

The results of the survey of the students, parents and teachers to implement inclusive form teaching students with mental and physical impairments in educational space are mentioned. Conducted within our research a special survey of the students, parents, teachers has found that only a third of them believe that the whole society humanely and mercifully put in the category of children with special educational needs.

Based on these results the features of the introduction of this form of training at the regional level and the importance of the formation of social relations of its implementation are identified. As a result of analysis of the survey data, it was found that the vast majority of children showed a strong interest in theory readiness for collaborative learning with children with special needs.

The main directions of improving the implementation of inclusive education at the regional level are improving the legal framework, the financial principles, the formation of material-technical base, methodology and staffing, creating a supportive environment at schools, overcoming professional and social stereotypes.

Key words: inclusion, inclusive education, children with special educational needs.

УДК: 37: 317.24

Н. А. Олійник

Вінницький національний аграрний університет

ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

У статті акцентується увага на основних видах роботи зі збереження здорового способу життя. Визначено основні напрями роботи, які проводяться у ВНЗ із забезпечення та зміцнення здоров'я на прикладі Вінницького національного аграрного університету. Розглянуто чинники, що впливають на забезпечення потреби студентської молоді у здоровому способу життя. З'ясовано рівень сформованості потреби здорового способу життя. Висвітлено основні функції забезпечення здорового способу життя. Розглянуто основні напрями роботи викладача із забезпечення потреби студентів у здоровому способі життя.

Ключові слова: забезпечення здорового способу життя, студентська молодь, суспільство, викладач, молоде покоління, спосіб життя, мотивація студентів.

Постановка проблеми. В останні десятиріччя проблема здоров'я людини набула нового осмислення. Якщо раніше її вирішення пов'язувалося переважно з медико-біологічними або санітарно-гігієнічними чинниками, то сьогодні доведено, що здоров'я людини – це цілісне, системне явище, природа якого зумовлена як природними та соціальними зовнішніми чинниками, так і внутрішніми, такими, що визначають психологічне ставлення людини до себе і до тих обставин, у яких вона реалізує власне життя [1]. Змінити ставлення студента до власного здоров'я й особистого способу життя можливо за умови розуміння ним цих цінностей, надання пріоритетності збереження фізичного, духовного та психічного здоров'я через освіту.

Аналіз актуальних досліджень. Проблемі збереження та зміцнення здоров'я присвячено в останні роки чимало спеціальних досліджень. У числі таких робіт слід виділити дослідження загального плану (Ю. Андрєєв, О. Бабінець, В. Пономарчук та ін.), а також більш спеціалізовані, присвячені збереженню та зміцненню здоров'ю в системі професійної освіти (Р. Ахтаова, О. Науменко, С. Лапшина та ін.). Однак, тільки останнім часом почали розкриватись особливості зміцнення й збереження здоров'я та педагогічні умови їх формування стосовно подальшої професійної діяльності майбутніх фахівців у працях С. Коровіна, Є. Пожарської, А. Смирнова, Л. Татарнікової, А. Цоя та ін. Зауважимо, що більшість дослідників дану проблему трактують у аспекті професійної фізичної підготовки. Зазначені моменти визначають актуальність і перспективність даного дослідження.

Метою статті є визначення найбільш суттєвих аспектів досліджуваної проблеми організаційно-педагогічних особливостей забезпечення здорового способу життя молодого покоління.

Виклад основного матеріалу. На сучасному етапі навчання й виховання молоді особлива увага приділяється проблемі забезпечення здорового способу життя. Ефективне розв'язання даної проблеми вимагає вибору нових педагогічних технологій, які б сприяли формуванню в студентів стійкої спрямованості на здоровий спосіб життя, виховували б у них позитивні морально-ціннісні орієнтації в сфері збереження здоров'я та ведення здорового способу життя.

Аналіз наукової літератури проблеми дослідження засвідчує, що новому напрямку в педагогіці – забезпечення здорового способу життя студентської молоді – мало приділяють уваги як на теоретичному, так і практичному рівнях. Наявність негативних тенденцій погіршення стану здоров'я студентської молоді сприяла зміні пріоритетів сучасної освіти. Саме через це Національна доктрина розвитку освіти України XXI століття своїм пріоритетним завданням проголошує збереження та зміцнення здоров'я молоді, формування свідомої мотивації запобігання шкідливих звичок, виховання людини в дусі відповідального ставлення до свого здоров'я та здоров'я оточення як до найвищої індивідуальної й суспільної цінності [3, 14–16].

