

**О. М. Бондаренко**

*кандидат педагогічних наук, доцент, Національний університет  
імені Богдана Хмельницького (м. Черкаси)*

## **ВИКОРИСТАННЯ ІНТЕРАКТИВНИХ МЕТОДІВ НАВЧАННЯ ПРИ ФОРМУВАННІ ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНИХ УНІВЕРСИТЕТІВ**

Необхідність розв'язання проблеми збереження здоров'я підрастаючого покоління набуває у сучасних умовах державного значення. У зв'язку з цим особливу роль має здійснення системи підготовки майбутніх педагогів, яка забезпечила б формування валеологічної компетентності сучасної молоді людини. Важливим шляхом роботи у цьому напрямі є використання різноманітних інтерактивних методів навчання в системі вищої педагогічної освіти.

**Ключові слова.** Валеологічна компетентність, інтерактивні методи навчання, зворотній зв'язок, партнерські взаємовідносини.

**Постановка проблеми.** Узагальнення теоретичних напрацювань з проблеми школи, зокрема вищої педагогічної, показує, що одним із магістральних напрямів реформування сучасної освіти є її компетентизація, що передбачає високий фаховий рівень підготовки учителя, здатного встановлювати і підтримувати різного роду зв'язки, а також відповідати не лише за диференційоване застосування інформації, а також за виховання здорового підрастаючого покоління.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** У ході аналізу причин і обставин погіршення стану здоров'я молоді, валеологічної безграмотності і поведінкової пасивності стосовно власного здоров'я і здоров'я інших [1; 2; 3; 4; 5] ми дійшли висновку, що проблема підготовки валеологічно компетентного випускника педагогічного університету є показником успішного розв'язання педагогічних ситуацій крізь призму валеологічних норм, проблем професійного зростання, самореалізації, гармонійного співіснування з іншими людьми, психологічної рівноваги, сформованості валеологічної основи власного способу життя та життя учнів і в інших актуальних питаннях сьогодення.

Одним із важливих засобів формування валеологічної компетентності є впровадження інтерактивних методів навчання, які «здійснюються шляхом активної взаємодії учнів (студентів) у процесі навчання» [6].

Дослідження виконано у контексті загального плану науково-дослідних робіт Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького і має за мету висвітлення деяких аспектів використання інтерактивних методів навчання при формуванні валеологічної компетентності студентів педагогічних університетів.

**Виклад основного матеріалу.** Глибокі трансформаційні процеси, що відбуваються в Україні у соціально-політичній та економічній сферах, зумовлюють необхідність реформування освіти і зокрема у вищій школі як інституції, які виконують соціально-терапевтичну і випереджальну функції. При цьому педагогічні проблеми формування здорового, життєздатного, «конвертованого» вчителя набувають нового актуального звучання, посилюється увага до формування його валеологічної компетентності.

Проаналізувавши напрацювання вчених (В. Бобрицької, Т. Бойченко, Д. Вороніна, Т. Книш, С. Лапаєнко, В. Нестеренко, В. Піщуліна, І. Поташнюк та

ін.), вважаємо за необхідне подати власне визначення поняття «валеологічна компетентність студентів педагогічних університетів» – це складова їх життєвої компетентності, яка проявляється в знаннях, цінностях і мотивах, валеологічній позиції, діяльності щодо оздоровлення себе і своїх вихованців. Валеологічна компетентність майбутніх учителів формується на основі позитивного ставлення до здорового способу життя, характеризується активною і свідомою пропагандувально-просвітницькою діяльністю, спрямованою на передачу знань, прищеплення умінь і навичок раціональної організації життєдіяльності, здатністю нести особисту соціальну та правову відповідальність за прийняті рішення щодо вибору стратегії поведінки у суспільстві стосовно збереження свого здоров'я та здоров'я інших.

