

НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені М.П. ДРАГОМАНОВА

ГЛАДОЩУК ОЛЕКСАНДР ГРИГОРОВИЧ

УДК 796.011.3:37.013

**ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ВДОСКОНАЛЕННЯ КУЛЬТУРИ
ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ
В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ**

**13.00.02 – теорія та методика навчання
(фізична культура, основи здоров'я)**

**Автореферат
дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата педагогічних наук**

Київ – 2008

Дисертацією є рукопис.

Робота виконана в Інституті вищої освіти Академії педагогічних наук України

Науковий керівник: кандидат історичних наук, професор
ХОДАКОВСЬКИЙ Володимир Федорович,
Херсонський морський коледж,
начальник.

Офіційні опоненти: доктор медичних наук, професор
КРИВИЧ Ірина Пантелеївна,
Національний педагогічний університет
імені М.П.Драгоманова,
професор кафедри медико-біологічних та валеологічних
основ охорони життя та здоров'я;

кандидат педагогічних наук,
старший науковий співробітник
ЗУБАЛІЙ Микола Дмитрович,
Інститут проблем виховання АПН України,
завідувач лабораторією фізичного розвитку.

Захист відбудеться 26 березня 2008 р. о 14 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради К 26.053.14 в Національному педагогічному університеті імені М.П.Драгоманова за адресою: 01601 м. Київ, вул. Пирогова, 9.

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

Автореферат розісланий 25 лютого 2008р.

Учений секретар
спеціалізованої вченої ради

В.Г.Ареф'єв

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми. Проблема розробки та впровадження культури зміцнення здоров'я, фізичної реабілітації людей, особливо молоді і студентів, належить до першочергових проблем сучасної державної політики. І це зрозуміло. Здоров'я людей – багатство нації. Від його стану багато в чому залежить перебіг і ефективність виробничих процесів, стосунків між людьми, особливо в малому колективі та сім'ї, духовний стан суспільства, його політичний та соціокультурний розвиток. Деякі вчені делегують цю проблему переважно медичним закладам і установам, службам охорони здоров'я, розглядають її як суто галузеву. Між тим, стан здоров'я людей є показником досконалості, розвиненості й перспективності соціальної системи як такої, переваг (чи прорахунків) її економічної стратегії, культурної політики, політичної системи. А це означає, що проблема здоров'я має яскраво виражений політичний і культурно-ідеологічний аспекти, які потребують дослідження і висвітлення на сторінках педагогічної літератури.

У Посланні Президента до Верховної Ради України „Про внутрішнє і зовнішнє становище України у 2005 році”, зазначається, що „неправильно покладати основний тягар відповідальності за стан здоров'я населення лише на галузь охорони здоров'я. Експертами ВООЗ доведено, що служба охорони здоров'я має обмежений вплив. Значно більше його визначає спосіб життя, у тому числі харчування, фізична культура і стан довкілля. Тому охорона здоров'я не лише галузева проблема і має забезпечуватися шляхом координації взаємодії Уряду, органів центральної та регіональної влади і місцевого самоврядування, міжнародних та громадських організацій”.

На сьогодні стан здоров'я населення України є вкрай незадовільним, а сама проблема охорони здоров'я позначена як „найгостріша соціальна проблема України”. І цьому є достатні підстави. Надто високою (у порівнянні з економічно розвиненими країнами світу) в Україні є передчасна смертність населення; помітним є високий рівень захворюваності населення на тлі значного поширення чинників ризику захворювання, зокрема, тютюнопаління, вживання алкоголю, наркотиків; підвищений рівень захворюваності серед малозабезпечених сімей; поширення епідемій туберкульозу і ВІЛ-інфекції/СНІДу. Досить поширеними є серцево-судинні захворювання.

Формування нової ідеології та культури зміцнення здоров'я студентів постає як завдання, без вирішення якого суспільство може понести досить помітні й невідтворювані втрати людського потенціалу, що поза всяким сумнівом негативно позначиться на виробничій інфраструктурі, добробуті, якості життя та культурі. Аналіз цієї проблематики є актуальним і невідкладним завданням сучасної педагогічної думки і освітньої практики, тому що здоров'я належить до першочергових, непересічних цінностей людини. Збереження здоров'я, дотримання здорового способу життя вважається найбільш вагомою нормою загальної культури людини цивілізованого суспільства.