Заняття фізичною культурою та спортом мають велике значення в забезпеченні здорового способу життя, духовного й фізичного розвитку студентської молоді. Так, заняття фізичними вправами зміцнюють здоров'я, підвищують нервово-психічну активність до емоційних стресів, підтримують фізичну й розумову працездатність. У всіх ВНЗ є навчальна дисципліна «Теорія та методика фізичного виховання», яку студенти

вивчають протягом трьох навчальних курсів. Це профільний предмет, що забезпечує теоретичну й практичну підготовку студентів із фізичного виховання, тому від змісту та якості викладання цього предмета багато в чому залежить готовність до забезпечення здорового способу життя. В останній державній програмі з «Теорії і методики фізичного виховання», на яку орієнтуються викладачі фізичного виховання під час розробки робочих програм, на жаль, не передбачено використання повною мірою всіх можливостей цього предмета щодо озброєння студентів необхідними знаннями, уміннями й навичками зі збереження та зміцнення здоров'я студентської молоді в майбутній професійній діяльності. У навчальній програмі з фізичного виховання «Теорія і методика фізичного виховання» не виокремлено тему «Засоби фізичного виховання», а якщо вона і є в робочих програмах і підручниках, то основна увага в ній зосереджена на фізичних вправах. Водночас такі важливі засоби фізичного виховання, як «гігієнічні чинники», що відіграють неабияку роль у забезпеченні здорового способу життя молоді, розглядають тільки епізодично, і в кращому разі студентам повідомляють лише деякі можливості застосування цих засобів на заняттях з фізичного виховання [4, 20].

У ВНЗ України ефективними засобами забезпечення здорового способу життя є масові заходи валеологічного спрямування. Серед напрямів роботи, яка ведеться у ВНЗ, виокремлено: просвітницьку й виховну діяльність серед молоді, що базується на морально-духовних цінностях, національних традиціях українського народу; розвиток системи безкоштовного позанавчального дозвілля; обґрунтоване введення до навчальних планів інтегрованих курсів «Валеологія», «Основи медичних знань та охорона здоров'я», «Безпека життєдіяльності» та спецкурсу «Формування здорового способу життя».

Так, у Вінницькому національному аграрному університеті в навчальний план впроваджено дисципліну «Формування здорового способу життя» – як дисципліну, що вивчається з метою оволодіння системою знань, принципів і методів з основ технології реалізації спадкових механізмів і резервів життєдіяльності людини, підтримки адаптації до умов зовнішнього та внутрішнього середовища; формування валеологічного світогляду, мотивації на збереження здоров'я як головної умови реалізації творчого та фізичного потенціалу особистості й використання цих знань у подальшій практиці. Вивчення спецкурсу передбачає: формування у студентів системи знань про здоров'я, здоровий спосіб життя та культуру здоров'я; вивчення наукових підходів і

чинників, що впливають на здоровий спосіб життя; оцінку на основі ґрунтовних знань свого стилю життя; сформування власної світоглядної позиції; мотивування до пошуку власної системи оздоровлення.

Основними формами навчальної роботи в процесі вивчення спецкурсу є лекції, семінарські заняття, індивідуальна робота. Індивідуальна робота проводиться під керівництвом викладача й передбачає написання реферату або доповіді на конференції-семінарі «Молодь обирає здоровий спосіб життя», яка проводиться щорічно в університеті у травні місяці. Цікавою формою роботи щодо забезпечення здорового способу життя в університеті є інноваційні методики, зокрема інтерактивні театри, молодіжні лекторські групи, спікерські бюро та культурно-мистецькі дозвільні заходи, спрямовані на основі народних традицій та обрядів формувати у свідомості молоді ведення здорового способу життя (Масляна, Івана Купала).

