формування навичок здорового способу життя в системі освіти.

На сьогоднішній день відчувається відсутність цілісної теорії формування здорового способу життя, системності і взаємозв'язку зусиль державних і громадських структур та організацій, в тому числі і в сфері післядипломної освіти.

Потенціал інститутів післядипломної освіти в зазначеній сфері діяльності, як правило, використовується не в повній мірі. Потребують оновлення зміст, форми, методи роботи, методичне забезпечення і вироблення критеріїв оцінювання процесу формування навичок здорового способу життя в умовах навчального закладу, підвищення кваліфікації педагогів, які працюють з учнями з вищенаведених питань.

В умовах, які склалися, особливо важливо навчити дитину саму піклуватися про своє здоров'я, сформувати у неї установку на підтримку власного здоров'я без використання медикаментів.

Для держави й суспільства економічно вигідніше боротися не з наслідками руйнування здоров'я населення, а докласти максимум зусиль для формування культури здоров'я, тобто насамперед через систему освіти й виховання впливати на умови формування, збереження і зміцнення здоров'я особистості, а отже, і підвищення рівня культури здоров'я дітей, учнівської молоді і всього населення [1].

Проте підготовка фахівців з питань формування навичок здорового способу життя учнівської молоді у вищій школі не проводиться. Має місце епізодична підготовка студентів на різних факультетах, через систему викладання спецкурсів чи практикумів. Отриманий досвід дає підстави вважати, що цього недостатньо. Як наслідок мало приділяється уваги питанням духовного, психічного й фізичного розвитку особистості, а так само її здоров'ю. Зо-

крема відсутня цілісна концепція підготовки педагогів до роботи з учнями з питань формування навиків здорового способу життя. Сучасний стан валеології може бути поданий як використання наукових знань, принципів для формування ставлення до проблем здоров'я особистості й суспільства в цілому. На сьогодні ця проблема вже не медична, а суспільно-політична, і до її вирішення необхідно залучити спеціально підготовлених фахівців [2].

За цих умов важливого значення набуває роль інститутів післядипломної освіти в підготовці педагогів, психологів, вихователів, соціальних педагогів до роботи в сфері первинної профілактики негативних проявів поведінки у підлітків. Цьому може сприяти створення при інститутах спеціалізованих підрозділів для вирішення цієї проблеми. Так в Закарпатському інституті післядипломної педагогічної освіти при кафедрі педагогіки, психології та теорії управління освітою створено інформаційно-просвітницький тренінговий центр, що здійснює підготовку педагогів-тренерів, котрі працюють з учнями в школах з питання формування навиків здорового способу життя. Центр також здійснює підвищення професійного рівня педагогів-предметників, практичних психологів та соціальних педагогів, котрі використовують в навчально-виховному процесі здоров'язбережувальні технології.

Оновлення освітнього процесу на всіх етапах навчання людини є невід'ємною частиною сьогоднішньої парадигми освіти. Система післядипломної педагогічної освіти також не може обійтись без оновлень різного роду.

Роль післядипломної освіти, як самостійної ланки освітнього психолого-педагогічного процесу, особливо зросла в умовах ринкових трансформацій українського суспільства. Зумовлено це тим, що державі в перехідний період потрібні висококваліфіковані, високоосвічені кадри для всіх ланок народногосподарського комплексу. Кожна людина в такій ситуації прагне до самоактуалізації і самореалізації, а отже, вона не може обійтись без самовдосконалення, неперервного підвищення кваліфікації, або ж отримання додаткової освіти. Суспільству, в цьому контексті, потрібні вчителі, які б сприйняли ринкові умови, адаптувалися до них і працювали на рівні вимог часу. Саме тому сучасна система післядипломної освіти педагогічних кадрів має ґрунтуватися на концепції неперервної освіти, яка прийнята за стратегічну в цивілізованих країнах світу. Принцип освіти упродовж всього життя для вкрай урбанізованого суспільства набуває з кожним роком все більшого практичного звучання. Сучасна всебічно розвинена особистість, і насамперед вчитель, змушена адекватно, на науково обґрунтованій основі, реагувати на всі виклики часу. Крім того, інформаційний бум сучасності ставить післядипломну освіту на особливе місце в системі неперервної освіти. Це пов'язано з тим, що професійна діяльність освітан ґрунтується на уже сформованих світогляді, структурах мислення, стереотипах дій, набутих у соціальному і особистому житті, які пораз негативно впливають на їх інноваційну діяльність. Тому основну роль підвищення кваліфікації слід відводити перебуванню в стереотипів діяльності і мислення педагогів, заміні негативних настанов та шаблонів [8].

