

**НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені М. П. ДРАГОМАНОВА**

КАПРАНОВА Галина Вікторівна

УДК [373.5.015.31:613] (043.3)

**ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я У СТАРШОКЛАСНИКІВ
ЗАГАЛЬНООСВІТНЬОЇ ШКОЛИ ПРОМИСЛОВОГО МІСТА**

13.00.07 – теорія і методика виховання

АВТОРЕФЕРАТ

дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата педагогічних наук

Київ – 2010

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано в Луганському національному університеті імені Тараса Шевченка, Міністерство освіти і науки України.

Науковий керівник: доктор педагогічних наук, доцент
Чернуха Надія Миколаївна,
Міжрегіональна Академія управління персоналом,
завідувач кафедри управління
навчальним закладом.

Офіційні опоненти: доктор педагогічних наук, професор
Сущенко Людмила Петрівна,
Національний педагогічний університет
імені М. П. Драгоманова,
завідувач кафедри фізичної реабілітації;

кандидат педагогічних наук, доцент
Шапвалова Тетяна Григорівна,
Бердянський державний педагогічний
університет, доцент кафедри валеології
та безпеки життєдіяльності.

Захист дисертації відбудеться „_16_” __вересня__ 2010 р. о_14-00__
годині на засіданні спеціалізованої вченої ради К 26.053.09 у Національному
педагогічному університеті імені М. П. Драгоманова за адресою: 01601, м. Київ,
вул. Пирогова, 9.

З дисертацією можна ознайомитися в бібліотеці Національного педагогічного
університету імені М. П. Драгоманова за адресою: 01601, м. Київ, вул. Пирогова, 9.

Автореферат розіслано „_12_” __серпня_ 2010 р.

Вчений секретар
спеціалізованої вченої ради

Л. М. Вольнова

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми. Активізація темпів життя в Україні, зокрема розвиток інформаційних технологій, висока інтенсифікація навчання в старших класах, призводять до перенапруження нервової системи, виникнення стресу в школярів. За даними Міністерства освіти і науки України лише приблизно 7% підлітків є відносно здоровими, майже 50% школярів мають незадовільну фізичну підготовку. У промислових регіонах країни, особливо в містах з великим обсягом промислового виробництва, відбувається негативний вплив техногенних чинників на організм учнів.

Сьогодні в Україні на державному рівні визначено шляхи збереження й зміцнення здоров'я громадян, які закріплено в основному законі України – Конституції, Законі України „Основні законодавства України про охорону здоров'я”, „Про соціальну роботу з дітьми та молоддю” та ін. У Національній доктрині розвитку освіти України у XXI столітті підкреслено необхідність „формування через освіту здорового способу життя”. При цьому пріоритетним завданням системи освіти визначено навчання людини відповідального ставлення до власного здоров'я й здоров'я оточуючих як найвищих індивідуальних та суспільних цінностей.

Гуманізація освіти, її орієнтація на особистість школяра вимагають уваги до проблеми здоров'я. Різні аспекти цього питання останнім часом розглядають чимало науковців. Так, вплив різноманітних чинників середовища життєдіяльності, зокрема умов навчання, на здоров'я дітей тривалий час вивчали переважно науковці-медики: М. Антропова, Г. Апанасенко, В. Базарний, М. Безруких, Н. Полька, А. Сухарева та ін.

Філософські, педагогічні, медичні аспекти здоров'я та шляхи його збереження розглянуто в працях Ш. Амонашвілі, М. Амосова, І. Брехмана, В. Колбанова, Ю. Лисицина, В. Петленка та ін. Особливу значущість становлять публікації Л. Альшиної, В. Бобрицької, О. Вакуленко, О. Васильєвої, О. Вульфовича, М. Гриньової, Є. Дегтярьова, Г. Зайцева, В. Казначєєва, Ю. Сеницина, Л. Татарнікової, Ф. Філатова та ін., у яких автори досліджують проблему мотивації школярів до здорового способу життя. Загальні підходи до стратегії формування здорового способу життя учнів старшого шкільного віку вивчають О. Балакірева, Ю. Галустян, Н. Зимівець, Р. Левін, Н. Комарова та ін. Особливо цінним в означеному плані є дослідження Л. Сущенко, у якому здоровий спосіб життя розглянуто як об'єкт соціального пізнання. Вплив соціального середовища на формування особистості учня відображено в працях О. Безпалько, І. Зверєвої, Л. Міщик, Ю. Поліщука, Н. Чернухи та ін.

У дисертаційних роботах Н. Гаркуші, О. Диканової, С. Кириленко, Л. Магницької, М. Мариніної, Ж. Петрочко, С. Свириденко, Т. Шаповалової та ін. висвітлено питання формування культури здоров'я в молодого покоління, створення умов для розкриття творчого потенціалу соціально та біологічно здорової дитини й у сім'ї, і в системі безперервного виховання та навчання. При цьому В. Бабич, В. Горашук, Г. Кривошеєва, В. Скумін, Л. Татарнікова та ін. наголошують на тому,

що розвивальне й виховуюче навчання орієнтоване на саморозвиток, самооздоровлення молоді на базі глибокого самопізнання й адекватної самооцінки власного здоров'я. В. Агарков, О. Гречишкіна, І. Калиниченко, Е. Манолова, Н. Музичук, А. Сердюк, О. Турос та ін. присвятили свої праці окремим проблемам молоді в промисловому місті.

Водночас ознайомлення з результатами теоретичних напрацювань учених і практичним досвідом роботи загальноосвітніх шкіл щодо вирішення проблеми формування культури здоров'я школярів дозволило виявити низку суттєвих *суперечностей*: між потребами суспільства в підвищенні рівня здоров'я школярів і недостатньою розробленістю педагогічних умов формування культури здоров'я в загальноосвітніх навчальних закладах; між прогресивними тенденціями, пов'язаними з гуманізацією освіти, особистісно орієнтованим підходом у навчанні та вихованні школярів, особливо в останні роки, і подальшим погіршенням здоров'я учнів; між зростаючою необхідністю отримання знань старшокласниками щодо збереження й зміцнення свого здоров'я та недостатнім використанням оздоровчих технологій через непідготовленість педагогів і навчальних закладів загалом. Ці суперечності набувають особливого значення в умовах проживання в промислових містах.

Актуальність проблеми, її недостатнє вивчення та розкриття специфіки в науковій літературі зумовили вибір теми дослідження: „**Формування культури здоров'я у старшокласників загальноосвітньої школи промислового міста**”.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертаційну працю виконано згідно з планом науково-дослідних робіт кафедри теорії та методики фізичного виховання Луганського національного університету імені Тараса Шевченка, вона є складовою комплексної теми „Формування культури здоров'я дітей та учнівської молоді”, над якою працює кафедра (період 2001–2010 роки).

Тему дисертації затверджено Вченою радою Луганського національного університету імені Тараса Шевченка (протокол № 7 від 26 січня 2007 р.) та узгоджено в бюро Міжвідомчої ради з координації наукових досліджень з педагогічних і психологічних наук в Україні (протокол № 4 від 24 квітня 2007 р.).

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати, розробити та експериментально перевірити ефективність дії педагогічної системи формування культури здоров'я у старшокласників загальноосвітніх шкіл промислового міста.

Відповідно до мети окреслено такі **завдання дослідження**:

1. Здійснити аналіз досліджуваної проблеми в соціально-педагогічній теорії й практиці та розкрити наукові засади формування культури здоров'я школярів.

2. Визначити структуру й зміст культури здоров'я старшокласників та виявити особливості формування культури здоров'я учнів старших класів загальноосвітніх шкіл в умовах промислового міста.

3. Обґрунтувати педагогічну систему формування культури здоров'я в старшокласників і відповідні їй умови та технологічне забезпечення.

4. Експериментально перевірити ефективність упровадження педагогічної системи формування культури здоров'я старшокласників загальноосвітньої школи

промислового міста.

Об'єкт дослідження – процес формування культури здоров'я у старшокласників.

Предмет дослідження – педагогічна система та технологічне забезпечення навчально-виховного процесу, спрямованого на формування культури здоров'я у старшокласників загальноосвітньої школи промислового міста.