Ефективною роботою із забезпечення здорового способу життя є діяльність молодіжних клубів, пов'язана із залученням студентів до організації та проведення волонтерських заходів з окремих питань здорового способу життя, поширення підготовки молоді – волонтерів за методикою «рівний – рівному» [3]. Так, в університеті функціонує волонтерський клуб «Допомога», який є молодіжним осередком, що діє в системі суспільних відносин (професійних, економічних, духовних, освітніх), тому його функції створюють сутність соціальної роботи на доброзичливих засадах. Слід зазначити, що клуб створено спеціально для студентського контингенту. Студенти виступають водночас об'єктами соціальної допомоги й суб'єктами, які надають допомогу у волонтерській діяльності. До складу членів клубу входять також викладачі. Метою діяльності клубу є залучення студентів до пошуку й упровадження інноваційних методів соціальної роботи в молодіжному середовищі. Основні напрями такої роботи передбачають: пропаганду здорового способу життя серед однокурсників, сприяння соціальній адаптації студентів, які мають у цьому потребу, до навчання в університеті, організацію дозвілля молоді. Відповідно, до організаційної структури клубу ввійшли підрозділи: клубна рада, редакція, секція здорового способу життя, соціальної допомоги та професійної асиміляції. Метою роботи секції здорового способу життя є пропаганда серед студентської молоді здорового способу життя. У цьому напрямі секція здійснює:

- соціальне інформування та просвіту з питань збереження та підтримання здоров'я; профілактику шкідливих звичок серед молоді;
- надання соціальної допомоги студентам, які мають проблеми зі здоров'ям, соціальний патронаж клієнтів;

– системний випуск стінної газети, яка має рекламно-просвітницький характер і спрямована на інформування про наслідки шкідливих звичок (паління, вживання алкоголю, психотропних речовин) на здоров'я. Девіз такої газети – «Здоровий спосіб життя – це сучасно і стильно», а основними рубриками є «Рухайся до здоров'я», «Здорові новини», «Зірки про здоровий спосіб життя», «Сьогодні здоровим бути модно»;

– упровадження інноваційних методик соціальної та психологічної підтримки студентів із проблемами здоров'я.

У роботі секції здійснено апробацію спецкурсів для волонтерів «Здоровим бути модно». До їх опанування студенти залучаються на добровільних засадах. Вивчення спецкурсу підтвердило його доцільність.

Зауважимо, що організація здорового способу життя студентів – це цілеспрямований процес реалізації сукупності організаційних дій, спрямованих на: організацію та створення умов здорового способу життя студентів (концепції, програми, проекти); координація діяльності з організації взаємодії учасників освітнього процесу у ВНЗ; регулювання, корекція та стимулювання їх діяльності з метою створення умов для здорового способу життя студентів; розподіл повноважень і відповідальності організаторів здорового способу життя [5, 11].

Доречно акцентувати увагу на тому, що основними цілями роботи із забезпечення здорового способу життя є: формування позитивної мотивації щодо здорового способу життя; знайомство молоді з основами здорового стилю життя, формування свого стилю здорового життя, здійснення профілактичної роботи за негативними проявами; формування теоретичних і практичних навичок здорового способу життя, формування творчої особистості, здатної до саморозвитку, самоосвіти й самоактуалізації.

За аналізом літературних джерел та роботи, що проводиться у ВНЗ України, ураховуючи досвід дослідників, які вивчали проблеми забезпечення здорового способу життя, ми спробували виявити чинники, що впливають на забезпечення потреби студентської молоді й викладачів у здоровому способі життя, провівши анкетування та бесіду з ними. В анкетуванні взяли участь 679 осіб: 75 викладачів університетів з різних дисциплін і 604 студенти.

Як показав аналіз результатів анкетування, здоров'я для всіх учасників є найважливішою цінністю. Студенти віддали перевагу таким цінностям, як: «отримання гарної освіти», «створення сім'ї», «матеріальне благополуччя», «отримання задоволення від життя», а «принести користь державі» для більшості опитаних студентів значення не має.

Таблиця 1

Найважливіші цінності для студентів та викладачів

Цінності	Відповіді студентів у %	Відповіді викладачів у %
1. Зробити кар'єру	11	13
2. Матеріальне благополуччя	10	11
3. Освіта, гарна робота	11	14
4. Сім'я	19	26
5. Здоров'я	39	25
6. Отримання задоволення від життя	5	3
7. Принести користь державі	1	6
8. Любов	4	2

Викладачі до найважливіших цінностей віднесли: «сім'ю», «здоров'я», «гарну роботу», «кар'єру», «зробити, щось визначне для країни та свого народу», і досить мала частина опитаних вважає «любов» та «отримання задоволення від життя» важливими цінностями. Як бачимо, такі цінності, як «здоров'я», «сім'я», «освіта, гарна робота», «матеріальне забезпечення» – важливі для всіх опитаних.