Вивчення практики показує, що переважна більшість сучасних студентів культуру здорового способу життя сприймають досить помірковано, якщо й

взагалі не скептично. Соціологічні обстеження засвідчують, що категорія „здоров’я” знаходиться далеко на периферії їх суспільних цінностей. Усім своїм способом життя сучасні студенти скоріш демонструють зневагу до свого здоров’я. Тому таку установку не можна розцінювати інакше, як зневагу до батьків, народу, культури і держави, які дарували їм життя, вклали в їхнє зростання, навчання і виховання відповідні сили і кошти й мали надію, що вони стануть повноцінними членами суспільства, надією й опорою на старість. Проведення педагогічних досліджень, формування на цій основі ідеологічних та психологічних установок, загальної культури особистості й здорового способу життя є завданням актуальним і невідкладним.

Аналіз дослідження проблеми здоров’я у ХХ та на початку ХХІ сторіч засвідчує, що досить ґрунтовно вона вивчалася у педагогічній, медичній, культурологічній літературі. Її розробляли М.Антропова, А.Баранов, Ю.Жилов, Н.Матвєєва, Г.Апанасенко, О.Дубогай, Т.Круцевич, А.Сухарєв, А.Хрипкова та інші. Як бачимо, в теоретичному вимірі ця проблема не була поза увагою. Інша справа, що вона досліджувалась дещо однобічно. Медичний аспект значно переважав над педагогічним і виховним. Усвідомлення студентською молоддю цінності здоров’я як одного з головних пріоритетів забезпечення національних інтересів, розвиток здорового способу життя, відмова від шкідливих звичок зміцнюють їхнє здоров’я значно краще ніж будь-які лікувальні засоби.

Отже, для сучасних вищих технічних навчальних закладів вкрай актуальним постає питання формування у студентської молоді культури збереження власного здоров’я та ведення здорового способу життя у процесі професійної підготовки під час навчання. Тому актуальність досліджуваної проблеми, її недостатня теоретична і практична розробленість зумовили вибір теми **“Педагогічні умови вдосконалення культури зміцнення здоров’я студентів в системі фізичного виховання у вищому навчальному закладі”**.

Зв’язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Загальний напрям дисертаційної роботи пов’язаний із темою дослідження відділу змісту, філософії та прогнозування вищої освіти Інституту вищої освіти АПН України – “Філософія і методологія розвитку вищої освіти України у контексті євроінтеграційних процесів” (РК №0106U002009). Тема дисертаційного дослідження затверджена на засіданні вченої ради Інституту вищої освіти АПН України від 26 вересня 2005 року (протокол № 6, п. 3.3), погоджено в Раді з координації наукових досліджень у галузі педагогіки та психології АПН України (протокол № 9 від 27.11.2007р.).

Мета і завдання дослідження. *Мета* – теоретично обґрунтувати й експериментально перевірити педагогічні умови вдосконалення культури зміцнення здоров’я студентів в системі фізичного виховання у вищому навчальному закладі.

Для досягнення цієї мети передбачено вирішення таких *завдань*:

- 1) здійснити історико-педагогічний аналіз процесу формування здорового способу життя студентської молоді;
- 2) визначити поняття “здоров’я людини”, факторів впливу (позитивних і негативних) на здоров’я студентів в сучасній Україні;

3) здійснити аналіз ризиків та загроз фізичному і психічному стану студентів в епоху інформаційної революції;

4) здійснити аналіз змісту і процесу професійної підготовки студентів з дисципліни “Фізичне виховання” щодо оздоровчої спрямованості;

5) розробити та впровадити в навчальний процес вищого технічного навчального закладу спецкурс “Основи здорового способу життя”;

6) обґрунтувати та експериментально перевірити педагогічні умови, які забезпечують ефективність вдосконалення культури зміцнення здоров'я студентів в системі фізичного виховання.

Об'єктом дослідження є процес фізичного виховання студентів вищих технічних навчальних закладів.

Предметом дослідження виступають педагогічні умови вдосконалення культури зміцнення здоров'я та засоби його підвищення у студентів вищих технічних навчальних закладів.

Вдосконалення культури зміцнення здоров'я молоді в системі фізичного виховання у вищих навчальних закладах набуває ефективності за реалізації комплексу таких педагогічних умов:

- розробка і впровадження програми оздоровлення студентів вищого навчального закладу;
- удосконалення змісту навчальної дисципліни “Фізичне виховання” як у теоретичному так і практичному напрямку сучасною науковою інформацією, новітніми оздоровчими технологіями, спрямованими на формування здорового способу життя студентської молоді;
- впровадження в навчальний процес інформаційно-просвітницьких програм спрямованих на усвідомлення й застереження від небезпеки, яка виникає і поглиблюється у зв'язку з вкрай безвідповідальним ставленням більшості молоді та студентів до власного здоров'я;
- використання сучасних оздоровчих технологій та вивчення методик їх застосування на практичних заняттях як в групах зі спортивних дисциплін, так і у спеціальних медичних;
- реалізація теоретичних знань і практичних навичок на самостійних заняттях.