З метою вирішення поставлених завдань використано комплекс *методів дослідження*: *теоретичні* – аналіз філософської, психолого-педагогічної, культурологічної, медичної й валеологічної літератури для визначення генезису проблеми здоров'я учнівської молоді, розкриття сутності поняття „культура здоров'я старшокласників”; структурний аналіз при визначенні й обґрунтуванні педагогічних умов формування культури здоров'я в старшокласників промислового міста, а також при проектуванні педагогічної системи; *емпіричні* – анкетування, тестування, бесіда, цілеспрямоване педагогічне спостереження, що сприяли виявленню особливостей та рівня сформованості культури здоров'я старшокласників промислового міста; *педагогічний експеримент* (констатувальний, формувальний, контрольний) для перевірки ефективності запропонованої педагогічної системи формування культури здоров'я старшокласників загальноосвітніх шкіл у промисловому місті; *методи математичної статистики* в процесі кількісного та якісного аналізу емпіричних даних, визначення рівнів сформованості культури здоров'я старшокласників і підтвердження достовірності отриманих даних.

Теоретико-методологічну основу дослідження становлять ідеї, концепції, положення, висновки вчених щодо: аксіологічного та системного підходів до сутності, формування, збереження й зміцнення здоров'я, ведення здорового способу життя (М. Амосов, Г. Апанасенко, І. Брехман, Е. Вайнер, О. Вакуленко, В. Грибан, В. Казначєєв, Г. Кривошеєва, Ю. Лисицин, Л. Сущенко, Т. Шаповалова, В. Шкуркіна та ін.); особистісно орієнтованого підходу до навчання та виховання учнів (І. Бех, М. Віленський, І. Лернер, О. Пехота, С. Подмазін та ін.); особистісно діяльнісного підходу в психології та педагогіці (І. Бех, Л. Виготський, А. Маслоу, К. Роджерс та ін.); ідей гуманістичної філософії, педагогіки й психології про людину як суб'єкта спілкування (Ш. Амонашвілі, І. Булах, Д. Пащенко, С. Рубінштейн, В. Сухомлинський та ін.); соціально-педагогічних технологій (Р. Вайнола, Н. Зимівець, А. Капська, О. Падалка, О. Пометун, Г. Селевко, С. Харченко, О. Шпак та ін.); впливу соціального середовища на формування особистості школярів (І. Зверєва, Л. Міщик, Н. Чернуха та ін.); педагогічної валеології (В. Бабич, В. Горашук, Л. Дихан, Г. Зайцев, В. Колбанов, В. Кукушин, Л. Татарнікова та ін.), а також законодавча база й державні документи щодо формування здорового способу життя: Закон України „Про затвердження Типових навчальних планів загальноосвітніх навчальних закладів 12-річної школи” (обов'язкове впровадження навчального предмета „Основи здоров'я”), міжгалузєва комплексна програма „Здоров'я нації на 2002–2011 роки”, Концепція Державної програми „Репродуктивне здоров'я нації на 2006–2015 роки”, Загальнодержавна соціальна програма „Здорова нація на 2009–2013 роки” та ін.

Наукова новизна одержаних результатів дослідження полягає в тому, що:

– *уперше розроблено* та експериментально перевірено педагогічну систему формування культури здоров'я в середніх загальноосвітніх школах промислового міста на підставі розгляду культури здоров'я старшокласників усіма суб'єктами педагогічного процесу як пріоритетної мети; створення позитивної мотивації школярів до здоров'я як цінності; застосування активних, інтерактивних форм і методів щодо організації навчальної, позаурочної та позашкільної діяльності;

– *уточнено* сутність понять „культура здоров'я” й „оздоровчі технології” та *запропоновано* авторське визначення дефініції „культура здоров'я старшокласників”;

– *удосконалено* критерії сформованості культури здоров'я старшокласників; *доповнено та розширено* сутність форм, методів і засобів навчально-виховного процесу в загальноосвітніх школах, що сприяють формуванню культури здоров'я;

– *подальшого розвитку* набули положення аксіологічного, системного та діяльнісного підходів щодо формування культури здоров'я старшокласників, загальні наукові уявлення про культуру здоров'я учнів.

Практичне значення одержаних результатів дослідження полягає в тому, що розроблено й упроваджено методичні рекомендації „Як бути здоровим і успішним учнем” для вчителів, класних керівників, які працюють зі старшокласниками; запропоновано напрями оздоровчої діяльності в навчальному й виховному процесах загальноосвітніх шкіл промислових міст Донбасу та курортної зони України; апробовано модель формування культури здоров'я старшокласників. Матеріали дисертації можуть бути використані в роботі з підлітками інших освітніх установ: ліцеїв, гімназій, позашкільних навчальних закладів, а також при підготовці фахівців у сфері виховної роботи зі шкільною молоддю.

Результати дослідження *впроваджено* в навчально-виховний процес Алчевської середньої загальноосвітньої школи № 15 I–III ступенів (довідка № 208 від 25.06.2009 р.), комунального закладу „Середня загальноосвітня школа № 17 I–III ступенів м. Алчевська” (довідка № 46 від 16.02.2010 р.), комунального закладу „Середня загальноосвітня школа № 3 I–III ступенів м. Алчевська” (довідка № 38 від 17.02.2010 р.), комунального закладу „Алчевська середня спеціалізована школа № 22 з поглибленим вивченням предметів фізико-математичного циклу при Донбаському державному технічному університеті” (довідка № 57 від 15.02.2010 р.), багатопрофільної гімназії м. Стаханова (довідка № 20 від 21.01.2010 р.), шкіл м. Перевальська та Перевальського району (довідка № 15 від 14.01.2010 р.), Євпаторійського навчально-виховного комплексу „Гімназія імені І. Сельвінського” (довідка № 516-20 від 09.11.2009 р.), Алчевського дитячо-юнацького центру туризму, екскурсій і краєзнавства (довідка № 18 від 08.07.2009 р.), Алчевського центру еколого-натуралістичної творчості учнівської молоді (довідка № 27 від 08.07.2009 р.), Всеукраїнської екологічної громадської організації „МАМА–86” (довідка № 199 від 16.11.2009 р.).

Окремі результати дослідження було використано в діяльності державного закладу „Алчевська міська санітарно-епідеміологічна станція Луганської області”

для створення теоретичних і практичних розділів „Соціальні умови життєдіяльності” та „Загальний спосіб життя” соціально-гігієнічного моніторингу й активізації санітарно-просвітницької роботи в школах (довідки № 5/2425-2426 від 30.10.2009 р.).

На різних етапах дослідження в експериментальну роботу було включено 2562 старшокласники середніх загальноосвітніх шкіл промислового міста.

Особистий внесок здобувача. У колективній монографії „Растения в ноосфере и здоровье населения” з С. Капрановим, Л. Пенською авторським є розкриття технологій оздоровлення дітей та підлітків в умовах промислового міста, розробка методичного забезпечення організації науково-дослідної роботи старшокласників щодо впливу зелених насаджень на здоров'я, обґрунтування педагогічних умов формування культури здоров'я старшокласників.

У спільній статті зі Л. Слипенко, С. Капрановим авторськими є результати дослідження працездатності старшокласників за методикою В. Алфімова та загальні висновки; у спільній статті з С. Капрановим авторськими є методика дослідження та аналіз матеріалів щодо поширеності занять фізкультурою й спортом серед старшокласників у населених пунктах, які відрізняються за екологічним станом, розроблення рекомендації; у спільній статті з С. Капрановим, І. Тарасовою та ін. авторськими є результати дослідження щодо самопочуття старшокласників сільських населених пунктів та промислових міст у зв'язку із забрудненням навколишнього середовища; у спільній статті з О. Мозолевою, З. Яковлевою авторським є узагальнення та оформлення матеріалів дослідження щодо формування екологічної культури школярів; у спільній статті з В. Калініною, С. Капрановим, І. Ковальчуком авторськими є вивчення нервово-психічних умов життєдіяльності старшокласників з різних населених пунктів України, а також розроблення профілактичних рекомендації, що передбачають створення сприятливого психологічного клімату в школі та сім'ї.