Особливої уваги заслуговують інновації в інтерактивній технології роботи з слухачами курсів з питань формування навичок здорового способу життя. Активне впровадження інтерактивних форм роботи в процес підвищення кваліфікації працівників освіти допоможе вирішити цілий ряд проблем, а також підвищить якість післядипломної освіти в цілому.

Інтерактивні методи передбачають спільне навчання (навчання в співпраці): і ті, кого навчають, і педагог є суб'єктами навчання. При цьому ведучий виступає лише у ролі більш досвідченого організатора навчального процесу. Всі учасники процесу при цьому взаємодіють один з одним, обмінюються інформацією, моделюють ситуації, спільно вирішують проблеми.

Інтерактивне навчання - це така організація навчального процесу, під час якого практично всі учасники виявляються залученими в процес пізнання, мають можливість розуміти та рефлекс

увати з приводу того, що вони знають та думають. Самостійна діяльність учасників у процесі пізнання, засвоєння навчального матеріалу передбачає, що кожен вносить в нього свій індивідуальний внесок, йде активний обмін знаннями, ідеями, способами діяльності. При цьому відбувається це в атмосфері доброзичливості та взаємної підтримки, що не тільки дозволяє одержати нові знання, але і розвиває саму пізнавальну діяльність, переводить її на більш високий рівень кооперації та співпраці. Інтерактивна діяльність передбачає організацію і розвиток діалогового спілкування, яка веде до взаєморозуміння, спільного вирішення загальних, вагомих для кожного завдань. У ході діалогового навчання учасники вчать критично думати, вирішувати складні проблеми на основі аналізу ситуації та інформації, приймати продумані рішення, брати участь у дискусіях, спілкуватися з іншими. Для цього на заняттях організовується індивідуальна, парна та групова робота, дослідження проектів, творчі роботи, рольові ігри [7].

Останні дослідження щодо навичок здорового способу життя учнівської молоді дають підстави стверджувати про стійку тенденцію щодо теоретизації знань про здоров'я та здоровий спосіб життя. Так учні дають «правильні» відповіді, що вживати тютюн, алкоголь, наркотичні речовини – це погано, а вести здоровий спосіб життя – це «добре», проте мало хто реалізує це у повсякденному житті.

На нашу думку, педагоги недостатньо володіють спеціальними методами роботи з формування знань, умінь і навичок щодо збереження і зміцнення здоров'я підлітків, мало, а інколи не правильно використовують у цій роботі сучасні методи.

Доречною буде цитата Гудйонсона «Кожний, хто має певний досвід тренінгу в різних групах, знає, що ігри та вправи – інструменти, які можна використовувати досить невміло та неефективно, а іноді – зі шкідливими наслідками. Саме тому вирішальна умова використання інтерактивних методик – власний досвід участі в груповій динаміці самопізнання» [9].

Отже на даному етапі, в процесі підвищення кваліфікації вчителів, психологів, соціальних педагогів наша задача навчити їх ефективно використовувати у роботі з підлітками щодо питань формування навичок здорового способу життя саме інтерактивні методи навчання, як такі, які можуть не просто інформувати дитину, а й сприяти у формуванні цих навичок. Важливо дати можливість педагогам, перш ніж вони використають той чи інший метод, спробувати самим це зробити.

Серед великого набору інтерактивних технологій варто відмітити таку форму роботи як тренінги, які успішно використовуються у системі підвищення кваліфікації педагогів.

У педагогічному просторі не існує загальноприйнятого визначення поняття „тренінг”, що дає підстави для широкого тлумачення методу і позначення інколи цим терміном самих різних прийомів, форм, які використовуються в освітній практиці.

Дослівний переклад терміну „тренінг” (від англ. train, training) має ряд значень: виховання, тренування, дресирування. Подібна багатозначність притаманна і науковим визначенням тренінгу. Так, зокрема Л.А.Петровська дає наступне визначення тренінгу: «Це засіб впливу, спрямований на розвиток знань, соціальних установок, умінь і досвіду в галузі міжособистісного спілкування, засіб розвитку компетентності» [6]. Інше визначення пропонує Ю.Н.Ємельянов: „Тренінг – це група методів розвитку здібностей до навчання та оволодіння різними складними видами діяльності» [3]. Тренінг – це форма організації навчання, яка використовує інтерактивні методи навчання і дає можливість учасникам під час спілкування в комфортній емоційній атмосфері обмінюватися досвідом й знаннями з метою отримання нових знань та засвоєння навичок [4].