Життя сучасного студента в місті характеризується високою питомою вагою гіпокінезів та гіподинамії, і практично ніхто не заперечує, що основною причиною багатьох хвороб студентів є недостатня рухова активність, адже більшу частину свого часу вони проводять, сидючи за робочим столом. Комп'ютеризація навчального процесу тільки посилює пасивність студентів. Одних занять фізичною культурою не достатньо для покращення рухової активності студентів.

Для визначення того, наскільки активний спосіб життя ведуть студенти і чи займаються вони фізичною культурою та спортом, ми запропонували відповісти на запитання «Чи займаєтеся Ви фізичною культурою та спортом у вільний від навчання (роботи) час?». Результати опитування дозволяють зробити висновок, що більша частина студентів (55%) та викладачів (52%) займаються фізичними вправами. На питання «З якої причини?» більшість респондентів визначили «для зміцнення власного здоров'я», «підвищення фізичної активності», «для покращення фігури».

Найефективнішим заходом щодо покращення здорового способу життя, на думку студентів та професорсько-викладацького складу, є «оптимальний режим роботи та відпочинку», «відмова від шкідливих звичок». Також, для студентів велике значення щодо забезпечення здорового способу життя має раціональне харчування, активний відпочинок на природі, оптимальний режим роботи. Викладачі віддали

перевагу таким ефективним заходам підтримки здорового способу життя, як відмова від шкідливих звичок, фізична активність, оптимальний режим роботи та відпочинку, якісне лікування та харчування.

У ході дослідження наукове зацікавлення становили питання про турботу викладачів і студентів про власне здоров'я, після обробки даних ми з'ясували, що «добре піклуються» про здоров'я – 14 % студентів, 20 % викладачів; «посередньо піклуються» – 53 % студентів та 69 % професорсько-викладацького складу, та «погано піклуються» – 33 % студентів та 11 % викладачів. Дані опитування засвідчують, що у студентів і викладачів середній рівень сформованої потреби до здорового способу життя, не всі респонденти турбуються про здоров'я, значна частина студентів взагалі не турбується про власне здоров'я.

У процесі анкетування ми запропонували учасникам дослідження вибрати значимі для них мотиви, що стимулюють їх до ведення здорового способу життя, дозволялось обирати одну або дві відповіді.