Апробація результатів дисертації. Основні положення дисертаційної роботи оприлюднено на науково-практичних конференціях різного рівня: *Міжнародних* – „Наука і освіта” (Дніпропетровськ, 2005), „Динаміка наукових досліджень” (Дніпропетровськ, 2005), „Ціннісні пріоритети освіти у ХХІ столітті: інноваційний розвиток освітніх систем” (Луганськ, 2007), „Медико-екологічні та соціально-гігієнічні проблеми збереження здоров'я дітей в Україні” (Київ, 2009); *Всеукраїнських* – „Актуальні питання гігієни та екологічної безпеки України” (четверті марзєєвські читання, присвячені 125-річчю з дня народження О. Марзєєва, Київ, 2007), „Актуальні проблеми гігієни та екології” (Донецьк, 2007); „Ціннісні пріоритети освіти у ХХІ столітті: інтеграція, творчість, інновації” (Київ, 2009); *регіональній науково-практичній конференції* „Актуальні проблеми фізичного виховання в Україні” (Луганськ, 2008). Результати дослідження обговорювалися та отримали позитивну оцінку на засіданнях кафедр педагогіки, а також теорії та методики фізичного виховання Луганського національного університету імені Тараса Шевченка, семінарах педагогів Алчевська.

Публікації. Основний зміст дисертації висвітлено в 15 друкованих працях, з яких 9 є одноосібними. Серед них: 1 монографія (у співавторстві), 1 навчально-

методичний посібник (одноосібно), 7 одноосібних статей, з них – 4 у наукових фахових виданнях, затверджених ВАК України, 7 тез доповідей (2 – одноосібно).

Загальний обсяг особистого доробку становить 15 друкованих аркушів.

Структура дисертації. Дисертаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел (374 найменування, з них 8 – іноземною мовою), містить 15 додатків (на 66 сторінках). Загальний обсяг дисертації складає 289 сторінок друкованого тексту, з них 182 сторінки основного тексту. Роботу ілюстровано 26 рисунками на 14 сторінках, 17 таблицями на 15 сторінках.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У *вступі* обґрунтовано актуальність, визначено мету, завдання, об'єкт, предмет та методи дослідження, сформульовано теоретико-методологічні засади, розкрито наукову новизну, практичне значення одержаних результатів, відображено відомості про впровадження та апробацію результатів дослідження, представлено структуру дисертації.

У першому розділі – „*Теоретичні засади формування культури здоров'я старшокласників*” – проаналізовано стан досліджуваної проблеми в соціально-гуманітарних науках; розглянуто історико-педагогічні підходи щодо формування здоров'я людини; обґрунтовано сутність поняття „культура здоров'я старшокласників”; розкрито структуру й зміст культури здоров'я старшокласників загальноосвітніх шкіл промислового міста.

Здійснений теоретичний аналіз генезису проблеми формування здоров'я молодого покоління країни засвідчив, що оздоровчі й освітні завдання, які актуальні в теперішній час, вирішувалися протягом усієї історії людства. Так, мислителі Стародавньої Греції та Риму створили вчення про здоров'я. У філософських працях Сократа, Платона, Аристотеля та ін. утвердилася ідея про необхідність поєднання інтелектуального розвитку людини з вихованням культури тіла. Більше двох тисяч років тому Гіппократ відзначав вплив зовнішнього середовища та способу життя на стан здоров'я. Аристотель вважав, що фізичне, моральне й розумове виховання молоді взаємопов'язані, а ідея про те, що людина сама себе створює, є провідною в усіх його працях.

Учені-педагоги Я.-А. Коменський, П. Лесгафт, Дж. Локк, А. Макаренко, Г. Сковорода, Й. Песталоцці, В. Сухомлинський, К. Ушинський та ін. збагатили шкільну освіту фундаментальними ідеями про здоров'я, що сприяло формуванню культури здоров'я нації.

Внесок учених сучасності (М. Агаджанян, Г. Апанасенко, Ш. Амонашвілі, М. Амосов, І. Брехман, В. Грибан, В. Колбанов, Ю. Лисицин, та ін.) у досліджувану проблему дозволив нам при розробці поняття „здоров'я” констатувати, що здоров'я людини – складний феномен, який одночасно розглядають у багатьох ін. науках.

Установлено, що сучасні науковці характеризують *здоров'я* як стан, цілісність якого пояснюється взаємодією фізичного, психічного, духовного й соціального аспектів, а динамічність зумовлюється впливом системи чинників ризику й чинників

благополуччя. Індивідуальне здоров'я визначено як досягнення людиною високого рівня фізичної працездатності, наявності в неї адаптації до умов зовнішнього середовища, стійкості до різних захворювань, тобто як результат процесу її взаємодії з місцем існування. Формування здоров'я молодого покоління здійснюється при взаємодії зовнішніх чинників (природних, соціальних) і внутрішніх (духовність, спадковість). Крім того, відзначено, що здоров'я залежить від ставлення до життя, від обраного пріоритету (переважно біологічного або духовного). Враховуючи зазначене, у дослідженні ми дотримувалися аксіологічного підходу, що дозволило розглядати здоров'я як вищу цінність людини та основну цінність культури нації.

На основі аналізу сучасної практики формування культури здоров'я старшокласників окреслено дві *стратегії* роботи шкіл зі збереження й зміцнення здоров'я: стратегію вимушених заходів у зв'язку з незадовільним екологічним станом регіону та стратегію формування здоров'язберігаючого простору. Остання реалізується у формі двох *моделей*: медичної, що припускає забезпечення здоров'я учнів шляхом максимального наповнення навчально-виховного процесу школи медичними (фізіологічними) технологіями діагностики, підтримки й зміцнення здоров'я та психолого-педагогічної, що ґрунтується на засадах здоров'язберігаючої педагогіки.

Виявлено, що в найбільш загальному вигляді культура розуміється як сукупний результат продуктивної діяльності людей; у вузькому, особистісному розумінні – як певні цінності та норми поведінки людини в соціальному й природному оточенні. Установлено, що вперше термін „культура здоров'я” використано В. Климовою. Визначення самого поняття „культура здоров'я” наявне в публікації валеолога Л. Татарнікової, яка розглядає культуру особистості як ступінь залучення до процесу оволодіння знаннями, достатності в оволодінні валеологічними знаннями, самокорекції психологічного стану. У працях культуролога В. Скуміна визначено зміст, значення культури здоров'я в становленні особистості й забезпеченні здорового способу життя.

Порівнюючи наукові підходи вищеназваних учених до розгляду поняття „культура здоров'я”, а також дослідження Е. Вайнера, В. Горащука, Г. Зайцева, В. Колбанова та ін., ми визначаємо поняття „культура здоров'я старшокласників” як інтегративне особистісне утворення, яке проявляється в ціннісному ставленні до власного здоров'я та до здоров'я інших людей, у спрямованості до збереження та зміцнення всіх аспектів здоров'я, у здоров'ятворчій поведінці та дбайливому ставленні до навколишнього середовища.

Питання формування культури здоров'я школярів є не новими в педагогічній науці. У працях В. Бабича, В. Горащука, С. Кириленко, Г. Кривошеєвої, Л. Татарнікової та ін. розкрито загальні аспекти зазначеної проблеми. Форми й методи формування здорового способу життя учнівської молоді пропонують О. Вакуленко, С. Свириденко, Р. Купчинов та ін. М. Антроповою, О. Бабенковою, М. Безруких та ін. розроблено й апробовано методика моніторингу здорового способу життя школярів, які мешкають у містах і сільських населених пунктах.

Водночас аналіз результатів дослідження засвідчив, що в педагогічній науці недостатньо вивчено такі питання, як: системне формування культури здоров'я на уроках і в позаурочній діяльності; раціональні підходи до впровадження й використання оздоровчих методик у процесі навчання та виховання школярів; особливості формування культури здоров'я старшокласників у промисловому місті та вплив оздоровчих методик на виховний процес. Проведене дослідження спонукало нас вирішувати поставлені вище питання. Важливе місце ми відводимо вивченню мотивації старшокласників до здорового способу життя та обґрунтуванню психолого-педагогічних умов, які сприяють формуванню культури їхнього здоров'я.

Методологічним орієнтиром емпіричного дослідження культури здоров'я стали: системний підхід, який передбачав цілісність у практичній діяльності, спрямованій на комплексну реалізацію здорового способу життя; особистісно орієнтований підхід, спрямований на активізацію позитивних якостей особистості в процесі активної взаємодії суб'єктів оздоровчої роботи; діяльнісний, який полягав у тому, щоб допомогти особистості учня в становленні й розвитку, моральному й духовному самовдосконаленні.