Тренінг, як форма організації навчально-виховного процесу, має свої особливості:

- дотримання певних принципів групової роботи;
- спрямованість на психологічну допомогу учасникам групи в

- саморозвитку, при цьому допомога надходить не тільки від ведучого групи, а й від самих учасників;
 - наявність більш-менш постійної групи з 8-16 учасників, що періодично збираються на зустрічі чи працюють безперервно протягом двох-п'яти днів (за певних умов кількість учасників може бути більшою до 24-25);
 - певна просторова організація (частіше за все - робота у зручному приміщенні, де учасники переважно частину часу сидять у колі);
 - акцент на взаємовідносинах учасників групи для аналізу та розвитку в ситуації «тут і тепер»;
 - використання активних та інтерактивних методів групової роботи;
 - об'єктивізація суб'єктивних почуттів та емоцій учасників групи стосовно один одного та подій, які відбуваються в групі, рефлексія;
 - атмосфера розкритості та свободи спілкування між учасниками групи, клімат психологічної безпеки.
- Існують різні види тренінгів: комунікативні, психологічні, осо-

бистісного росту, соціально-просвітницькі, психотерапевтичні, бізнес-тренінги тощо. Вид тренінгу обумовлено його основними завданнями.

У контексті роботи з формування навичок здорового способу життя перевагу слід надавати інформаційно-просвітницькому тренінгу, так як його може проводити кожен зацікавлений у просвітницькій роботі, за умови отримання відповідної підготовки та оволодіння навичками групових форм роботи. Це самий доступний до використання вид тренінгового заняття.

Використання тренінгових технологій в практиці превентивної освіти дозволяє активізувати профілактичний процес, внести значні позитивні зміни у процес формування навичок здорового способу життя учнівської молоді.

Ми вважаємо, що цілеспрямоване педагогічне формування навичок здорового способу життя через підготовку кадрів в інституті післядипломної педагогічної освіти з використанням сучасних здоров'язбережувальних технологій буде сприяти вирішенню проблеми як індивідуального здоров'я учнів, так і здоров'я нації в цілому.

Література та джерела

1. Горашук В.П. Методологічні засади формування культури здоров'я школярів: дис. докт. пед. наук: 13.00.01 «загальна педагогіка та історія педагогіки» / Валерій Павлович Горашук. – Харківський нац. унів. – Харків, 2004. – 460 с.
2. Горчаков В.Ю. Обґрунтування необхідності введення спеціальності "Валеологія" / В.Ю.Горчаков // Валеологічна освіта в навчальних закладах України: стан, напрямки і перспективи Кіровоград.: КДПУ ім.В.Винниченка, 2003. – С.12-19
3. Емельянов Ю.Н. Активное социально-психологическое обучение / Ю.Н.Емельянов. – Л., 1985. – 167 с.
4. Методика освіти «рівний-рівному»: Навч.-метод. посіб. / [Н.О.Лещук. Ж.В., Савич. Н.В., Заверико та ін.]. – К.: Наш час, 2007. – 104 с.
5. Теоретические и методические вопросы социально-психологического тренинга. – М.: Знание, 1982. – 208 с.
6. Химинець В.В. Психолого-педагогічні аспекти інноваційних технологій: Навчально-методичний посібник / В.В. Химинець, Я.М. Сивохоп, В.В. Петрус. – Ужгород: Інформаційно-видавничий центр ЗІППО, 2006. – 148 с.
7. Химинець В.В. Науково-методичні аспекти підвищення фахової майстерності вчителів / В.В.Химинець // Вісник післядипломної освіти. – 2005. – Вип.1. – С.78-88
8. Gudjons H. Spielbuch interaktionserziehung. / H.Gudjons. – Klinkhard. – 1992. – 236 s.

В статтє раскрыто проблему повышения квалификации педагогов по вопросам формирования навыков здорового образа жизни ученической молодежи. Определена роль институтов последипломного образования в этих процессах. Акцентируется внимание на проблеме ухудшения состояния здоровья ученической молодежи. Определены эффективные методы работы со слушателями. Показаны роль и значение интерактивных технологий, которые используются в системе повышения квалификации педагогов. Проанализирована суть тренинга формирования здорового образа жизни молодежи как эффективной формы организации учебно-воспитательного процесса.

Ключевые слова: здоровье, здоровый образ жизни, интерактивные методы обучения, повышение квалификации, тренинг, педагогические условия, дети, подростки.

The author of the article has considered the problem of teachers' postgraduate training concerning the formation of skills of healthy lifestyle of school youth. The role of postgraduate education institutes in these processes has been described. Attention has been drawn to the problem of aggravation of the state of health of school youth. The effective methods of work with audience have been defined. The role and importance of interactive technologies that are used in service training of teachers have been shown. The essence of training a healthy lifestyle of young people as an effective form of organization of the educational process has been analyzed.

Key words: health, healthy lifestyle, interactive methods of education, postgraduate training, training, pedagogical conditions, children, teenagers.