

УДК: 378:373.2.091.12.011.3

Кошель Анна Павлівна, Кошель Віталій Миколайович,
Лемешко Марина Сергіївна, Костирко Юлія Василівна
Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка
(Чернігів, Україна)

ФОРМУВАННЯ ПОТРЕБИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ В МАЙБУТНЬОГО ВИХОВАТЕЛЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ В ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ

Анотація. В даній статті розглянуто механізм цілеспрямованого впливу на потреби, інтереси, цінності і ціннісні орієнтації майбутнього вихователя дітей дошкільного віку. Необхідність формування потреби здорового способу життя в майбутніх вихователів дітей дошкільного віку в процесі професійної підготовки.

Ключові слова: потреба, здоров'я, здоровий спосіб життя, вихователь дітей дошкільного віку, професійна підготовка.

Кошель Анна Павловна, Кошель Виталий Николаевич,
Лемешко Марина Сергеевна, Костырко Юлия Васильевна
Национальный университет «Черниговский коллегиум» имени Т.Г. Шевченко
(Чернигов, Украина)

ФОРМИРОВАНИЕ ПОТРЕБНОСТИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В БУДУЩИХ ВОСПИТАТЕЛЕЙ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ПРОЦЕССЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Аннотация. В данной статье рассмотрен механизм целенаправленного воздействия на потребности, интересы, ценности и ценностные ориентации будущего воспитателя детей дошкольного возраста. Необходимость формирования потребности здорового образа жизни у будущих воспитателей детей дошкольного возраста в процессе профессиональной подготовки.

Ключевые слова: потребность, здоровье, здоровый образ жизни, воспитатель детей дошкольного возраста, профессиональная подготовка.

Anna Koshel, Vitaliy Koshel, Maryna Lemeshko, Yuliia Kostyrko
National University "Chernihiv Collegium" named T. G. Shevchenko
(Chernigiv, Ukraine)

FORMING THE NEED FOR HEALTHY LIFE FUTURE EDUCATORS OF PRESCHOOL IN THE VOCATIONAL TRAINING

Abstract. There are the mechanisms of purposeful influence on needs, interests, and value orientations of the future educators of preschool in this article. The necessary to formulate the need for a healthy lifestyle for future preschoolers in the process.

Key words: *need, health, healthy lifestyle, teacher of preschool children, vocational training.*

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими чи практичними завданнями. Сучасні фундаментальні зміни в житті українського суспільства, загострені соціальні та екологічні проблеми країни зумовили появу тенденції до погіршення здоров'я громадян і фізичної підготовленості молодого покоління, зокрема студентів закладів вищої освіти. Протягом останніх десятиліть проблема погіршення стану здоров'я громадян нашої країни постала надзвичайно гостро. Зростає кількість різноманітних захворювань, відбувається «омолодження» хвороб, а тривалість життя, що є одним із показників здоров'я населення, стрімко знижується. Фахівці розцінюють цю проблему як таку, що загрожує національній безпеці країни, зменшує ресурс розвитку суспільства. Тому в сучасних умовах розвитку українського суспільства, виникає нагальна потреба в зміні ставлення населення до власного здоров'я і впровадженні в життя оздоровчої ідеології належить до першочергових у сучасній державній політиці.

Це задекларовано в Законах України «Про вищу освіту» (2014), «Про дошкільну освіту» (2017), «Про фізичну культуру і спорт» (2009), а також у Національній стратегії розвитку освіти в Україні на період до 2021 року, Базовому компоненті дошкільної освіти (2012) та інших нормативних і законодавчих актах [1].