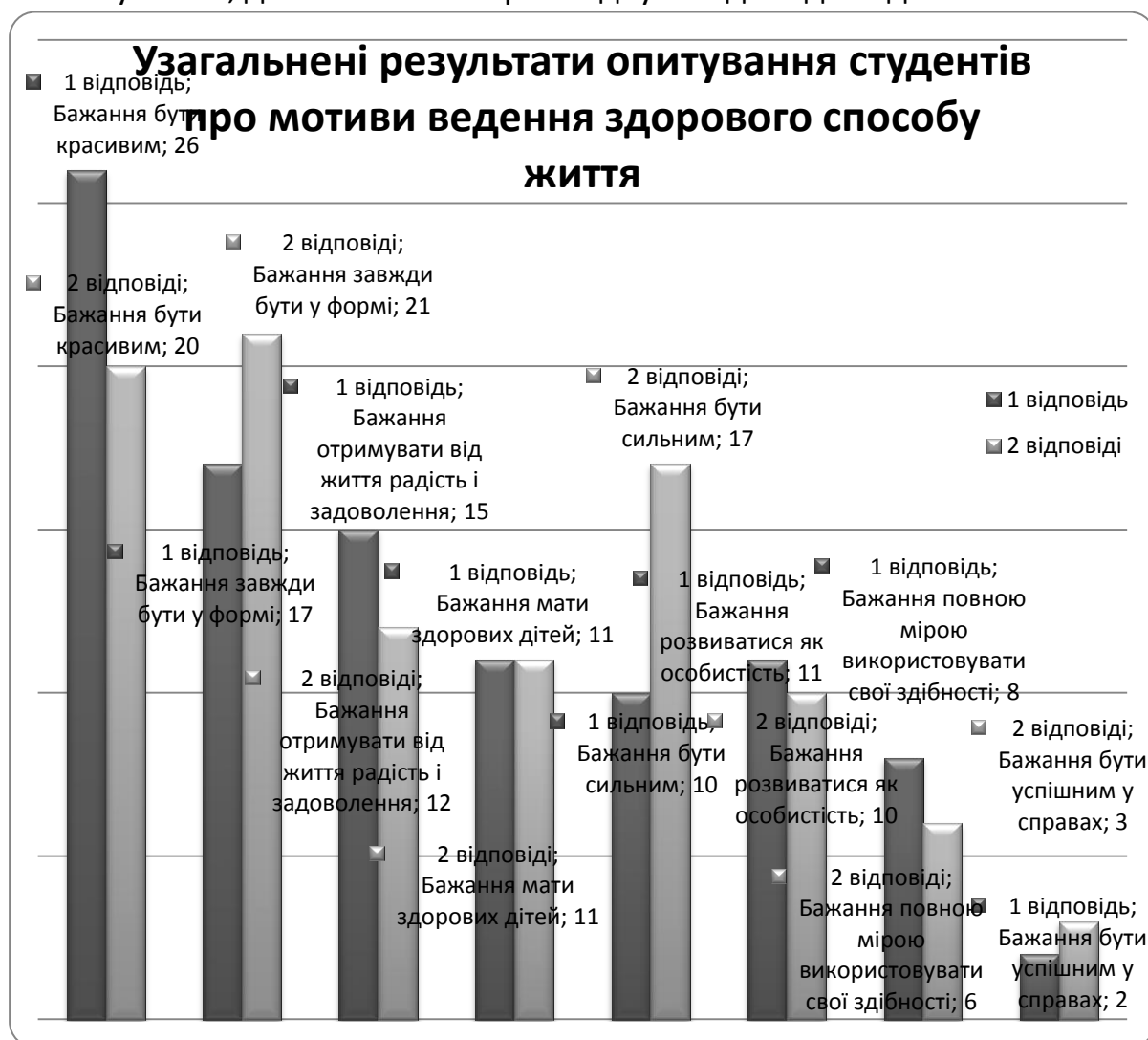


Рис. 1. Узагальнені результати опитування студентів

Аналізуючи результати, можна констатувати, що основними мотивами ведення здорового способу життя студентів виявилися: «бажання бути красивим»; «бажання завжди бути у формі»; «бажання отримувати від життя радість і задоволення».