Методи дослідження. Основними методами, за якими здійснювалось дослідження є: діалектичний, герменевтичний, порівняльний, структурно-функціональний та ін. Ці методи використовувалися у взаємозв'язку і взаємодоповненні, що дозволило виявити суперечності досліджуваних проблем, причини, які до цього спонукають, чинники та умови розв'язання суперечностей, здійснити на цій основі відповідний прогноз розвитку ситуації в майбутньому.

На основі структурно-функціонального методу проаналізоване поняття та структура (в її динаміці) культури здорового способу життя; функціональні взаємозв'язки та залежності його окремих складників, зокрема, розуміння, відчуття, самопочуття тощо; герменевтичний метод дав змогу проникнути в сутність світоглядного (духовного) світу студента, зрозуміти його ціннісні пріоритети, виявити місце категорії „здоров'я” в системі цінностей;

експериментальні – психолого-педагогічний експеримент (констатувальний, формувальний) – для перевірки ефективності запропонованих умов підготовки студентів; праксиметричні методи – для вимірювання рівня готовності студентів до формування культури здорового способу життя з використанням методу експертних оцінок; діагностичні – для отримання оперативної інформації та здійснення зворотнього зв'язку через анкетне опитування, бесіди, тестування, спостереження; порівняльний метод дозволив уточнити завдання і зміст модернізації навчального процесу, зокрема, з предметів, які стосуються понять „здоров'я” та „здорового способу життя”, норм культури та моралі у ставленні людини до людини, навколишнього світу; порівняльний аналіз результатів попереднього й підсумкового контролю з застосуванням методів математичної статистики для визначення ефективності запропонованих педагогічних умов щодо вдосконалення культури зміцнення здоров'я студентів.

Наукова новизна одержаних результатів. У результаті проведеного дослідження сформульовані основні положення, які мають певну наукову новизну й виносяться на захист:

- виявлено, що незадовільний стан здоров'я сучасної молоді і студентів, зневажливе ставлення більшості з них до основних норм здорового способу життя, породжує загальнонаціональну проблему, що виливається в різке зменшення чисельності населення країни, зниження загального рівня фізичного і психічного здоров'я нації;

- доведено, що головною причиною останнього є загальна невизначеність і недостатня авторитетність культури здорового способу життя, відсутність у студентському середовищі масової установки й мотивації на здоров'я як суспільну та індивідуальну цінність;

- обґрунтовано, що формування та впровадження культури здорового способу життя вимагає проведення комплексних цільових досліджень причин існуючого стану речей у сучасному студентському середовищі, підвищення рівня знань студентів щодо особливостей формування, збереження і зміцнення здоров'я та здорового способу життя;

- вперше розроблено і впроваджено загальноуніверситетську програму “Культура здоров'я” з орієнтуванням на основні принципи формування здорового способу життя сучасної студентської молоді;

- вперше розроблено критерії й визначено рівні готовності студентів до формування культури зміцнення здоров'я та ведення здорового способу життя;

- теоретично обґрунтовано педагогічні умови вдосконалення культури зміцнення здоров'я студентів в системі фізичного виховання у ВНЗ;

- доведено, що реалізація системних заходів та їх позитивний результат у формуванні культури здорового способу життя може бути досягнутим тільки на основі глибокої взаємодоповнюючої взаємодії освіти, діяльності медичних закладів, загальної культурної політики;

- обґрунтовано, що ефективне виховання здорового способу життя студентської молоді суттєво залежить від психологічного забезпечення, психічного здоров'я студентів;

– дістало подальшого розвитку поняття “культура здорового способу життя”.

Практичне значення одержаних результатів. Проведене дослідження дозволяє здійснити корекцію ціннісних орієнтацій студентів у напрямі підвищення їх відповідальності за стан власного здоров'я та дотримання норм і принципів здорового способу життя; вибудувати моделі організації виховної (соціальної) роботи серед студентів; розроблено й упроваджено в навчально-виховний процес підготовки студентів програми “Культура здоров'я”; розроблено і впроваджено в навчальний процес підготовки студентів спецкурсу “Основи здорового способу життя”; розроблено дидактичні матеріали щодо використання інтерактивних форм і методів навчання. За результатами дослідження може бути підготовлений спеціальний курс для студентів педагогічних та гуманітарних університетів.

Результати дослідження **впроваджено** в навчально-виховний процес підготовки студентів із фізичного виховання в Дніпродзержинському державному технічному університеті (№ 108-11-23/206 від 11.10.2006 р.), Придніпровській державній академії будівництва та архітектури (від 24.10.2006 р.), Дніпропетровській державній фінансовій академії (від 02.11.2006 р.) та Криворізькому технічному університеті (від 26.10.2006 р.).