Необхідність здорового способу життя (далі ЗСЖ) в цілому є проблемою розвитку потреби в здоров'ї, формуванні самозбережувальної поведінки на основі мотивації. Досягнення істинного здоров'я на фізичному, психоемоційному, духовному рівнях стосується різного роду потреби людини від первинних (в руховій активності) до потреб вищого порядку (в самопізнанні, самоактуалізації). Особливість місця потреб в процесі мотивації оздоровчої діяльності полягає в тому, що вони стають тоді регулятором і мотивом поведінки, коли людина усвідомлює потребу в здоров'ї. Тому такою важливою є роль соціального управління в процесі формування ЗСЖ. Суспільство має створювати умови, при яких людина зрозуміє, що вона може задовольнити свої потреби у вигляді певного типу поведінки. Необхідно, щоб поведінка людини набуло соціально-активну спрямованість на збереження здоров'я. Один з аспектів цієї проблеми – мотивація оздоровчої діяльності студентів у процесі валеологічної освіти.

Система потреб визначає діяльність людини, її поведінка і спосіб життя. Доцільно в даному випадку говорити про емоційні і раціональні потреби [1, с. 66-69]. Задоволення життєвих потреб має безпосередній вплив на фізичне здоров'я людини. Психоемоційне здоров'я багато в чому залежить від задоволення емоційних потреб (естетичних, комунікативних, потреби в любові і дружбі). Раціональні потреби контролюються і зберігаються зусиллям волі, вони спрямовані на досягнення свідомо поставленої мети. До них відносяться трудові, пізнавальні, інтелектуальні потреби в самовдосконаленні, самоактуалізації. Задоволення і розвиток цих потреб формує особистісні якості людини і сприяє досягненню здоров'я на вищому – ментально-духовному рівні.

Аналіз останніх досліджень і публікацій свідчить що в цьому аспекті чимало зроблено вітчизняними реформаторами вищої школи, зокрема з

питань визначення її філософських і світоглядних засад (В. Андрущенко, Г. Васянович, М. Євтух, І. Зязюн, В. Кремень та ін.); загальних дидактичних і технологічних параметрів (А. Алексюк, В. Бондар та ін.); педагогічних технологій (О. Дубасенюк, М. Кларін, О. Пехота, С. Сисоєва та ін.); концептуальних засад професійної підготовки майбутніх вихователів закладів дошкільної освіти (Л. Артемова, Г. Беленька, А. Богуш, О. Богініч, Є. Вільчковський, Н. Гавриш, М. Гончаренко, Н. Денисенко, О. Курок, К. Крутії, М. Машовець, С. Петренко, Т. Поніманська, Л. Швайки та ін.).

Проведений аналіз наукових праць щодо формування потреби здорового способу життя в майбутніх вихователів дітей дошкільного віку в процесі професійної підготовки свідчить, що означена проблема є на часі актуальною і частково знаходить відображення в дослідженнях учених. Але, маємо зазначити, що педагогічний аспект проблеми формування потреби здорового способу життя в майбутніх вихователів дітей дошкільного віку в процесі професійної підготовки – залишається поза увагою науковців.

Актуальність проблеми та відсутність її цілісного дослідження зумовили вибір теми пропонованої статті, метою якої є висвітлення особливостей формування потреби здорового способу життя в майбутніх вихователів дітей дошкільного віку в процесі професійної підготовки та вивчення основних сучасних підходів до вирішення цієї проблеми.

Виклад основного матеріалу дослідження. Економічні, соціально-політичні зміни, що відбуваються в Україні, поставили педагогів сучасних закладів вищої освіти перед гострою необхідністю критичної переоцінки науково-теоретичних основ системи вищої освіти, орієнтованості їх на формування духовних потреб, здорових звичок, фізичного загартування та збереження здоров'я студентів.