Нагромаджений в Україні та за кордоном досвід переконливо засвідчує актуальність та результативність запровадження інтерактивних методів навчання для виховання та формування здорової особистості. Адже, в інтерактивному навчанні учитель (викладач) виступає як організатор процесу навчання, консультант, фасилітатор, при якому учні (студенти) навчають один одного, застосовуючи полілогічний характер комунікації [6].

У межах лекційних занять неможливо надати студентові весь обсяг навчального матеріалу з певної дисципліни. Особливе значення для нас мали такі організаційні форми навчання: семінари, лабораторні роботи, практичні заняття, які давали можливість здійснення більш індивідуального контакту між викладачем і студентом, більш об'єктивного оцінювання навчальних досягнень кожного. Одним із продуктивних видів діяльності по формуванню валеологічної компетентності студентів – майбутніх учителів є проблемні семінари, що передбачали не тільки контроль засвоєних знань, а й формування вміння аналізувати і знаходити логічні зв'язки між різними процесами, явищами, самостійно формулювати правильну відповідь при розв'язанні проблемних питань. Наприклад, проведення семінарського заняття з теми «Вікові особливості функціонування дихальної і серцево-судинної систем» відбувалося у формі розв'язання декількох проблем, що були сформульовані у вигляді проблемних питань:

- Під час надмірних фізичних і психічних навантажень у підлітків спостерігається запаморочення, порушення серцевого ритму. З чим це пов'язано?
- Чому вживання алкоголю і нікотину підвищує ризик виникнення інсульту та інфаркту міокарда?
- У людей похилого віку часто розвивається гіпертонія. Поясніть цей факт.
- Які наслідки для маленьких дітей має утруднене носове дихання?
- Чому після швидкого бігу (під час тренувань, змагань, гри, у повсякденному житті) не можна відразу зупинитися, а слід переходити на ходу поступово?

Метою розв'язання таких проблемних ситуацій було створення підґрунтя для розуміння, осмислення, усвідомлення студентами відповідності і користності змісту занять для їхнього життя, а також розуміння ними значущості збереження свого здоров'я як найвищої цінності. На перший погляд ці проблемні ситуації здаються студентам простими, не новими. На їх переконання, це загальновідомі відповіді, що не потребують додаткових знань, і слід лише застосувати раніше набуті здебільшого поверхові, фрагментарні, стихійні знання. Проте, у ході бесіди, коли виявляється неспроможність студентів дати ґрунтовну наукову відповідь на те або інше питання, вони відчують нестачу фізіологічних, біохімічних, соціальних знань для обґрунтування відповідної проблемної ситуації, створюється ситуація для мотивації щодо її розв'язання.

Оскільки факт неосвіченості студента з того чи іншого питання не стає фактором стимулювання пізнавальної активності, у кінці розв'язання кожної

проблемної ситуації викладач формує разом із студентами певні рекомендації з метою демонстрації важливості проблеми для їхнього життя. Наприклад, імовірна правильна відповідь на питання № 5 буде мати такий вигляд: «Ніс у маленьких дітей відносно малий, має вузькі носові ходи, що є сприятливими умовами для розвитку запальних процесів, і, як наслідок, порушення носового дихання. При утрудненому носовому диханні порушується нормальний сон, травлення, як наслідок, при систематичному прояві спостерігається відставання у фізичному і розумовому розвитку. Поради: ретельно стежити за носовою порожниною; своєчасно звільняти носові ходи; при виникненні захворювань своєчасно проводити лікування; для запобігання таким захворюванням систематично проводити загартовуючі процедури, раціонально харчуватися, перебувати на свіжому повітрі, часто провітрювати приміщення, одягатися відповідно погоді тощо; привчати дитину правильно дихати. Носове дихання гігієнічно є більш доцільним, оскільки повітря, що вдихається через носову порожнину, зігрівається, зволожується, очищується від пилу і знезаражується».

На наш погляд, такі знання, одержані у результаті самостійного пошуку, будуть цінними і корисними для студентів, оскільки кожний з них у майбутньому може бути батьком.