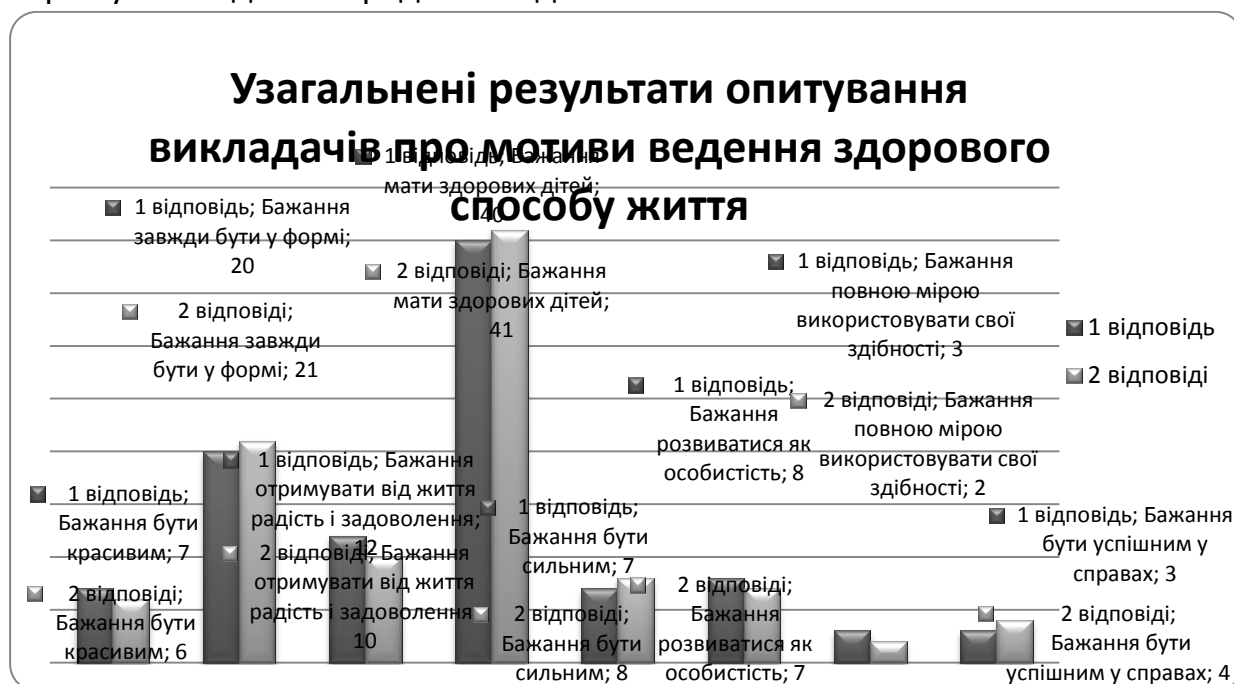


Рис. 2. Узагальнені результати опитування викладачів

Найбільш значущими мотивами ведення здорового способу життя для викладачів є: «бажання мати здорових дітей»; «бажання бути успішним у справах»; «бажання в повному обсязі використовувати свої здібності».

Потрібно звернути увагу на достатньо високий показник мотиву студентів «бажання бути красивим» і «бажання завжди бути у формі». Як показали бесіди, пояснюється це тим, що студенти пов'язують їх із заняттями фізичною культурою і спортом. Мотиви вибору занять фізичною культурою пов'язані з процесом діяльності та її результатом. Насамперед, студент задовольняє потреби в руховій активності, отриманні вражень від суперництва (почуття азарту, радість перемоги). В іншому випадку, він прагне до отримання задоволення: самовдосконалення (поліпшення статури, розвиток фізичних і психологічних якостей, зміцнення здоров'я); самовираження й самоствердження (бути не гіршим за інших, стати привабливим для протилежної статі); задоволення духовних потреб (спілкування з друзями, приналежність до колективу тощо); підготовка себе до професійної діяльності й подальшого життя.

Однак, усвідомлюючи важливість здоров'я та необхідність ведення здорового способу життя, студенти не завжди починають діяти для їх реалізації. І це, на наш погляд, значна педагогічна проблема, яку потрібно вирішувати у вищих закладах освіти. Можливо, таку розбіжність між

уявленнями й реальними діями можна пояснити одностороннім, недостатньо диференційованим поглядом на здоровий спосіб життя, особистісною позицією, установками, у яких відображено звички способу життя. Так, принципи здорового способу життя можуть бути нав'язані ззовні й не стати особистісними установками людини. Водночас збереження здоров'я, як мотив діяльності, виникає найчастіше в період зрілості. Тому необхідно виробляти спеціальні форми навчання здоровому способу життя в період становлення молоді людини, які б дозволяли розширити її уявлення про їхню необхідність, щоб зовнішні знання стали внутрішніми потребами.

Аналіз відповідей студентів і викладачів на запитання: «Що, на Ваш погляд, заважає Вам вести здоровий спосіб життя?» засвідчив такі результати: студенти зазначили «нестачу вільного часу» (43 %); «нерозуміння значення ведення здорового способу життя» (24 %); «лінощі» (25 %); «відсутність педагогів, які б навчали здоровому способу життя» (8 %). Відповіді викладачів відрізняються від відповідей студентів: 90 % викладачів відзначили «нестачу вільного часу» для занять фізичною культурою та спортом і лише 10 % опитаних респондентів – «лінощі».

Висновки. Таким чином, аналізуючи освітню діяльність у ВНЗ можемо зазначити, що у вищій школі сьогодні недостатньо обґрунтована система ознайомлення студентів із проблеми збереження й зміцнення здоров'я та забезпечення здорового способу життя; не продуманий зміст базових знань із проблеми здоров'я та здорового способу життя; відсутня методика розвитку знань про спосіб життя як чинник здоров'я; не розроблено методичні прийоми та рекомендації, за допомогою яких ця інформація може бути засвоєна.

Слід зауважити, що програма із забезпечення здорового способу життя студентської молоді у ВНЗ – відсутня. Однак, у деяких вищих навчальних закладах країни заходи щодо забезпечення потреб і навичок дотримання принципів здорового способу життя проводять за рахунок упровадження: інтегрованих курсів валеологічного спрямування; спецкурсу «Формування здорового способу життя»; інноваційних методик (інтерактивні театри, лекторії) та культурно-мистецьких заходів (вистави, спектаклі); молодіжних клубів (волонтерська діяльність); позанавчальної роботи студентів (гуртки, клуби, студії, зустрічі, студентські парламенти) та фізкультурно-оздоровчої роботи.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бабюк Т. Й. Теоретичні аспекти проблеми здоров'я та виховання здорового способу життя особистості / Т. Й. Бабюк // Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді : зб. наук. пр. – К. : Ін-т проблем виховання АПН України, 2005. – Вип. 8, кн. 2. – С. 116.