Слід зазначити, що категорія «потреба» до сих пір не має однозначного визначення. Найбільш коротким продовжує залишатися визначення потреби як стану потреби [2, с. 22]. Саме в цьому значенні, як правило, цей термін вживається стосовно до здоров'я. Це передбачає, що потреба в здоров'ї людиною відчувається, коли воно вже втрачено. Однак здоров'я людини є продуктом всього комплексу біологічних, соціальних і духовних потреб. З цього випливає, що визначення потреби як нестачі або потреби в чому-небудь необхідному звужує значущість ключової ролі потреб в поведінці людини як істоти соціальної, наділеної розумом і волею, що реалізують природне прагнення людини до розвитку, самовдосконалення. Людська природа навіть біологічних потреб визначається – соціальною сутністю, тому ставлення до свого здоров'я виходить за рамки біологічного інстинкту самозбереження. Здоров'я має розглядатися як усвідомлена соціальна потреба, яка визначає його можливість самоствердження в житті. Проблема формування ЗСЖ передбачає переміщення потреби в здоров'я на рівень соціогенних потреб (в самоствердженні, самовираженні), коли здоров'я, поряд із засобом задоволення інших життєвих потреб, стає цінністю як такою, що досягається в процесі соціалізації особистості.

На основі вивчення літератури можна виділити два механізми формування, виховання та перевиховання особистості, які є однаково важливими і взаємно доповнюють один одного:

– свідомий вплив безпосередньо на мотивацію через переконання, роз'яснення, стимуляцію внутрішньої роботи по самосвідомості, переосмислення себе і навколишньої дійсності з подальшою розбудовою діяльності;

– вплив на особистість через зміну її соціального мікросередовища і умов діяльності з подальшою (саме через діяльність) перебудовою мотивації.

При цьому мета діяльності має бути значима для людини, а поставлені перед ним завдання не тільки зрозумілі, а й внутрішньо прийняті вмотивовані, знайшовши відгук і основу в його переживаннях. Так виникає стійка мотивація до продовження діяльності, яка не залежить від зовнішніх впливів.

Ставлення людини до свого здоров'я можна назвати парадоксальним. Цінність здоров'я відноситься до вищих життєвих цінностей і проголошується як безумовна норма життя. В системі життєвих цінностей воно займає, згідно з різними дослідженнями, важливе значення поряд з сім'єю і роботою [3]. Однак існує дисонанс між вербально декларованою, усвідомлюваною цінністю здоров'я і реальною поведінкою, спрямованим на його збереження і зміцнення. Одна з основних причин цього полягає в тому, що здоров'я займає важливе місце в структурі цінностей тому, що, будучи якісною характеристикою особистості, воно сприяє досягненню багатьох цілей і задоволення різних потреб людини. В умовах сучасної економічної та соціальної реальності здоров'я нерідко виступає як єдиний засіб досягнення поставлених завдань, що робить його важливим об'єктом використання, а його цінність є не фундаментальною, а інструментальною.

Особливо це актуально для молоді. При цьому цінність здоров'я як засіб досягнення цілей стає важливіше, ніж цінність його як засобу жити довго і повноцінно. Виникає протиріччя між прагненням досягти життєво необхідних цілей і об'єктивною необхідністю бути здоровим. Використання нерідко єдиного для молоді ресурсу – здоров'я – полегшена відсутністю культурно-ціннісних заборон в суспільстві і віддаленістю у часі можливих негативних проявів. При цьому не тільки не докладаються зусилля для збереження здоров'я, а й нормативні уявлення перебудовуються таким чином, щоб виправдати свою бездіяльність у випадку охорони здоров'я. Перебудова відбувається досить просто через відсутність соціальних норм і традицій збереження здоров'я у більшості населення.

Зміна неадекватних установок і стереотипів щодо здоров'я передбачає апеляцію до мотиваційної структури особистості, її ціннісних орієнтацій. Тому система заходів освітнього характеру має бути звернена перш за все до механізмів структури внутрішнього світу особистості. Знання, вміння, навички залишаться незатребуваними, якщо відсутні відповідні мотиви. Тому формування ціннісного ставлення до здоров'я передбачає звернення не стільки до когнітивної сфери, безпосередніми мотивами збереження здоров'я, скільки до цілого комплексу мотиваційних підструктур, що визначають загальну спрямованість особистості. Це, перш за все, мотиви ставлення до праці, професійної діяльності, що зумовлюють задоволеність роботою; перспектива професійного зростання і мобільності; мотиви матеріального благополуччя; уникнення неспіху, що особливо значимо для осіб із заниженою самооцінкою; прагнення до розширення кола спілкування; досягнення соціального престижу; підвищення соціального статусу, самооцінки; самовдосконалення.

