

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ПОТРЕБИ У ЗДОРОВОМУ СПОСОБІ ЖИТТЯ У ВЧИТЕЛІВ

В статті розглядається необхідність формування стійкої потреби в ЗОЖ у учителів, їх готовність формувати цю потребу у учнів. Вивчаються особливості розуміння учителями таких понять, як потреба, ЗОЖ, досліджуються компоненти ЗОЖ педагогів, а також причини, мешаючі учителям вести ЗОЖ.

Сучасний темп життя та постійне погіршення його умов негативно впливає на здоров'я кожного окремого індивіда та на людство в цілому. Незаперечним є той факт, що здоров'я – це одна з найбільш важливих людських цінностей, яка забезпечує можливість індивіду ефективно адаптуватися до постійних змін політичної, економічної, соціальної ситуації країни. Проте, стан здоров'я людства в цілому та українського населення зокрема постійно погіршується, не зважаючи на ряд масштабних заходів, спрямованих на збереження здоров'я населення, які вводяться в практику в галузі педагогіки, психології, соціальної роботи тощо [1]. В таких умовах актуальним, на нашу думку, стає питання про збереження та зміцнення здоров'я населення. Ми вважаємо, що позитивні зміни у цій галузі слід розпочинати з виховання у кожного конкретного індивіда ціннісного ставлення до власного здоров'я та зі сприяння усвідомленню людиною необхідності дотримання здорового способу життя (ЗСЖ).

Особливо гостро це питання постає серед вчителів, оскільки вони є прикладом наслідування для учнів. На нашу думку, виховати ціннісне ставлення учнів до власного здоров'я, сформувати в них потребу у ЗСЖ, як способі збереження здоров'я, може лише той вчитель, який розуміє значення здоров'я для життєдіяльності, має сформовану стійку потребу у ЗСЖ, що сприяє зміцненню його здоров'я і, як наслідок, може бути взірцем для учнів.

З метою вивчення особливостей розвитку потреби у ЗСЖ у вчителів, нами було проведено дослідження на базі 5 шкіл: гімназії № 59 імені О.М. Бойченка, загальноосвітнього навчального закладу «Спеціалізованої школи «Славія» м. Києва, загальноосвітніх шкіл № 1, 2, 5 м. Токмака Запорізької області. У дослідженні прийняло участь 56 вчителів-предметників, які мають різний досвід роботи. У дослідженні ми охопили вчителів, які вже мають достатній досвід навчально-виховної роботи з учнями та тих, які нещодавно закінчили навчання та розпочали педагогічну діяльність, а для полегшення аналізу даних, ми об'єднали досвід роботи досліджуваних у наступні категорії: від 0,5 до 4 років – 12 вчителів; від 10 до 15 років – 24 вчителів; від 23 до 27 років – 12 вчителів; від 35 до 39 років – 8 вчителів. Досліджувані викладають досить різноманітні предмети, до яких належать: гуманітарні науки (українська, російська мови та літератури, німецька, англійська мови, історія); природничі науки (біологія, основи здоров'я, хімія, географія); точні науки (математика); фізичне виховання. Це дало нам змогу вивчити особливості розвитку потреби у ЗСЖ не лише у вчителів, які у своїй професійній діяльності мають безпосереднє відношення до формування в учнів ціннісного ставлення до здоров'я, але і тих, які навчають дітей предметам, що не мають прямого зв'язку зі здоров'ям.

Дослідження проводилося за допомогою анкети, яка складається з 11 запитань, спрямованих на: вивчення особливостей розуміння вчителями таких понять, як здоров'я, потреба, здоровий спосіб життя (ЗСЖ); оцінку вчителями власного здоров'я, сформованості у них потреби у ЗСЖ; вивчення рівня розуміння вчителями необхідності формування потреби у ЗСЖ в учнів; визначення способів отримання вчителями знань зі ЗСЖ, а також вивчення засобів, які вчителі практично використовують для формування ЗСЖ в учнів.

У цій статті, ми вважаємо необхідним проаналізувати лише ті результати, які безпосередньо стосуються мети нашого дослідження: вивчення особливостей розвитку потреби у ЗСЖ у вчителів.

В контексті даного дослідження, важливим є вивчення розуміння педагогами поняття потреба, адже мова йде не лише про формування у них потреби у ЗСЖ, але і про готовність вчителів формувати в учнів цю потребу з метою збереження та зміцнення їх здоров'я. Для попередження отримання запрограмованих відповідей досліджуваних, ми, не конкретизуючи, пропонували їм дати визначення поняття потреба (див. табл. 1.1).