Дослідження значення культури здоров'я для формування особистості старшокласника на підставі системно-цілісного підходу дозволило встановити *функції* цього процесу (аксіологічна, гносеологічна, перетворювальна, регулятивна, рефлексивна, креативна) і відповідно до названих функцій виділити *компоненти культури здоров'я старшокласників*, виявити їх взаємозв'язок і взаємозалежність у цілісній структурі й тим самим визначити суть цього поняття. При цьому *когнітивний компонент* розглянуто як знання основ здоров'я й сутності здорового способу життя (медико-біологічні, екологічні та психологічні знання); *мотиваційно-ціннісний компонент* культури здоров'я – як настанову на здоровий спосіб життя, ставлення до здоров'я як до цінності, готовність до дій з його зміцнення; *діяльнісно-поведінковий компонент* – як свідоме дотримання старшокласниками культури здоров'я, вольова активність та оволодіння вміннями й навичками з формування, збереження та зміцнення здоров'я, формування творчої позиції.

Означені компоненти було співвіднесено з відповідними *критеріями сформованості культури здоров'я* старшокласників. Перший критерій сформованості культури здоров'я нами визначено як *валеологічна освіченість* з формування, збереження та зміцнення здоров'я. Він відображає повноту знань щодо індивідуальних особливостей організму, основних захворювань та їх профілактики; шкідливих звичок й умінь їх попередження, основ екології й охорони природи; сутності здоров'я й здорового способу життя, працездатності, профілактики стресів і втоми, народних методів лікування, національних традицій. Другий критерій – *валеологічна свідомість*. Він включає розуміння цінності здоров'я для особистості, присутність мотивації до дотримання здорового способу життя, інтерес до екологічних проблем міста й регіону, прагнення до поліпшення знань про здоров'я та застосування оздоровчих технологій, творчий підхід до розробки індивідуальних оздоровчих систем, усвідомлення ролі поведінкового чинника в дотриманні здорового способу життя й збереженні здоров'я. Третій критерій – *валеологічна поведінка*, тобто ведення здорового способу життя (дотримання режиму дня,

режиму сну, рухова активність, раціональне харчування, відсутність шкідливих звичок, нервово-психічна рівновага), участь в оздоровчих і екологічних заходах, систематичний і творчий підходи до природоохоронної діяльності.

Виходячи з визначених критеріїв, обґрунтовано *рівні сформованості культури здоров'я*: високий, середній, низький. Зокрема, високий рівень культури здоров'я характеризується системним підходом до накопичення теоретичних, практичних знань і вмінь у галузі здоров'я, здорового способу життя, екології, відсутності шкідливих звичок, використання оздоровчих систем, успішної участі в оздоровчих і екологічних заходах.

На основі результатів пілотажного дослідження доведено, що учні 8-х класів мають низький рівень валеологічної культури й тому мало усвідомлюють значущість здоров'я. На цьому етапі діяльність педагогів, особливо біологів, спрямовується на формування потреби в збереженні здоров'я як цінності для особистості (оскільки у 8-му класі починається вивчення біології людини). Упродовж навчання в старших класах, а отже, в учнів 9-х класів формуються інтереси й потреби в дотриманні здорового способу життя. Вони вивчають будову організму людини, її взаємозв'язок з природою та відносини в суспільстві, знайомляться з методиками діагностики здоров'я. Це дозволяє сформувати в них мотиваційне ставлення до свого здоров'я. Коли школярі вчаться в 10–11-х класах, то можна констатувати створення педагогами умов для застосування отриманих знань на практиці. В учнів 10-го класу, а особливо 11-го, спостерігається прояв високого рівня мотивації до діяльності, у тому числі зі збереження не тільки свого здоров'я, але й здоров'я батьків, учителів, друзів. У цей період відбувається подальше вдосконалення особистості старшокласника з елементами творчості, підвищення суспільної його активності, самореалізація, пошук нових способів і механізмів оздоровлення себе й навколишнього середовища.

Обґрунтовані вище теоретичні положення та практичні дослідження було покладено в основу подальшої експериментальної роботи.

У другому розділі – **„Педагогічна система формування культури здоров'я у старшокласників середньої загальноосвітньої школи промислового міста”** – визначено рівні сформованості культури здоров'я в старшокласників загальноосвітніх шкіл промислового міста; обґрунтовано й упроваджено модель, педагогічні умови та технологічне забезпечення формування культури їхнього здоров'я; висвітлено хід і результати експериментально-дослідної роботи.

Використання результатів психолого-педагогічної діагностики дозволило проаналізувати спосіб життя старшокласників, психологічний клімат, виявити наявність і ступінь мотивації в кожного школяра та окреслити чинники середовища життєдіяльності, що негативно впливають на здоров'я.

Вивчення дотримання здорового способу життя старшокласниками в промислових містах і сільських населених пунктах Донбасу показало, що, зокрема, у Луганській області значна кількість учнів піддається негативному впливу шкідливих звичок: 10,6% старшокласників активно курять, 54,9% зазнають „пасивного” куріння, 61,7% періодично вживають алкогольні напої (з них 6,4% учнів – міцні напої). Чимала частка учнів порушує нормальний режим життєдіяльності: 84,6% не

дотримуються режиму дня (з них 23,3% – постійно), 50,5% несвоєчасно відходять до сну, 71,3% сплять менше за фізіологічно оптимальну норму; 71,7% не дотримуються режиму харчування. Більшість старшокласників порушують норми раціонального харчування: 92,7% школярів не отримують оптимального харчування в навчальному закладі – з включенням першої страви 4–5 разів на тиждень (з них 31,1% узагалі не харчуються в навчальному закладі), 26,0% не віддають перевагу споживанню молочних продуктів, 65,6% п'ють сиру водопровідну воду, яка не відповідає гігієнічним вимогам (з них 18,1% постійно).

Згідно з отриманими даними в Луганській області велика частка старшокласників веде пасивний спосіб життя: 33,4% школярів не виконують ранкову гімнастику, а 55,0% виконують її нерегулярно, 46,8% не займаються спортом.

Окрім того, частина учнів знаходиться в незадовільних нервово-психічних умовах життєдіяльності: 28,4% старшокласників оцінили своє життя як неспокійне в нервово-психічному плані, а 30,3% було важко відповісти на це запитання; 9,2% старшокласників підпадають під негативний вплив психогенних чинників у сім'ї, 29,9% – у школі. Також встановлено, що 11,1% школярів не мають перспективної мети в житті, а 23,7% не визначилися з нею. Відсоток хлопців, які курять та вживають алкогольні напої, гострі страви, сиру водопровідну воду, достовірно вищий, ніж дівчат. Загалом, більшість старшокласників не дотримуються раціонального способу життя та піддаються дії депресивних соціальних чинників.

Таким чином, результати проведеного нами дослідження на першому етапі констатувального експерименту засвідчили, що значний відсоток старшокласників не дотримують здоровий спосіб життя.

У 2005–2006 рр. проведено другий етап констатувального експерименту (ЕГ – 205 старшокласників, КГ – 206), метою якого було: виявлення рівнів сформованості культури здоров'я і їх критеріїв (валеологічної освіченості, валеологічної свідомості, валеологічної поведінки). На початку другого етапу констатувального експерименту 12,4% учнів КГ та 12,7% учнів ЕГ показали високий рівень сформованості культури здоров'я, більшість були на середньому рівні сформованості (59,2% КГ та 59,4% ЕГ), а низький рівень показали 28,4% КГ та 27,9% ЕГ.

Виявлені негативні тенденції в життєдіяльності школярів на першому та другому етапах констатувального експерименту, а також аналіз теоретичних досліджень спонукали нас до розробки педагогічної системи та *моделі формування культури здоров'я в старшокласників промислового міста* (рис. 1).

Розроблена та обґрунтована нами модель формування культури здоров'я в старшокласників промислового міста дозволила відобразити цілісну *педагогічну систему*, що об'єднує конкретну мету, завдання, зміст, принципи, педагогічні умови, етапи та технологічне забезпечення цього процесу. Ці складові забезпечують системність і логіку в упровадженні обґрунтованих оздоровчих форм, методів, прийомів та засобів формування культури здоров'я в старшокласників. Модель формування культури здоров'я апробовано під час нашого експерименту.



Рис. 1. Модель формування культури здоров'я у старшокласників промислового міста

На всіх етапах педагогічної експериментальної роботи з формування культури здоров'я ми спиралися на *принципи*: гуманізації, природовідповідності, культуровідповідності, цілісності та єдності, залучення особистості до діяльності, загального взаємозв'язку, системного підходу до структури та змісту освіти, що відповідають цілям збереження й зміцнення здоров'я школярів, тобто створення умов для успішної реалізації в житті.

Формування культури здоров'я старшокласників відповідно до створеної моделі було здійснено в *три етапи*.