В умовах сьогоднішніх соціальних реалій в якості перешкод турботи людини про здоров'я часто виступають об'єктивні фактори (низька якість медичного обслуговування, для студентів – відсутність умов для правильного харчування, занять фізичною культурою). Те, що раніше вважалося турботою держави, стає предметом індивідуальної турботи. Це ще більшою мірою підвищує значущість розробки ефективних програм навчання здоров'ю і ЗСЖ, особливо в молодому віці. Висновки вчених в роботах з даної проблеми свідчать про те, що більшість методів, пов'язаних з формуванням мотивації в дітей, студентів до ЗСЖ, одночасно є і методами навчання, на формування знань, умінь і навичок збереження і зміцнення здоров'я [4].

До теперішнього часу питання формування мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури залишаються найменш вивченими в сучасній науці. У практичній роботі, пов'язаній з розвитком фізичної культури, це питання найчастіше тільки декларується.

Ми поділяємо думку дослідника В. Золочевського, головним у структурі фізичної культури студента є мотиваційний компонент [5, с. 2]. Виникаючі на основі потреб мотиви визначають спрямованість особистості, стимулюють і мобілізують її на прояв активності. Потреба у фізичній культурі – головна спонукальна і регулююча сила поведінки особистості, що має широкий спектр: потреба в рухах і фізичних навантаженнях, у спілкуванні, в розвагах, відпочинку, емоційної розрядки, в самоствердженні, зміцненні позицій свого «Я», в пізнанні, в естетичній насолоді, в комфорті. В цілому потреби, які лежать в основі навчально-фізкультурної діяльності, можна розділити на три групи: потреба в русі, потреба у виконанні обов'язків дитини і потреба в спортивній діяльності [2]. Вони є психологічною основою мотивації занять фізичною культурою. Надалі під мотивацією в цілому слід розуміти сенс занять, мотиви, цілі, емоції.

Виникає на основі потреб, інтересів, цінностей система мотивів визначає спрямованість особистості в галузі фізичного виховання, стимулює і мобілізує її на прояв рухової активності. При цьому потреба є основою, джерелом, а інтерес – наслідком. Інтереси, виникаючи на основі первинної потреби людини в рухах, нових враженнях, новій інформації, при своєму розвитку можуть перерости в мотиви фізичного вдосконалення, розвитку та зміцнення здоров'я.

За результатами аналізу літературних даних, проблема формування ЗСЖ полягає, по-перше, в цілеспрямованому впливі на всі групи матеріальних і духовних потреб; по-друге, у формуванні, розвитку потреби в здоров'ї за допомогою виховання адекватного ставлення до здоров'я як цінності.

Формувати потребу в здоров'ї – значить забезпечити їй високу конкурентоспроможність серед інших потреб. Усвідомлена потреба в здоров'ї організовує поведінку людини, спрямоване на попередження хвороби, тобто визначає життя на підставі розумних потреб. У процесі становлення особистості складається система потреб, яка за допомогою мотивації визначає її поведінку. Зміст мотиву розкривається через виявлення тієї цінності або системи цінностей, на яку орієнтується особистість. Таким чином, формування потреби в здоров'ї має сприяти взаємозв'язку всіх потреб для реалізації єдиної мети – гармонійного розвитку людини, що і виражається в єдиній системі поведінки, званого ЗСЖ [5].

Негативні тенденції в сфері здоров'я, зокрема погіршення здоров'я молоді, свідчать про необхідність управління цією сферою. Розвиток хронічних захворювань, якими страждає близько третини студентської молоді, поряд з об'єктивними факторами, в значній мірі залежить від суб'єктивних факторів, які визначають ставлення людини до свого здоров'я, тобто лежать в площині його способу життя. Тому проблема поліпшення здоров'я молоді вимагає розробки такої його концепції, яка дозволяла б показати вплив окремих факторів на соціальному рівні і способи впливу на них.