Особистий внесок здобувача полягає у теоретичній розробці і обґрунтуванні основних положень дисертаційного дослідження: проаналізовано й систематизовано данні літературних джерел за темою дослідження, визначено основні тенденції вдосконалення культури зміцнення здоров'я студентської молоді; організовано і проведено комплексні експериментальні дослідження; обґрунтовано й розроблено програму активізації ціннісного ставлення студентів до власного здоров'я; виконано весь обсяг експериментальної частини дисертації, здійснено обробку результатів дослідження та їх інтерпретацію.

У спільних публікаціях авторові належать данні експериментальних досліджень та їх аналіз.

Апробація результатів дисертації. Основні результати дисертаційного дослідження доповідалися на Міжнародних науково-практичних конференціях, семінарах та симпозіумах, зокрема, в секційній доповіді на науково-практичній конференції Інституту вищої освіти АПН України “Інноваційний простір освіти: болонський та пост-болонський контекст” (Київ, 2006), науково-практичній конференції АПН України “Василь Сухомлинський у діалозі з сучасністю: культурологічні виміри шкільної та педагогічної освіти” (Переяслав-Хмельницький, 2006), Всеукраїнській науково-теоретичній конференції “Сучасний стан і тенденції розвитку безперервної вищої освіти в Україні” (Івано-Франківськ, 2006), Других міжнародних драгоманівських читаннях (Київ, 2006), “Актуальні проблеми фізичного виховання студентів в умовах кредитно-модульної системи організації навчання” (Дніпропетровськ, 2007).

Матеріали дослідження обговорювалися на засіданні відділу змісту, філософії та прогнозування вищої освіти в Інституті вищої освіти АПН України.

Публікації. Основні результати дисертаційного дослідження викладені

автором у 5 публікаціях, з них 3 розміщені у наукових збірниках, які визначені ВАК України в якості фахових, 2 – у матеріалах конференції.

Структура та обсяг дисертації обумовлені логікою розв'язання поставленої мети дослідження: дисертація складається зі вступу, двох розділів з висновками до кожного, загальних висновків, списку використаних джерел (238 найменувань), 8 додатків на 24 сторінках. Загальний обсяг дисертації 229 сторінки. Робота містить 14 таблиць, 8 рисунків.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У **вступі** обґрунтовується актуальність теми, охарактеризовано ступінь її наукового опрацювання, визначена мета і завдання дослідження, його об'єкт, предмет, сформульовано наукову новизну отриманих результатів, встановлено їх теоретичну і практичну значущість.

Перший розділ – “Теоретико-методологічні засади дослідження проблеми зміцнення здоров'я студентської молоді” - містить три підрозділи. У першому підрозділі – “Історико-педагогічний аналіз проблеми зміцнення здоров'я студентської молоді” - на основі культурологічного та педагогічного аналізу праць сучасних науковців досліджено та розкрито основні підходи до аналізу поняття “здоров'я”, “культура здоров'я сучасного студента” та основні чинники впливу на процес формування культури особистості.

Фахівці Всесвітньої організації охорони здоров'я дають лаконічне визначення поняттю “здоров'я”: це єдність трьох компонентів, а саме фізичного, психічного та соціального благополуччя. Аналізуючи здоров'я людини, неможливо уникнути змістовної його частини, яка визначається поняттям “здоровий спосіб життя”.

Здоровий спосіб життя – це уважне та грамотне ставлення до свого здоров'я, рівна та розумна поведінка, раціональне харчування, фізична культура, відмова від куріння, надмірного вживання алкоголю; загартовування організму, дружба з природою. Стандарти здорового способу життя знайшли відображення в традиціях і звичаях, прислів'ях і приказках, релігійних настановах та етнопедагогіці. Але сучасна цивілізація пропонує такі варіанти життєвих шляхів, які відвертають людину від природи і від самої себе.

Для формування здорового способу життя молоді, на нашу думку, необхідно розробити та реалізовувати комплексні програми за основними напрямками, до яких слід віднести такі: визначення наявних показників існуючого стану соматичного та психологічного здоров'я молоді; організація здорового харчування; дотримання ергономічних вимог при формуванні режиму діяльності навчальних закладів; виховання високої санітарної культури, навичок особистої гігієни; здоровий спосіб життя не сумісний зі шкідливими звичками.