Таблиця 1.1

Особливості уявлення вчителів про поняття «потреба» (у %)

N = 56

№ з/п	Визначення поняття потреба	Отримані результати	
		А.к.	%
1.	Необхідність, бажання чогось	12	22
2.	Прагнення до здійснення, реалізації певних явищ	4	7
3.	Щось, без чого не можна прожити, не нашкодивши собі або іншим	12	22
4.	Відповідальність перед батьками, вчителями, собою	8	14
5.	Нужда, задоволення якої необхідне для розвитку організму і особистості	4	7
6.	Це звичка, без якої важко жити і дуже важко відмовитись	8	14
7.	Це поняття, яке одним реченням не охарактеризуєш	8	14

Як бачимо, з отриманих результатів, уявлення досліджуваних про поняття потреба досить різні, проте лише 7 % респондентів охарактеризували це поняття досить змістовно: «нужда, задоволення якої необхідне для розвитку організму і особистості», що, на нашу думку, є свідченням комплексного розуміння досліджуваними цього поняття. 14 % вчителів вказали, що це поняття не можливо описати одним реченням, така позиція може говорити про відсутність у респондентів правильного розуміння поняття «потреба». Інші відповіді, наприклад, «відповідальність перед батьками, вчителями, собою» (14 %), взагалі не розкривають поняття потреби і, на нашу думку, є свідченням несформованості уявлень педагогів про нього.

Цікавими є відповіді досліджуваних щодо ведення педагогами ЗСЖ, які ми отримали в ході анкетування, на запитання: «Чи веде Ви здоровий спосіб життя?». Крім того, з метою з'ясування, що саме досліджувані вкладають в поняття ЗСЖ, ми запропонували їм пояснити, у чому заключається ведення ними здорового чи нездорового способів життя.

Більшість вчителів (79 %) зазначили, що вони ведуть ЗСЖ, що, звичайно є позитивним для збереження та зміцнення здоров'я. Проте, з огляду на певну суб'єктивність відповідей, нами було проведено якісний аналіз додаткових запитань, які уточнювали особливості ЗСЖ тієї частини досліджуваних, які його ведуть та причини, які заважають дотримуватися ЗСЖ іншій частині. Так, 7 % досліджуваних зазначили, що не дотримуються здорового способу життя, а відповідь на запитання «Чому?», була наступною: «Маю шкідливі звички, перевтомлююся, мало рухаюся та мало буваю на свіжому повітрі». На нашу думку, така відповідь більше відображає характеристику способу життя респондентів, який, в даному випадку, є нездоровим, і не пояснює, чому вони не дотримуються ЗСЖ. 14 % склали відповіді досліджуваних, які одночасно і дотримуються, і не дотримуються ЗСЖ. Аналізуючи додаткові відповіді, ми з'ясували, що дотримання ними ЗСЖ характеризується неперейданням, рухливістю та активним спілкуванням, а недотримання – наявністю шкідливих звичок, які проявляються у неможливості утриматися від суперечок та дотримуватися раціонального харчування. На нашу думку, у разі, якщо у способі життя людини є компоненти, які мають систематичний негативний вплив на неї, такий спосіб життя не є здоровим, адже ЗСЖ сприяє не лише збереженню здоров'я, а і його зміцненню.

79 % досліджуваних, які ведуть ЗСЖ, до його компонентів віднесли: відсутність шкідливих звичок, дотримання режиму дня, гігієну, періодичні заняття спортом (57 %); уникання стресів, правильне харчування (7 %); загартування організму (7 %); я собі не ворог (7 %). Компоненти ЗСЖ, наведені вчителями, є загальними, типовими для більшості людей, проте, ми вважаємо, що кожна людина повинна мати індивідуальні, ефективні саме для неї способи збереження здоров'я, які за своєю суттю і є компонентами ЗСЖ. На нашу думку, збереження та зміцнення здоров'я людини можливе лише за умови систематичного ведення нею ЗСЖ, а для цього у індивіда повинна бути стійка потреба у ЗСЖ. Саме тому, в ході анкетування ми визначили особливості сформованості потреби у ЗСЖ у вчителів. Для цього, їм було запропоновано оцінити рівень сформованості потреби за шкалою від – 5 (несформована) до + 5 (абсолютно сформована).