Під час заключного етапу заняття організовується підсумкова бесіда з метою узагальнення результатів проведеної самим студентом роботи. Увага акцентується на повних правильних відповідях. Такий зворотній зв'язок дозволяє студенту проаналізувати власне «бачення» розв'язання проблемної ситуації, самостійно одержані результати, переосмислити їх, зробити відповідні корективи.

Проведення семінарських занять у такій формі мало за мету оволодіння студентами навичками і вміннями вибіркового використання певних знань, виходячи із особливостей ситуації. У такий спосіб знання студентів поглиблюються, розширюються, деталізуються, «рухаються» від загального до конкретного з елементами «примірки на себе». При цьому передбачається формування у студентів навичок самостійного пошуку конструктивних рішень при розв'язанні нестандартних ситуацій, що можуть виникнути у навчальній, науковій, професійній діяльності, побутово-сімейній сфері. Це потребує формування здатності брати на себе відповідальність за самостійно розв'язану проблему, знайдений вихід з кризової ситуації, запропоновані альтернативні шляхи вирішення проблеми. За таких обставин підвищується самоцінність студента, впевненість у своїй компетентності.

Під час проведення семінару з теми: «Гігієнічні основи раціонального харчування людини» студенти готують відповіді на запитання, передбачені робочою програмою курсу «Валеологія», що сприяє поглибленому вивченню теми, а також можливості використання теоретичних знань вибірково і у прикладній формі. Крім того, студенти завчасно поділяються на групи (2-3 особи), які самостійно готують міні-твори (3-5 хв.) з переліку запропонованих нижче питань. Це сприяє, на нашу думку, більш глибокому, детальному вивченню питання, а відтак і розширенню кругозору молоді людини, підвищенню рівня валеологічної компетентності.

#### **Перелік питань:**

1. Характеристика сучасних теорій харчування (Г. Шелтон, П. Брегг, Ю. Ніколаєв, Т. Шаталова, Н. Семенов, А. Уголев та ін.).
2. Вікові та сезонні аспекти харчування.
3. Етикет прийому їжі.
4. Християнські традиції харчування українців – піст, харчові заборони.

5. Інформаційні впливи їжі.
6. «Модні» дієти: негативні і позитивні сторони.
7. Негативні наслідки дієт і голодування.
8. Вегетаріанська їжа.
9. Таблиця Менделєєва у продуктах харчування.
10. Особливості харчування студентів.

Варто відмітити, що перелік рекомендованої для опрацювання літератури не надається. Це робиться з ряду причин:

- студенти II курсу, на наше переконання, вже мають певні сформовані навички пошуку необхідної інформації з визначеної тематики;
- написання міні-творів певною мірою стимулює у студента прояв навичок осмислення й групування інформації, навичок пошуково-дослідного характеру;
- виконання такого виду робіт ініціює активний творчий пошук студентом необхідних матеріалів щодо опрацювання визначеної тематики.

Поділ на групи відбувається на добровільній основі, без впливу викладача, що підсилює значущість самостійного вибору партнерів для спільної праці на основі індивідуальних інтересів, смаків, прихильності. Також такий вид виконання роботи, на нашу думку, підтверджує переваги роботи у команді і розвиває відповідальне ставлення кожного з групи за результати спільної діяльності.

Презентація підготовлених міні-творів відбувається у вигляді виступу одного студента із групи (найбільш компетентного у цьому питанні, на думку інших членів групи). При виникненні труднощів при оприлюдненні відповідного матеріалу, решта членів групи активного допомагають своєму «лідеру». Для ефективності самостійної роботи студентів викладач повинен оперативного контролювати й оцінювати її. За таких умов у студента не виникне відчуття, що виконана робота потрібна лише для проформи («для галочки»), або для отримання заліку чи іспиту.

Оцінювання якості підготовлених міні-творів проводилося за критеріями: науковість, доступність викладу, оригінальна інформаційна база, активність учасників у розробці проблеми.