Велику роль у становленні здорової особистості повинні відігравати вищі навчальні заклади шляхом розробки програм під загальною назвою “культура здоров'я” та проведення різноманітних спортивних змагань серед студентів. Це пов'язано з тим, що, за соціологічними даними, частина студентів, поступивши до навчального закладу, припиняють займатися спортом, мотивуючи це великим

навчальним навантаженням. З іншого боку, студенти не займаються спортом і не прагнуть до здорового способу життя через те, що в їхній системі цінностей здоров'я знаходиться не на першому місці. Як свідчать соціологічні дані, тільки від 30 до 40 відсотків абітурієнтів є здоровими, а інші мають різну ступінь відхилення від норми.

На сьогоднішній день фахівці виокремлюють два стратегічних напрямки зміцнення здоров'я студентів:

1) вдосконалення та посилення позитивного, що є в кожній особистості, розширення життєвих ресурсів, зміцнення фізичного, психічного і духовного потенціалу людини;

2) боротьба, подолання та усунення негативного: хвороб, обмежень, проблем, поганих звичок.

Для реалізації вищенаведених напрямів зміцнення здоров'я студентів необхідно вироблення та втілення комплексних державних програм, забезпечених економічно у бюджеті і підтверджених законодавчими нормами. На місцевому рівні вищі навчальні заклади та органи місцевого самоврядування повинні більше уваги приділяти популяризації здорового способу життя.

У другому підрозділі – “Організаційні та управлінські засади зміцнення здоров'я студентів” - проведено аналіз особливостей сучасного вищого навчального закладу по створенню відповідних умов для впровадження новітніх оздоровчих технологій.

Зміст і форми фізичного виховання у вищому навчальному закладі визначені комплексною програмою. Курс фізичного виховання націлений програмою на вирішення ряду специфічних завдань. Ці завдання фізичного виховання студентів вирішуються врахуванням стану здоров'я, рівня фізичної підготовки, інтересів і здібностей студентів, а також майбутньої професійної діяльності. Фізичне виховання у вищому навчальному закладі повинне здійснюватися протягом усього періоду навчання студентів, є обов'язковими та включаються до розкладу навчального закладу.

Впровадження модульної технології допомагає розвитку гнучкої організації підготовки студентів і викладачів на основі розробки, підготовки і впровадження різних типів програм, включаючи підвищення кваліфікації та перепідготовку. В основі рейтингової системи оцінювання рівня засвоєння знань студентів лежить накопичення оцінок за певний період навчання (модуль). Сума цих оцінок виступає не тільки в ролі кількісного показника якості роботи студента, а й відображає його активність, самостійність, творчість.

Фізична культура формує рівень здоров'я та фізичного розвитку людей. Основними завданнями фізичного виховання у вищій школі є підтримання соціально обґрунтованого рівня фізичної підготовки студентів і співробітників вищого навчального закладу, формування здорового способу життя, протидія засобами фізичної культури і спорту факторам негативного впливу на здоров'я членів студентського колективу, вироблення вміння самостійно використовувати засоби фізичної культури для праці та відпочинку, сприяння розвитку колективізму в житті і на роботі.

Питаннями організації фізичного виховання, спортивною та

фізкультурно-оздоровчої роботи у Дніпродзержинському державному технічному університеті займаються окрім кафедри фізичного виховання та спортивного клубу також центр соціального та гуманітарного розвитку університету і профспілковий комітет. Кафедра фізичного виховання є головною ланкою в організації як навчального процесу з фізичного виховання так і в проведенні різноманітних спортивних та фізкультурно-оздоровчих заходів. Спільна координація дій та взаємодоповненість в організаційній діяльності допомагають вирішувати завдання, поставлені ректоратом по удосконаленню культури зміцнення фізичного та психічного здоров'я студентської молоді.

Для активізації ціннісного ставлення до власного здоров'я, удосконалення культури здоров'я студентської молоді та ведення здорового способу життя нами була розроблена програма “Культура здоров'я”, котра полягає не тільки у трансляції окремих технологій оздоровлення організму та психіки, а й у створенні умов, необхідних для перетворювання неадекватних уявлень, стереотипів, настанов, шкідливих звичок, забобонів та для розвитку (культивування) цілісного конструктивного ставлення до себе й до ресурсів свого здоров'я на глибинному світоглядному рівні. Завданнями цієї програми є:

1) навчання студентів ефективним технологіям самооздоровлення, саморегуляції, подолання негативних наслідків стресових, екстремальних та кризових ситуацій, творчого саморозкриття;

2) психологічне та валеопсихологічне просвітництво студентства;

3) корекція неадекватних настанов і дефіцитарних уявлень про здоров'я, зумовлених недостатніми знаннями та нерациональним використанням власних внутрішньособистісних ресурсів;

4) психологічна допомога студентам в процесах соціальної адаптації та самовизначення (в формі психологічних консультацій);

5) організація серед студентів груп взаємодопомоги, клубів і об'єднань на основі ідеології здорового способу життя;

6) проведення тренінгів (семінарів) груп самопізнання та особистісного зростання;

7) трансляція студентам основних принципів здорового і цілісного світогляду, вироблення у них стійких навичок саногенного мислення.