Враховуючи те, що досліджувані самостійно оцінювали ступінь сформованості потреби, слід зауважити наявність певного рівня суб'єктивності результатів. Таким чином, у 100 % опитаних, на їх думку, сформована потреба у ЗСЖ, 57 % з яких мають абсолютно сформовану потребу (показники знаходяться на рівні 4–5 балів), а 43 % досліджуваних вважають, що мають сформовану потребу у ЗСЖ, але не на найвищому рівні (2–3 бали). Незважаючи на високі показники сформованості потреби у ЗСЖ, вчителі мають нечіткі уявлення про потреби, володіють лише загальноприйнятими заходами збереження здоров'я і, що, на нашу думку, є найбільш показовим, зі 100 % респондентів лише 79 %, за їх думкою, ведуть ЗСЖ.

Таким чином, вивчаючи особливості розвитку потреби у ЗСЖ у вчителів, ми дійшли наступних висновків:

1. Вчителі мають нечіткі уявлення про поняття потреба та компоненти ЗСЖ, а значить, потребують покращення якості цих знань з метою отримання можливості застосовувати їх у повсякденному житті.

2. Досліджувані характеризуються відсутністю систематичного дотримання ЗСЖ, яка пов'язана із нестабільною потребою у ньому, що створює необхідність розвитку стійкої потреби у ЗСЖ у вчителів для збереження і зміцнення здоров'я, покращення якості їх життя та забезпечення можливості ефективної реалізації особистісного та професійного потенціалу.

Ми переконані, що формування потреби у ЗСЖ у вчителів необхідно починати ще на стадії їх навчання в університеті. Адже саме під час навчання майбутні вчителі отримують знання, формують навички та розвивають професійні вміння, а від так цей етап є найбільш сприятливим для надання їм знань про здоров'я та ЗСЖ, виховання у них дбайливого ставлення до власного здоров'я, а також формування потреби у ЗСЖ та навичок його систематичного дотримання.

ЛІТЕРАТУРА:

1. *О политике Всемирной Организации Здравоохранения. «Здоровье для всех до 2000 года» // Медицинские вестн. – 1997. – № 1. – С. 22 – 23.*

УДК: 376.433.016:821,162

Кравець Н.П.

ВИТОКИ СТАНОВЛЕННЯ ОСНОВ ЧИТАЦЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ РОЗУМОВО ВІДСТАЛИХ УЧНІВ

В статье рассмотрены вопросы, касающиеся обучения умственно отсталых учащихся в условиях инклюзии и внутриклассной дифференциации. Доказано, что успеваемость умственно отсталых школьников зависит от сформированности их читательской деятельности.

Процеси гуманізації сучасного суспільства, превалювання дитиноцентризму посприяли тому, що у спеціальних навчальних закладах для розумово відсталих дітей з легкою розумовою відсталістю почали навчатися діти з помірною розумовою відсталістю, а частина дітей з порушеннями психофізичного розвитку отримала можливість навчатися в масових школах завдяки введенню інклюзивної форми навчання. Це знову повернуло нас до проблеми читання школярів, адже завдяки читацьким знанням та умінням учні зможуть здобувати необхідну інформацію не лише з паперових носіїв, а й використовуючи сучасну комп'ютерну техніку.

Проведений нами аналіз особових справ розумово відсталих учнів 1 – 4 класів засвідчив, що з масової школи до першого класу приходить в середньому лише 20% дітей; 25% періодично відвідували дитячий садок; 35% ніде не навчалися. З 28% дітей активно самотужки працювали вдома, готуючи їх до майбутнього шкільного навчання (переважно це діти з синдромом Дауна). Крім того, значна частина дітей має різноманітні коморбідні порушення.

Внаслідок як об'єктивних, так і суб'єктивних причин, учні з легкою і помірною розумовою відсталістю здебільшого навчаються в одному класі, що вимагає запровадження внутрішньокласного диференційованого навчання. Але успішність навчання в умовах інклюзії чи внутрішньокласної диференціації вимагає від школярів опанування необхідними знаннями й уміннями для засвоєння навчального матеріалу. Певним чином забезпечує це сформованість у них на належному рівні читацької діяльності.

Під читацькою діяльністю ми розуміємо спеціально організовану форму взаємодії учня як суб'єкта читання з об'єктом читання (текстом твору), направлену на корекцію розумових і фізичних порушень учня-читача. Читацька діяльність полягає у