Використання проблемних ситуацій та міні-творів, що пронизують семінарські заняття, ми розглядали як важливий напрям формування досліджуваної якості майбутніх фахівців. Створення атмосфери партнерської взаємодії, взаємозбагачення, обміну думками, прагнення до спільної навчальної діяльності, прояв творчої ініціативи у пошуку правильної відповіді при розв'язанні нетипових, складних ситуацій – також необхідні умови досягнення поставленої мети.

**Висновки.** За умови широкого впровадження валеологічної освіти у вищу школу важливим залишається спрямування змісту і методів навчання на опанування студентами педагогічних університетів необхідного обсягу валеологічних знань, оволодіння валеологічними навичками й вміннями для професійного зростання, створення повноцінної і здорової сім'ї, гармонійного існування з оточуючим, а також здатності ці знання та вміння передавати своїм вихованцям.

Власний досвід викладацької діяльності засвідчує, що активне впровадження інтерактивних методів навчання у практику національної школи є результативним та перспективним напрямком щодо формування валеологічно компетентного майбутнього спеціаліста, і, в першу чергу, майбутнього педагога.

**Перспективні наукові пошуки** автора будуть спрямовані на дослідження вказаних методів, з'ясування їх структури та змісту.

### Список використаних джерел:

1. Бароненко В. А., Рапопорт Л. А. Культура здоровья студента: учеб. пос. / В. А. Бароненко, Л. А. Рапопорт; под ред. В. А. Бароненко. – Екатеринбург: ГОУ ВПО «УГТУ-УПИ», 2003. – 224 с.
2. Бобрицька В. І. Теоретичні і методичні основи формування здорового способу життя у майбутніх учителів у процесі вивчення природничих наук: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / В. І. Бобрицька. – К., 2006. – 489 с.
3. Вершловский С. Г. Взрослый как субъект образования / С. Г. Вершловский // Педагогика. – 2003. – № 8. – С. 3–9.
4. Данилова Г. Соціально-терапевтична функція освіти як чинник забезпечення здоров'я суспільства / Г. Данилова // Рідна школа. – 2004. – № 1. – С. 12–15.
5. Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості / Г. С. Костюк. – К., 1989. – С. 318–319.
6. Пометун О. Активні й інтерактивні методи навчання: до питання про диференціацію понять / О. Пометун // Шлях освіти. – 2004 – № 3. – С. 10–15.

The necessity of solving the problem concerning health care of a growing generation acquires more and more significance. With regard to this fact a certain role is laid on the system of will be teachers preparation, which might provide the valeological competence formation of a young person. That is why the usage of different kinds of interactive methods of teaching in the system of higher education is of great importance.

**Key words:** valeological competence, interactive methods of teaching, feedback, partnership.

*Отримано 5.10.2009*

УДК 378.15

**В. С. Венгрін**

*старший викладач, Кам'янець-Подільський національний університет  
імені Івана Огієнка*

**В. У. Дорош**

*старший викладач, Кам'янець-Подільський національний університет  
імені Івана Огієнка*

## **ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ЯК ШЛЯХ ДО ГАРМОНІЙНОГО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ**

У статті розглядається проблема фізичного вдосконалення та гармонійного розвитку особистості засобами фізичної культури.

**Ключові слова:** гармонійний розвиток, фізичні здібності, всебічне виховання, фізична культура, спорт.

Серед великого кола проблем нашого часу одне із центральних місць займає всебічний розвиток людини. Із питань, пов'язаних з даною проблемою, велике значення має фізичне вдосконалення в гармонії розвитку особистості.

Проблема гармонійного розвитку духовних та фізичних здібностей людини на протязі багатьох віків привертала увагу передових мислителів нашої планети. Вона хвилювала розум філософів Стародавньої Греції: Платона, Демокрита, Епікура, Аристотеля, гуманістів середньовіччя: Франсуа Рабле, Мішеля