Таким чином, організаційна модель, окрім побудови структур, передбачала визначення переліку видів діяльності і форм участі у проведенні різноманітних спортивних та фізкультурно-оздоровчих заходів. Перелік складався, виходячи з затвердженого календаря проведення спортивних, фізкультурно-оздоровчих та туристських заходів. До організаційних форм в режимі позанавчальних занять віднесено самостійні заняття загальною фізичною підготовкою, роботу в клубах за інтересами (улюбленим видом спорту) або системою оздоровлення. Організація та проведення названих занять покладалися на колективи фізичної культури факультетів та кафедру фізичного виховання.

У третьому підрозділі – “Загальнокультурні та моральні засади зміцнення фізичного та психічного здоров'я сучасних студентів” - викладені основні механізми особистісного та суспільного ставлення до культури збереження

здоров'я нації.

Реалізація завдання формування здорової особистості студента та і усєї системи навчально-виховної роботи в освітньому закладі неможливе без тісного співробітництва всіх учасників педагогічного процесу. Уявлення студентів про здоровий образ життя мають формуватися з початку навчання.

Слід зазначити, що поняття „здоровий спосіб життя” має комплексний характер. Світова педагогічна практика трактує здоровий спосіб життя виходячи з поняття „здоров'я”.

На основі опрацювання наукової літератури можна стверджувати, що поняття “здоров'я” відбиває якість пристосування організму до умов зовнішнього середовища і є підсумком процесу взаємодії людини та середовища існування: сам стан здоров'я формується в результаті взаємодії зовнішніх (природних та соціальних) і внутрішніх (духовність, спадковість, стать, вік) факторів. Отже, на наш погляд, йдеться про проблему залежності всіх видів здоров'я від того, як людина ставиться до дарованого їй життя. Від того, який пріоритет вона вибирає в пристосуванні до життя – біологічної або духовний, які цінності стають для неї головними в реалізації вибраного шляху – позитивні або негативні.

Спосіб життя – біосоціальна категорія, що інтегрує уявлення про певний тип життєдіяльності людини та характеризується його трудовою діяльністю, побутом, формою задоволення матеріальних і духовних потреб, правилами індивідуальної й суспільної поведінки в єдності з умовами життя.

Спосіб життя людини включає три категорії: рівень життя (економічна категорія), якість життя (соціальна категорія), стиль життя (соціально-психологічна категорія).

Виховання здорового способу життя є процесом, що передбачає: впровадження в особистості ідеї пріоритету цінності здоров'я в світоглядній системі цінностей людини; розуміння особистістю здоров'я не тільки як стану відсутності захворювань або фізичних вад, а ширше - як стану повного благополуччя, цілісного розуміння здоров'я як феномена, що невід'ємно поєднує його чотири складові – фізичну, психічну, соціальну й духовну; відповідальності особистості за збереження та укріплення свого здоров'я.

Таким чином, виховання здорового способу життя є складним поліаспектним явищем, що передбачає спеціально організованого процесу інформування, освіти, навчання й виховання, метою якого є збільшення спроможність людей до правильного вибору моделей поведінки, контролю власного здоров'я та умов середовища, опанування необхідними для цього вміннями та навичками. У результаті такого виховання люди стають здатними постійно, протягом усього життя, самостійно навчатися засобам поліпшення здоров'я, протистояти хронічним хворобам і передчасному старінню.

Виходячи з наведених методологічних посилянь формування здорового способу життя студентської молоді під час навчання у ВНЗ має бути підкріплено впровадженням необхідних педагогічних умов.

Досягнення високого рівня реалізації потенціалу особистісного та суспільного здоров'я не може бути здійснено спонтанними, позасистемними

зусиллями окремих ентузіастів або груп людей, якщо воно не буде підтримано системою заходів, що є органічною частиною державної, громадської, освітянської політики країни.

Другий розділ – “Дидактико-методичні аспекти та умови вдосконалення культури зміцнення здоров’я студентської молоді” - містить три підрозділи. Перший підрозділ – “Обґрунтування педагогічних умов культури зміцнення здоров’я студентської молоді” - присвячено визначенню стану культури здоров’я сучасної молоді, детально обґрунтовуються використані в дослідженні педагогічні умови по вдосконаленню культури здоров’я студентської молоді.