Спонукально-інформаційний етап педагогічного експерименту передбачав створення умов для формування мотивації в школярів 9-х класів до ведення здорового способу життя, розуміння цінності здоров'я, усвідомлення впливу чинників навколишнього середовища на здоров'я, необхідності врахування індивідуальних психолого-фізіологічних характеристик особистості й, таким чином, розвитку її ціннісного потенціалу.

Реалізації завдань педагогічної стратегії на цьому етапі сприяло застосування таких форм і методів: нестандартний урок, психологічні й інтелектуальні розминки, дебати, диспути, дискусії тощо. Всі ці методи були підпорядковані головному завданню педагогів: формуванню правильного уявлення учнів, які не мають настанови на здоровий спосіб життя, про роль його в житті особистості, про шляхи реалізації особистісного потенціалу й на цій основі виховання ставлення до здоров'я як важливого життєвого пріоритету. Це спонукало значну частину учнів залучатися до науково-дослідницької, пошукової та проектної діяльності. На цьому етапі експерименту розширювалися уявлення старшокласників про себе, про колектив (клас, сім'я, школа), про здоровий спосіб життя, про екологію, способи та механізми збереження й зміцнення власного здоров'я, а також формувалися ціннісне ставлення до здоров'я та екологічна компетентність.

Практичний етап експерименту передбачав формування системи знань і вмінь з ведення здорового способу життя, реалізацію оздоровчих технологій в учнів 10-х класів у зв'язку з усвідомленням цінності життя на Землі, здоров'я людей і нації, а також участь в екологічній діяльності. Педагогічна робота здійснювалася шляхом упровадження в навчальний процес додаткового теоретичного матеріалу, що відображав сучасні знання про взаємозв'язок здоров'я людини й середовища; посилення міжпредметних зв'язків з метою поглиблення знань про здоровий спосіб життя, природоохоронну діяльність; підвищення компетентності учнів за допомогою використання дослідницького методу.

Креативний етап експериментальної роботи (з учнями 11-х класів) передбачав застосування вироблених навичок ведення здорового способу життя, організацію індивідуальної оздоровчої діяльності, стимулювання прояву самостійної творчості при взаємодії педагогів і старшокласників.

У виховному процесі під педагогічними технологіями вчені розуміють систему знань, необхідних педагогу для реалізації стратегії, тактики й процедури виховання учнів. У зв'язку з цим у процесі роботи з формування культури здоров'я старшокласників нами застосовувалася система *оздоровчих технологій*, спрямованих на вирішення завдань зміцнення фізичного, психічного, духовного й

соціального аспектів здоров'я. При цьому *оздоровча технологія* розглядалася як закономірна послідовність взаємопов'язаних дій педагогів і школярів, спрямованих на зміцнення здоров'я, що гарантують успішну реалізацію оздоровчих завдань при забезпеченні комфортних умов суб'єктам освітнього процесу. Отже, оздоровча технологія є системоутворювальним засобом розвитку культури здоров'я старшокласників, оскільки дозволяє формувати в школярів ціннісне ставлення до здоров'я та набувати необхідних здоров'язберігаючих знань, умінь і навичок, які стимулюють прояв рефлексії, емоційно-вольових якостей з метою регуляції здоров'язберігаючої діяльності.

Основними об'єктами такого впливу були учні старшого шкільного віку, оскільки саме цей вік відзначається наявністю криз, суперечностей, конфліктністю й непередбачуваністю емоційних і поведінкових реакцій. Усе це є результатом несприятливого соціального розвитку, зумовленого різними негативними чинниками, зокрема впливом факторів ризику промислового міста.

Доведено, що інтенсивна робота з упровадження оздоровчих технологій у процес навчання й виховання школярів на уроках і в позаурочній діяльності сприяє компенсації втрат, нанесених здоров'ю дітей, які мешкають у містах з несприятливими умовами. Під час експерименту з формування культури здоров'я наша мета полягала в стимулюванні в школярів ціннісного ставлення до формування, збереження та зміцнення власного здоров'я. Така ситуація забезпечувалася дотриманням гіпотетично спрогнозованих *педагогічних умов* технологічного забезпечення формування культури здоров'я в старшокласників.

Першою умовою є *розгляд культури здоров'я старшокласників усіма суб'єктами педагогічного процесу як пріоритетної мети*. Вона передбачала: 1) створення середовища здоров'язбереження, упровадження програм формування культури здоров'я учнів у середніх загальноосвітніх школах, а також використання навчально-виховних і креативних можливостей дисциплін природничо-наукового циклу; 2) створення ситуацій творчого пошуку, ознайомлення учнів з оздоровчими системами, програмами самовиховання, тренінгами у школі й поза нею; 3) використання різних форм занять – лекції, конференції, практикуми, лабораторні роботи, факультативні заняття, практичні роботи тощо. З метою забезпечення навчального успіху кожного учня використано положення індивідуального підходу в педагогічній діяльності, які обґрунтовані Н. Галєєвою, А. Марковою, І. Масликовою, М. Смирновим. Згідно з ідеями цих авторів, однією з важливих умов формування, збереження й зміцнення здоров'я школярів є показники індивідуального стилю навчальної діяльності, що впливають на навчальний успіх.

Друга педагогічна умова формування культури здоров'я – *створення позитивної мотивації школярів до здорового способу життя, здоров'я як цінності* – передбачала: 1) сприйняття настанов на здоровий спосіб життя як найважливішої життєвої цінності для особистості учня; 2) залучення учнів до творчого осмислення положень здорового способу життя, доповнення й розширення їх через спільну творчість і виховання; 3) вироблення власного стилю й системи здорового способу життя; 4) проблемно-критичне сприйняття життєдіяльності соціуму учнями й педагогами та важливості оздоровчого процесу, шляхів його вдосконалення;

5) розробку вчителем власної системи педагогічної діяльності, спрямованої на оздоровлення учнів і самого себе для розвитку всіх аспектів індивідуального здоров'я (духовного, психічного, фізичного); 6) розробку вчителем та учнями системи діяльності, спрямованої на оздоровлення навколишнього середовища.

Третя педагогічна умова передбачала *використання активних, інтерактивних форм і методів щодо організації навчальної, позаурочної та позашкільної діяльності з питань формування культури здоров'я учнів*. При цьому в навчальний процес включались як традиційні уроки з елементами оздоровчої педагогіки, так і лекції, семінари, факультативи, спецкурси, наукові конференції тощо. Встановлено, що формуванню культури здоров'я старшокласників у позаурочній та позашкільній діяльності сприяють такі форми роботи: 1) проведення екскурсій, походів на території, що віддалені від промислових, транспортних та інших джерел забруднення (наприклад, раз на тиждень екскурсії в парки, до водоймищ міста і в приміські зони, раз на місяць туристичні походи в один із районів Луганської області); 2) щорічна організація експедицій під час літніх канікул в екологічно сприятливі регіони разом з юними туристами та юннатами (зокрема, р. Деркул, Азовське та Чорне моря) з метою підвищення пізнавальної активності, екологічного виховання, зміцнення здоров'я; 3) організація досліджень педагогами щодо впливу чинників довкілля на здоров'я та використання отриманих даних з метою корегування оздоровчих технологій, аргументованого переконання молодого покоління в необхідності дотримання гігієнічних вимог, спрямованих на зміцнення здоров'я; 4) участь у різних конкурсах, наукових конференціях („Вода – джерело життя”), спортивних змаганнях, заходах проектної діяльності; 5) практична діяльність з озеленення школи, пришкільної території, парків; 6) застосування елементів арт-терапії (зміцнення здоров'я за допомогою мистецтва), театральна діяльність учнів, зокрема, за темою здорового способу життя, з метою профілактики стресів (психічне здоров'я) та формування позитивної емоційної сфери учнів (духовне здоров'я).

У школах м. Алчевська регулярно проводилися такі заходи, що активізують пізнавальну діяльність старшокласників та формування їхнього психічного й духовного здоров'я: показ мюзиклів („Подорож організмом людини”, „Досконалість органів і функцій організму людини”), екологічні мініатюри, літературно-музичні композиції („Всесвіт на ім'я Жінка”, „Лебедине озеро”) та ін. Нами доведено, що ефективність оздоровчої діяльності зростає завдяки співпраці з батьками й провідними фахівцями позашкільних навчальних установ.