Тому вивчення процесу формування ЗСЖ вимагає вивчення впливу різних сфер життя на поведінку в сфері здоров'я. Завдання ускладнюється тим, що здоров'я не є для індивіда цінністю сам по собі. Його значення опосередковується системою норм соціальної групи, до якої він належить. Іноді дотримання деяких суспільно схвалюваних норм поведінки вимагає від індивіда відмовитися від турботи про власне здоров'я. Не заперечуючи неминучості подібних ситуацій, необхідно все ж пильно оцінити значимість категорії здоров'я в порівнянні з іншими цінностями матеріального і морального характеру і вести роботу по посиленню усвідомленого прагнення людини до здоров'я.

За результатами проведеного дослідження можна зробити наступні висновки:

1. Здоровий спосіб життя як умова соціальної активності людини передбачає, в першу чергу, цілеспрямоване формування його свідомості і поведінки, які відповідають вимогам здоров'я. Формування потреби в здоров'ї має сприяти взаємозв'язку матеріальних і духовних потреб, переміщенню потреби в здоров'ї на рівень соціогенних потреб для реалізації єдиної мети – гармонійного розвитку людини, що і виражається в єдиній системі поведінки, званого ЗСЖ.

2. Управління способом життя вимагає радикальних заходів, методологічною основою яких має бути дослідження механізму цілеспрямованого впливу на потреби, інтереси, цінності і ціннісні орієнтації, що впливають на мотивацію ЗСЖ. Особливість місця потреб у процесі формування ЗСЖ полягає в тому, що вони стають тоді регулятором поведінки, коли людина усвідомлює потребу в здоров'ї і ставиться до нього як до цінності. Завдання управління при цьому полягає в тому, щоб допомогти людині вибудувати ієрархію цінностей, які сприятимуть гармонійної реалізації його соціальної та біологічної сутності.

3. Одним із шляхів досягнення цієї мети в процесі соціалізації особистості є мотивація оздоровчої діяльності студентів на заняттях фізичною культурою за допомогою навчання знанням, умінням і навичкам ведення ЗСЖ. У студентів з ослабленим фізичним станом особистісне ставлення до здоров'я сприяє формуванню інтересів і цінностей ЗСЖ, індивідуальних мотивів для його реалізації на практиці через підвищення ступеня саморозуміння, усвідомлення життєвих цілей і визначає їх інтеграцію в соціум.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми. Перспективними напрямками подальших досліджень є аналіз змісту, форм методів та технологій формування потреби здорового способу життя майбутнього вихователя дітей дошкільного віку в процесі професійної підготовки.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ

1. Бутов Р. С. Здоровий спосіб життя, як один з основних чинників збереження та зміцнення здоров'я / Р. С. Бутов // Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка "Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини", 2009. – Випуск 2. – С. 144–146.
2. Бобро А. А. Формування потреби здорового способу життя у студентів вищих навчальних закладів / А. А. Бобро // Витоки педагогічної майстерності. – 2014. – No 25. – С. 3.
3. Дудорова Л. Ю. Педагогічні умови формування потреби в здоровому способі життя майбутніх учителів у процесі фізичного виховання: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.04 "Теорія і методика професійної освіти" / Л. Ю. Дудорова. – Вінниця, 2009. – 24 с.
4. Абаскалова Н. П. Системный подход в формировании ЗОЖ субъектов образовательного процесса «школа-вуз» / Н. П. Абаскалова. – Новосибирск: НГПУ, 2001.
5. Ефремова А.Я. Формування мотиваційної сфери до здорового способу життя і занять фізичною культурою у майбутніх інженерів залізничного транспорту / А. Я. Ефремова, І. О. Сапегіна, С. С. Довженко, Т. М. Кочеткова // Наука і освіта. – 2016. – No 12. – С. 7–10.
6. Золочевський В. В. Педагогічні умови формування особистісної фізичної культури майбутніх педагогів / В. В.Золочевський. – Д.: Освіта – 2012. – No 3 – С. 62–67.