Сучасні науковці стверджують, що спроби відновити фізкультурно-оздоровчу та спортивно-масову діяльність у ВНЗ старими організаційними формами, як правило, не дають бажаних результатів. Широке використання в навчальному процесі таких форм як анкетування, консультація, спецкурс, лекція, тест, додаткова освіта, які спрямовують студента на збереження власного здоров’я та ведення здорового способу життя, майже не здійснюється. Коректувати існуючий стан життя, формувати здоровий спосіб життя студента можливо посередництвом спеціального педагогічного забезпечення.

Під педагогічним забезпеченням мається на увазі “сукупність факторів та умов їх розгортання за допомогою спеціальних педагогічних форм, методів, процедур та прийомів (технологій)”. Вирішити цю проблему, проблему формування здорового способу життя студента ми радимо посередництвом реалізації педагогічної стратегії його орієнтування на здоровий спосіб життя. Ця стратегія як діяльно-цільова компонента педагогічного забезпечення передбачає наявність мети, педагогічних умов, методів, прийомів і засобів досягнення етапів і припускає здійснення певних педагогічних дій, які сприяють розумінню студентом значущості діяльності, націленої на самозбереження й самореалізацію в різних сферах діяльності людини, збагаченню навичок охорони здоров’я.

Проведений аналіз процесу підготовки учнів старших класів загальноосвітніх шкіл та студентів ВНЗ з предмету “Фізичне виховання” щодо виконання завдань оздоровчої спрямованості свідчить про те, що в системі освіти (під час вивчення таких дисциплін як валеологія, основи безпеки життєдіяльності, охорона праці та безпеки життєдіяльності) досить мало уваги приділяється озброєнню майбутніх висококваліфікованих фахівців знаннями з формування, збереження і зміцнення власного здоров’я та формування культури здоров’я сучасної молоді. Отримані результати аналізу дають підстави погодитись з сучасними науковцями, що традиційна організація, зміст, форми та методи теоретико методичної підготовки студентів вже не повною мірою відповідають усім вимогам сьогодення. Сучасний зміст професійної підготовки майбутніх висококваліфікованих фахівців повинен бути зорієнтований на озброєння теоретичними й практичними знаннями щодо формування, збереження й зміцнення здоров’я в усіх його аспектах.

Важливою умовою підвищення ефективності професійної підготовки сучасного висококваліфікованого фахівця з предмету “Фізичне виховання” є здійснення навчального процесу студентів переважно через інтегративні форми і

методи навчання з використанням інформаційно-просвітницьких програм.

Важливим постає питання застосування в процесі підготовки висококваліфікованих фахівців тренінгів як однієї з форм підвищення ефективності навчання. Слід зазначити, що тренінг – це навчання, що спирається на досвід людини і дає можливість, крім отримання нової інформації, одразу використовувати її на практиці, випробовуючи нові навички. Тренінгові форма навчання передбачає, що вся група є активним учасником процесу навчання, під час якого можна поділитися й обмінятися власними думками, життєвим досвідом і проблемами, а також разом знайти оптимальне вирішення цих проблем.

Величезне значення в підготовці майбутніх висококваліфікованих фахівців до збереження і зміцнення власного здоров'я під час занять з фізичного виховання відіграють практичні заняття з обраних видів спорту. Для того щоб оптимально застосувати оздоровчі технології на заняттях з фізичного виховання у ВНЗ та на заняттях з самостійної підготовки, дуже важливо, щоб студенти під час навчання оволодівали не тільки теоретичними знаннями щодо їх використання, але й самі засвоювали їх на практиці. Проведений аналіз дає можливість стверджувати, що зміст занять з спортивних дисциплін, які викладаються на кафедрах фізичного виховання, повною мірою дозволяє студентам на практиці освоювати найбільш сприятливі оздоровчі технології. Таким чином однією з умов вдосконалення культури зміцнення власного здоров'я та ведення здорового способу життя студентів було визначено: використання на практичних і самостійних заняттях з фізичного виховання оздоровчих технологій та вивчення методики їхнього застосування на практиці.

Розробка та впровадження в процес підготовки майбутніх висококваліфікованих фахівців спецкурсу “Основи здорового способу життя” в нашому дослідженні також було визначено важливою умовою підвищення ефективності культури зміцнення здоров'я студентів. Разом з тим, зауважимо, що зміст спецкурсу треба будувати таким чином, щоб, по-перше, він узагальнював отримані раніше теоретичні та практичні знання щодо формування, збереження й зміцнення власного здоров'я на системному рівні, по-друге, додатково озброював студентів стосовно використання оздоровчих технологій самостійно на практиці.