На уроках у середніх загальноосвітніх школах використано авторську оздоровчу програму, суть якої розкрито в науково-методичних рекомендаціях „Як бути здоровим і успішним учнем”. Щоденне застосування вправ (для відпочинку очей та зняття психоемоційної напруги, нормалізування дихання, а також для розвитку пам'яті й тренування уваги) допомагало учням оволодіти оздоровчими навичками. Спільними зусиллями вчителів, учнів, батьків створювалася картотека оздоровчих вправ. Доведено, що валеологічна гімнастика, нетрадиційна гімнастика та інші засоби не вимагають багато часу, тому можуть упроваджуватися як під час занять, так і виконуватися школярами вдома із залученням до цього батьків.

З метою *раціональної організації уроку* в практику впроваджено „Схему валеологічного аналізу уроку” та „Універсальний конструктор уроку біології”, складений за методикою А. Гіна. Експериментальна робота також передбачала для учнів експериментальних класів проведення *факультативів* („Природа і здоров’я людини” – 9 кл., „Екологічні проблеми міста” – 10 кл.) і спецкурсу („Екологія людини” – 11 кл.), окрім того, постійних *занять гуртків від станції туристів* з напрямів: „Екологічне та історичне краєзнавство”, „Етнографія”, „Пішохідний туризм”, де учні отримували додаткові знання з екології, історії України, народознавства, набували спортивних навичок, умінь, а також медичних знань з першої медичної допомоги, раціонального харчування, масажу, самомасажу, оздоровчого впливу фізичного навантаження. У спільній роботі вчителів різних навчальних предметів, класних керівників, керівників вищезазначених гуртків використовувалися оздоровчі технології, спрямовані на формування фізичного, психічного, духовного й соціального здоров’я. Як правило, одна чверть старшокласників брала участь у науково-дослідницькій діяльності на базі експериментальних шкіл, у секціях МАН за напрямками „Медицина та екологія”, „Екологія”, стільки ж учнів брали участь у спортивних секціях.

Серед *методів* формування культури здоров’я старшокласників дієвими виявилися: (інформаційні – лекції, бесіди; переконання, диспути, проблемні, прикладу, мозковий штурм, цілепокладання) – як ефективна умова формування свідомості; (діалогічне спілкування, виховні ситуації, проектні, дослідницькі, практично-діяльнісні) з метою організації діяльності й (моделювання життєвих ситуацій, рольові ігри, дослідно-пошукові, проектні, метод СОЕВКС – словесно-образного, емоційно-вольового керування станом людини за Г. Ситіним) щодо формування досвіду поведінки, стимулювання поведінки й діяльності.

Створенню ситуації успіху учнів, оптимізації превентивного та творчого виховання сприяла *співпраця* з батьками, працівниками станцій туристів, юннатів, членами дитячої спілки „Екологічна варта”. Для учнів проводилися спільні заходи різної тематики: „Від екології природи – до екології душі”, „Міс Здоров’я”, „За здоровий спосіб життя”. Організовувалися спортивні змагання, походи, поїздки, екскурсії. Один раз на тиждень старшокласники мали змогу ознайомитись з результатами цієї діяльності через обласну науково-популярну медичну газету „Людина та здоров’я”. У ній було представлено результати проведеного нами анкетування старшокласників Донбасу та Криму, а також наведено рекомендації щодо здорового способу життя в умовах промислового міста.

Узагальнення результатів аналізу рівнів сформованості культури здоров’я дозволило констатувати значні розбіжності в учнів контрольної та експериментальної груп. Достовірність отриманих даних перевірено за допомогою статистичних критеріїв: t-критерію Стюдента, λ -критерію Колмогорова-Смирнова та χ^2 критерію Пірсона.

За результатами проведеного формувального експерименту в експериментальній групі збільшилася кількість старшокласників, які не мають шкідливих звичок, з 18% до 25,2%. За показником участі в спортивних та оздоровчих заходах зменшився відсоток учнів з низьким рівнем активності з 23,8%

до 8,3% та водночас збільшилася кількість школярів з високим рівнем активності в цих заходах з 3,1% до 29,1%.

Узагальнені результати сформованості культури здоров'я старшокласників за трьома критеріями (валеосоосвіченість, валеосвідомість, валеоповедінка) та їх показниками, виявленими на констатувальному й формувальному етапах експерименту, наведено на діаграмі (рис. 2).

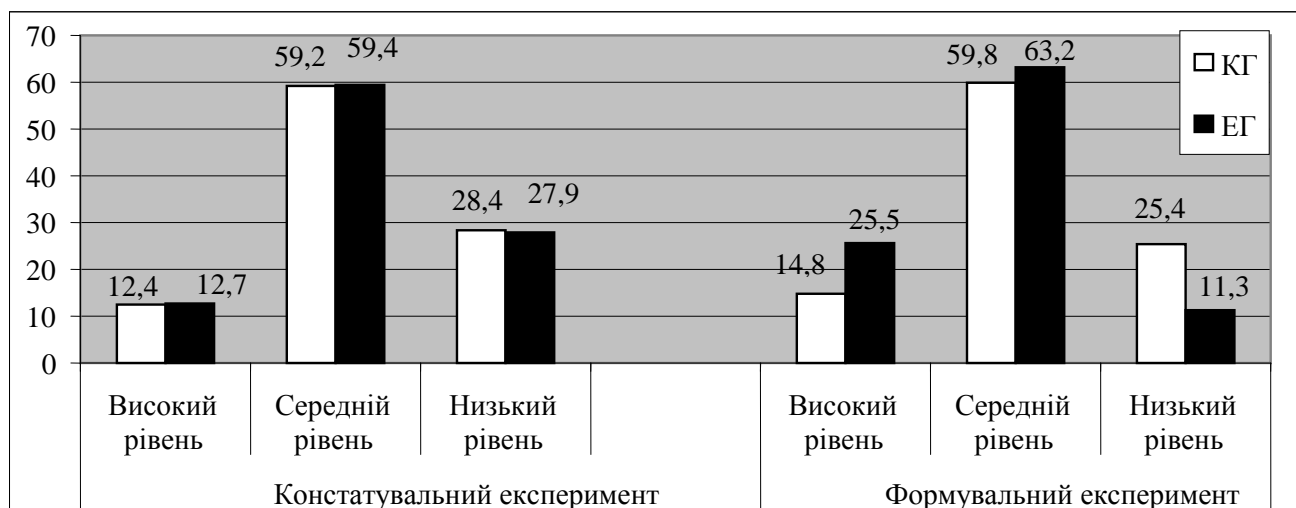


Рис. 2. Динаміка рівнів сформованості культури здоров'я старшокласників, %

Як видно з наведених даних, кількість учнів експериментальної групи, які мають високий рівень сформованості культури здоров'я, після завершення формувального експерименту зросла з 12,7% до 25,5% (тобто вдвічі), а відсоток старшокласників з низьким рівнем сформованості культури здоров'я зменшився з 27,9% до 11,3% (тобто у 2,5 рази). Виявлені відмінності статистично достовірні.

У контрольній групі за порівнювані періоди статистично значущі зміни відсотка старшокласників з низьким, середнім і високим рівнями сформованості культури здоров'я не виявлено.

Отже, аналіз експериментальних даних підтвердив, що обґрунтована та впроваджена нами педагогічна система формування культури здоров'я в старшокласників середньої загальноосвітньої школи промислового міста (модель, педагогічні умови, оздоровчі технології та ін.) є ефективною.

ВИСНОВКИ

У дисертації наведено теоретичне узагальнення й нове вирішення проблеми формування культури здоров'я старшокласників загальноосвітньої школи промислового міста, що виявляється в обґрунтуванні та експериментальній перевірці педагогічної системи, зокрема, моделі, педагогічних умов і оздоровчих технологій, які сприяють підвищенню ефективності цього процесу. Результати теоретичного й експериментального дослідження засвідчили вирішення поставлених завдань та дали підстави для таких висновків:

1. За останні десятиліття в Україні та, в першу чергу, в регіонах із несприятливою екологічною ситуацією, зокрема, в промислових містах Донбасу, відбувається погіршення стану здоров'я школярів. Тривожним є стійке збільшення вживання підлітками алкогольних напоїв і наркотичних речовин, схильність до куріння. Підкреслено, що погіршення стану здоров'я молоді під час навчання в закладах освіти можна попередити за рахунок удосконалення навчально-виховного процесу. Ефективності формування культури здоров'я старшокласників сприяли: комплексний підхід до розв'язання досліджуваної проблеми, оптимальне усвідомлення теоретичних валеологічних матеріалів шкільних дисциплін природничо-наукового та гуманітарного циклів; цілеспрямоване вироблення відповідних поглядів, переконань, почуттів, формування практичних умінь, навичок та звичок ведення здорового способу життя, організації природоохоронної діяльності; поєднання виховання в урочній, позаурочній, позашкільній роботі; взаємодія педагогічного колективу, працівників позашкільних організацій, батьків, медиків. Особливого значення набуває використання в навчально-виховному процесі індивідуальних оздоровчих технологій.