2. Ибн Сина Абу Али. Канон врачебной науки : избранные разделы. Ч. 1 / сост.: У. И. Каримова, Э. У. Уршут. – Ташкент : МИКО, 1994. – 400 с.

3. Молодь за здоровий спосіб життя : щорічна доп. Президенту України, Верховній Раді України, Каб. Міністрів України про становище молоді в Україні (за підсумками 2009 р.) / М-во України у справах сім'ї, молоді та спорту, Держ. ін.-т розв. сім'ї та молоді ; [редкол.: Н. Ф. Романова (голова) та ін.]. – К. : Основа, 2010. – 156 с.

4. Петрович В. С. Формування готовності до сприйняття покращенню здоров'ю дітей та молоді у процесі професійної підготовки майбутніх соціальних педагогів / В. С. Петрович // Педагогічні питання педагогіки Вісник СевНТУ : зб. наук. пр. Вип. 127/2012. Серія: Педагогіка. – Севастополь, 2012.

5. Соколенко Л. С. Формування культури здорового способу життя студентів вищих навчальних закладів : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.01 «Загальна педагогіка та історія педагогіки» / Л. С. Соколенко. – Умань, 2011. – 23 с.

РЕЗЮМЕ

Олейник Н. А. Организационно-педагогические особенности обеспечения здорового образа жизни студенческой молодежи в вузе.

В статье акцентируется внимание на основных видах работы по сохранению здорового образа жизни. Определены основные направления работы, которая ведется в ВУЗАХ по обеспечению и укреплению здоровья на примере Винницкого национального аграрного университета. Рассмотрены факторы, которые влияют на обеспечение потребности студенческой молодежи в здоровом образе жизни. Выяснен уровень сформированности потребности к здоровому образу жизни. Освещены основные функции обеспечения здорового образа жизни. Рассмотрены основные направления работы преподавателя по обеспечению потребности студентов в здоровом образе жизни.

Ключевые слова: обеспечение здорового образа жизни, студенческая молодежь, общество, преподаватель, молодое поколение, образ жизни, мотивация студентов.

SUMMARY

Oleinik N. The organizational and pedagogical features of the healthy lifestyle of the students at the university.

The article focuses on the major types of work to maintain a healthy lifestyle at universities. It is determined that the most efficient form of work at the university to ensure students' health is conducting courses, volunteering and activities of the youth clubs and sections associated with students' involvement in organizing and conducting volunteer activities on specific issues of a healthy lifestyle. It should be noted that the main directions of work in the sections are: social awareness and education on issues of preservation and maintenance of health; prevention of harmful habits among young people; social assistance to the students who have health problems, social patronage of the clients; the system release wall newspapers; the introduction of innovative methods of social and psychological support for students with health problems. In the work the author has focused on the fact that the main objectives of the work to ensure a healthy lifestyle are: the formation of positive motivation of a healthy lifestyle; introduction of the young people with the basics of a healthy lifestyle, the formation of own style of a healthy life, preventive work with negative implications; the formation of theoretical and practical skills of a healthy lifestyle, the formation of a creative personality capable of self-development, self-education and self-actualization. To consider the factors which affect the provision of the needs of the students in a healthy lifestyle and to clarify the level of maturity needs to lead a healthy lifestyle. The basic directions of work of the teacher is to meet the needs of students in a healthy lifestyle.

It is noted that a healthy lifestyle of the students is a purposeful process of realization of organizational actions aimed at organization and creating a healthy lifestyle of the students (concepts, programs, projects); coordination with the interaction of the participants in the educational process at the university; adjustment and promotion of their activities in order to create conditions for healthy lifestyles of the students; distribution of authority and responsibility of the organizers of a healthy lifestyle.

The implementation of the subject "Health Promotion" helps to master the knowledge system, the principles and methods of the foundations of technologies of genetic mechanisms and provisions of human life, to support adaptation to external and internal environment; to form valeological outlook, to motivate for maintaining health as the main conditions for the functioning of creative and physical potential of the individual and use this knowledge in further practice.

Key words: *a healthy lifestyle, the students, the community, the teacher, the younger generation, a lifestyle, motivation of the students.*