2. Історичний аналіз розробленості проблеми у вітчизняній і зарубіжній науці засвідчив, що здоров'я завжди вважалося однією з фундаментальних загальнолюдських цінностей упродовж усього розвитку людського суспільства. Аналіз соціально-педагогічної теорії та сучасної практики з формування культури здоров'я учнів засвідчив об'єктивну потребу в розробці педагогічної системи, необхідність створення відповідних їй умов та технологічне забезпечення формування культури старшокласників у середніх загальноосвітніх закладах. Процес формування культури здоров'я молоді має інтегративний характер, оскільки містить досягнення багатьох галузей знань.

3. Теоретико-методологічними засадами для аналізу проблем виховання старшокласників у середніх загальноосвітніх закладах визначено сучасні наукові підходи до пізнання: аксіологічний, системний, особистісно орієнтований, особистісно діяльнісний, культурологічний. Їх урахування дозволило визначити дефініцію „культура здоров'я”: у широкому значенні як важливий складний компонент загальної культури людини, система цілісного розвитку, а у вузькому – як якісне утворення особистості. При цьому культуру здоров'я старшокласників ми визначили як інтегративне особистісне утворення, яке проявляється в ціннісному ставленні до власного здоров'я та до здоров'я інших людей, у спрямованості до збереження та зміцнення всіх аспектів здоров'я, у здоров'ятворчій поведінці та дбайливому ставленні до навколишнього середовища.

4. Структура культури здоров'я старшокласників містить такі змістовні компоненти: когнітивний (знання основ здоров'я – медико-біологічні, екологічні та психологічні, а також особливостей ведення здорового способу життя), мотиваційно-ціннісний (настанова на здоровий спосіб життя, ставлення до здоров'я як до цінності життя людини, нації, країни, населення планети в цілому, готовність до дій з його зміцнення), діяльнісно-поведінковий (свідоме дотримання здорового способу життя, вольова активність та оволодіння вміннями й навичками з формування, збереження, зміцнення здоров'я, формування активної творчої

позиції). Критеріями культури здоров'я старшокласників є: валеосвіченість, валеосвідомість, валеоповедінка.

5. Результати констатувального експерименту дозволили визначити, що відсоток старшокласників, які не дотримуються здоров'язберігаючої моделі поведінки (мають шкідливі звички, порушують режим дня, не додержуються вимог раціонального харчування, недостатньо займаються вправами з рухової активності, більше піддаються стресовим ситуаціям тощо) значно вищий у промислових центрах, порівняно з їхніми однолітками з сільської місцевості та курортних міст Криму. Отримані дані вказують на те, що рівень забруднення навколишнього середовища негативно впливає на ухвалення рішення старшокласниками про необхідність ведення здорового способу життя, у свідомості школярів певною мірою знижується значущість здоров'я як вищої людської цінності.

Відсоток хлопців, які курять та споживають алкогольні напої, гострі страви, сиру водопровідну воду, достовірно вищий, ніж дівчат. У той самий час, за винятком шкідливих звичок, відсоток дівчат старшого шкільного віку, які ведуть нераціональний спосіб життя й підпадають під вплив депресивних соціальних чинників, вірогідно вищий, ніж хлопців. Дівчата потребують більшої уваги з боку педагогів та батьків.

6. У дисертації теоретично обґрунтовано та експериментально перевірено педагогічні умови формування культури здоров'я старшокласників: розгляд культури здоров'я всіма суб'єктами навчально-виховного процесу як пріоритетної мети; створення позитивної мотивації до здоров'я як цінності; застосування інтерактивних форм та методів. Комплексному впровадженню педагогічних умов сприяє використання авторської оздоровчої програми „Як бути здоровим і успішним учнем”. Створенню ситуації успіху учнів, оптимізації превентивного та творчого виховання сприяє співпраця з батьками, працівниками станцій туристів, юннатів, членами дитячої спілки „Екологічна варта”. Модель формування культури здоров'я у старшокласників промислового міста, що розроблена та обґрунтована нами, становить цілісну педагогічну систему.

7. На основі зіставлення отриманих результатів, їх кількісного та якісного аналізу доведено, що формування культури здоров'я через упровадження запропонованої педагогічної системи зумовило суттєві статистично значущі зміни в кожному з компонентів культури здоров'я й рівнях сформованості досліджуваного явища в старшокласників. Отримані після завершення формувального експерименту дані підтверджують ефективність запропонованої педагогічної системи, відповідних їй умов та технологічного забезпечення. Згідно з результатами експериментального дослідження, встановлено підвищення у школярів рівня сформованості всіх компонентів культури здоров'я. Зафіксовано динаміку збільшення кількості учнів експериментальної групи з високим і середнім рівнями сформованості культури здоров'я відповідно з 12,7% до 25,5% (тобто вдвічі) та з 59,4% до 63,2% і зниження чисельності учнів з низьким рівнем сформованості культури здоров'я з 27,9% до 11,3% (тобто у 2,5 рази).

Дисертаційна праця не вичерпує всіх аспектів розв'язання проблеми формування культури здоров'я в старшокласників загальноосвітньої школи

промислового міста, а відображає лише основні аспекти цієї роботи. До *перспективних* напрямів наукових розробок належать: удосконалення соціально-педагогічного інструментарію для моніторингу й оцінювання, подальшого вивчення особливостей поведінки старшокласників; вивчення психології здоров'я, використання психологічних тренінгів з метою формування культури здоров'я; застосування діагностичних програм, через упровадження яких можна підвищити ефективність оздоровчих соціально-педагогічних технологій.

Основні положення дисертації відображено в таких публікаціях автора:

1. Капранова Г. В. Растения в ноосфере и здоровье населения : монография / Капранов С. В., Капранова Г. В., Пенская Л. А. – Луганск : Янтарь, 2008. – 256 с.: ил., табл. – Библиогр.: с. 233–244.

2. Капранова Г. В. Как быть здоровым и успешным школьником : науч.-метод. рек. для учителей / Г. В. Капранова. – Алчевск : Мега-Принт, 2008. – 30 с.

3. Капранова Г. В. Деятельность общеобразовательных школ и туристско-краеведческих внешкольных учреждений по формированию экологической культуры у школьников промышленного города / Г. В. Капранова // Вісн. Луган. нац. пед. ун-ту ім. Тараса Шевченка. – 2006. – № 18 (113) : Пед. науки. – С. 100–107.

4. Капранова Г. В. Вивчення основних напрямків сучасної біології (генна інженерія, клітинна інженерія, клонування) у школі / Г. В. Капранова // Освіта Донбасу. – 2007. – № 4 (123). – С. 31–37.

5. Капранова Г. В. Використання здоров'язберігаючих технологій у системі освіти й виховання школярів промислового міста / Г. В. Капранова // Вісн. Луган. нац. пед. ун-ту ім. Тараса Шевченка. – 2008. – № 8 (147) : Пед. науки. – С. 137–141.

6. Капранова Г. В. Формування здібностей особистості старшокласників (на прикладі уроку з біології в 9 класі) / Г. В. Капранова // Рід. шк. – 2009. – № 11 (959). – С. 56–59.

7. Капранова Г. В. Оценка умственной работоспособности учеников средней общеобразовательной школы / Л. Н. Слипенко, Г. В. Капранова, С. В. Капранов и др. // Актуальные вопросы охраны здоровья детей и подростков Донбасса : сб. науч. тр. – Луганск, 1996. – Вып. 1. – С. 79–81.

8. Капранова Г. В. Екологічна освіта і виховання учнів в навчальному процесі загальноосвітньої школи / Г. В. Капранова, О. Г. Мозолева, З. Б. Яковлева // „Динаміка наукових досліджень, 2005”: матеріали VIII Міжнар. наук.-практ. конф. (17–21 лют. 2005 р.). – Т. 36 : Методичні основи виховного процесу. – Дніпропетровськ, 2005. – С. 29–30.

9. Капранова Г. В. Анализ жалоб старшеклассников промышленного города на ухудшение самочувствия / С. В. Капранов, Г. В. Капранова, И. О. Тарасова и др. // „Наука і освіта 2005” : матеріали IV Міжнар. наук.-практ. конф. – Т. 30 : Медицина. – Дніпропетровськ, 2005. – С. 51–52.

10. Капранова Г. В. Научно-исследовательская работа по экологии – одна из форм работы с одаренными детьми / Г. В. Капранова // Антропогенные проблемы биосферы (техносфера). – Луганск ; Алчевск ; Стаханов, 2007. – С. 35–41.

11. Капранова Г. В. Роль і зміст роботи вчителя з формування екологічної культури та здорового способу життя учнів загальноосвітньої школи / Г. В. Капранова // Ціннісні пріоритети освіти у XXI столітті : інноваційний розвиток освітніх систем : матеріали IV Міжнар. наук.-практ. конф., 3–5 жовт. 2007 р., Луганськ. – Луганськ, 2007. – Ч. 2. – С. 104–109.

12. Капранова Г. В. Распространенность занятий физкультурой и спортом среди старшеклассников городов и сельских населенных пунктов / С. В. Капранов, Г. В. Капранова // Актуальні проблеми фізичного виховання в Україні : зб. матеріалів Регіон. наук.-практ. конф., 2 квіт. 2008 р. / Стаханов. навч. комплекс. – Луганськ, 2008. – Ч. 2. – С. 73–80.

13. Капранова Г. В. Оцінка нервово-психічних умов життєдіяльності старшокласників різних населених пунктів України / В. І. Калініна, С. В. Капранов, Г. В. Капранова та ін. // Актуальні питання гігієни та екологічної безпеки України : зб. тез доп. наук.-практ. конф., 22–23 трав. 2008 р. – К., 2008. – С. 160–162.

14. Капранова Г. В. Из опыта экологического воспитания школьников / Г. В. Капранова // Екологічні аспекти Луганщини в контексті сталого розвитку : зб. наук. пр. / за ред. М. І. Драніщева (відп. ред.), С. К. Черних, В. А. Яковлев, Т. М. Косогова. – Луганськ, 2009. – С. 180–181.

15. Капранова Г. В. Упровадження здоров'язберігаючих технологій в педагогічний процес загальноосвітніх шкіл промислового регіону / Г. В. Капранова // Медико-екологічні та соціально-гігієнічні проблеми збереження здоров'я дітей в Україні : зб. тез доп. наук.-практ. конф. з міжнар. участю, 10–11 верес. 2009 р. – К., 2009. – С. 144–147.

АНОТАЦІЇ

Капранова Г. В. Формування культури здоров'я у старшокласників загальноосвітньої школи промислового міста. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук за спеціальністю 13.00.07 – теорія і методика виховання. – Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова. – Київ, 2010.

Дисертаційну роботу присвячено дослідженню проблеми формування культури здоров'я в старшокласників загальноосвітньої школи промислового міста.

Висвітлено сутність і взаємозв'язок базових понять дослідження; здійснено історико-теоретичний та практичний аналіз розвитку поглядів на формування, збереження, зміцнення здоров'я людини, розкрито узагальнені аспекти щодо питань формування культури здоров'я учнів. У дисертації обґрунтовано та експериментально перевірено ефективність педагогічної системи, педагогічних умов та технологічного забезпечення формування культури здоров'я старшокласників. Автором визначено сутність, критерії й показники культури здоров'я, виявлено рівень її сформованості у старшокласників та етапи формування. Основні результати дослідження впроваджено в навчально-виховний процес загальноосвітньої школи промислового міста.

Ключові слова: здоров'я, культура здоров'я, культура здоров'я старшокласників, педагогічні умови, педагогічна система, оздоровчі технології.

Капранова Г. В. Формирование культуры здоровья у старшеклассников общеобразовательной школы промышленного города. – Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.07 – теория и методика воспитания. – Национальный педагогический университет имени М. П. Драгоманова. – Киев, 2010.

Диссертационное исследование посвящено проблеме повышения эффективности формирования культуры здоровья старшеклассников общеобразовательной школы промышленного города. В диссертации представлен анализ историко-теоретической литературы и практики, касающейся проблемы здоровья подрастающего поколения. В результате изучения дефиниций „здоровье”, „оздоровительные технологии”, „культура здоровья старшеклассников” уточнены и даны их авторские определения.

Придерживаясь аксиологического подхода, автором рассмотрено здоровье как наиболее важная ценность человека и украинской нации. Установлено, что формирование здоровья школьников осуществляется при взаимодействии внешних факторов (природных и социальных) и внутренних (духовность, наследственность). Подчеркивается, что показатели здоровья зависят от отношения индивида к жизни, от выбранного приоритета (преобладания биологического или духовного).

Культура здоровья старшеклассников – интегративное личностное образование, которое проявляется в ценностном отношении к собственному здоровью и здоровью других людей, в направленности на сохранение и изменение всех аспектов здоровья, в здоровьесознательном поведении и бережливом отношении к окружающей среде.

Раскрыта структура культуры здоровья старшеклассников (когнитивный, мотивационно-ценностный, деятельностно-поведенческий компоненты), критерии и соответствующие показатели (валеологическая образованность – наличие знаний, умений по формированию, сохранению и улучшению здоровья в условиях промышленного города; валеологическая сознательность – отношение к здоровью как ценности, направленность на здоровый образ жизни; валеологическое поведение – ведение здорового образа жизни, успешное участие в оздоровительных и экологических мероприятиях). Исходя из определенных компонентов, предложены уровни формирования культуры здоровья: высокий, средний, низкий.

Обоснованы педагогические условия формирования культуры здоровья у старшеклассников общеобразовательной школы: рассмотрение культуры здоровья старшеклассников всеми субъектами педагогического процесса как приоритетной цели; создание позитивной мотивации школьников к здоровью, здоровому способу жизни; использование активных, интерактивных форм и методов.

Выделены особенности формирования культуры здоровья старшеклассников в условиях промышленного города: приобщение школьников к научно-исследовательской, поисковой деятельности; использование индивидуальных

оздоровительных технологий, туристическая направленность, театральная деятельность.

Предложена педагогическая система, обеспечивающая эффективность формирования культуры здоровья у старшеклассников общеобразовательной школы.

Разработаны и внедрены в учебно-воспитательный процесс школы методические рекомендации, использованы интерактивные формы, методы, индивидуальные оздоровительные технологии. Наиболее эффективными формами организации учебно-воспитательной работы выявлены: факультативы, курсы, занятия кружков туристско-краеведческой направленности, классные часы, исследовательская работа с одаренными школьниками, конференции, практическая деятельность.

Результаты формирующего эксперимента подтвердили целесообразность форм, средств и методов, которые были использованы.

Ключевые слова: здоровье, культура здоровья, культура здоровья старшеклассников, педагогические условия, педагогическая система, оздоровительные технологии.

Kapranova G. V. Creating of the health culture of the high-school pupils in an industrial city. – Manuscript.

The thesis for getting the scientific degree of Candidate of Pedagogical Sciences in specialty 13.00.07 – the theory and methodology of education. – National M. P. Dragomanov Pedagogical University. – Kyiv, 2010.

The thesis is devoted to the problem of the health culture of the high-school pupils in an seniors in industrial city.

The essence of the basic concepts of this research and their relationships, are reviewed in the thesis. The historical theoretical and practical analysis of points of view on creating and strengthening of human health is also made. Current level of the formed health culture of the high-school pupils is examined in this work. The effectiveness of the educational system and pedagogical conditions in the process of creating of the health culture of high-school pupils is proved and experimentally examined in the thesis. The author defines the essence, criteria and indicators, stages of creating of the health culture of high-school pupils. The main results of the research are introduced in the educational process of the secondary school in an industrial city.

Key words: health, health culture, health culture of the high-school pupils, pedagogical conditions, educational system, improving health technologies.

Підписано до друку 24.06.2010 р. Формат 60x84/16. Папір офсетний.
Гарнітура Times New Roman. Друк ризографічний.
Ум. др. арк. 0,9. Тираж 100 пр. Зам. № 792

Видавництво Державного закладу „ Луганський національний
університет імені Тараса Шевченка”
вул. Оборонна, 2, м. Луганськ, 91011
Тел / факс: (0642) 58-03-20