Використання набутих теоретичних знань і практичних умінь з формування культури збереження власного здоров'я під час самостійних занять було визначено наступною умовою вдосконалення культури зміцнення здоров'я студентської молоді. Самостійні заняття з фізичного виховання з оздоровчою направленістю мають велике значення для самооцінки і закріплення набутих знань студентом на теоретичних та практичних заняттях з фізичного виховання.

Другий підрозділ – “Зміст і організація педагогічного експерименту” - розкриває зміст і основні етапи організації педагогічного експерименту.

Дослідження проводилося протягом 2002 – 2006 років у три етапи.

Відповідно до запропонованих умов по вдосконаленню культури зміцнення здоров'я студентів робота здійснювалася у три етапи. Перший (вступний, початковий – I курс) етап передбачав отримання від студентів

початкової інформації (анкетне опитування) про особисте ставлення до фізичного виховання, яку життєву позицію вони займали відносно фізичного виховання під час навчання у загальноосвітній школі, до якої медичної групи вони відносяться, в яких спортивних секціях займалися або займаються, що вони очікують від занять з предмету “Фізичне виховання” у обраному вищому навчальному закладі і т.п. Впродовж першого етапу студенти отримували на теоретичних та практичних заняттях базові знання та вміння з формування, збереження та укріплення здоров’я, виховання в них дбайливого ставлення до власного здоров’я, ознайомлення студентів на практиці з оздоровчими технологіями. Другий етап (основний) охоплював II та III курси й передбачав на початку отримання від студентів повторної інформації (анкетне опитування за перший рік навчання) про те як на їх погляд поставлена виховна, спортивно-масова та фізкультурно-оздоровча робота, самостійно оцінити рівень отриманих знань, вмінь та навичок з формування, збереження та зміцнення власного здоров’я. Впродовж другого етапу студенти продовжували отримувати поглиблене оволодіння необхідними знаннями, уміннями та навичками з формування особистого ціннісного ставлення до власного здоров’я, професійно-прикладної підготовки, подальше засвоєння оздоровчих технологій, вироблення інтересу залучення до здорового способу життя інших людей. Третій етап (завершальний) – IV курс, передбачав на початку також анкетне опитування, а впродовж всього навчального курсу узагальнення та реалізацію набутих теоретичних та практичних знань та умінь на самостійних заняттях.

У третьому підрозділі – “Аналіз результатів експериментальної перевірки педагогічних умов вдосконалення культури зміцнення здоров’я студентів у системі фізичного виховання у вищому навчальному закладі” - розроблені критерії оцінки процесу підготовки студентів технічного ВНЗ та на основі методу математичної обробки даних за критерієм Фішера зроблений порівняльний аналіз між контрольною та експериментальною групами.

Для оцінки якості одного з аспектів професійної підготовки сучасних студентів, а саме - готовності по вдосконаленню культури зміцнення власного здоров’я, ми враховували описані в літературі теоретичні вимоги до побудови критеріального апарату, практичний стан проблеми й зробили спробу на основі системного й суб’єктного підходів обґрунтувати комплекс об’єктивно вимірюваних критеріїв. Аналіз психологічних досліджень щодо оцінювання результатів навчальної діяльності її оцінювання дозволяє стверджувати, що дієвість педагогічного впливу переважно оцінюється за психічними змінами й новоутвореннями, які формуються в керованому педагогічному процесі. Таке загальне посилення на психологічний продукт як головний критерій ефективності навчання потребує певної конкретизації.

З урахуванням мети нашого дослідження ми визначили систему критеріїв за параметрами готовності студентів по вдосконаленню культури зміцнення власного здоров’я та ведення здорового способу життя: інтелектуальна, психологічна й діяльна готовність. Визначені критерії дозволяють нам виділити (за характером вирішення оздоровчих завдань) рівні готовності студентів до ведення здорового способу життя та збереження власного здоров’я - високий,

середній, низький.

Визначення попереднього та підсумкового рівнів теоретичного компонента інтелектуальної готовності відбувалося за допомогою експертів (більшість з яких брали безпосередню участь у експерименті корекції змісту навчальних дисциплін). Експерти оцінювали знання студентів відповідно до кожного з п'яти запропонованих нами блоків. За допомогою визначення середнього арифметичного показника стосовно блоків знань було з'ясовано загальні рівні теоретичного компоненту інтелектуальної готовності студентів. Результати попереднього й підсумкового контролю теоретичного та практичного компонентів інтелектуальної, психологічної та діяльної готовностей студентів подано в таблицях у відсотках, які розраховувались відповідно до загальної кількості студентів, експериментальної (158 респондентів) та контрольної (135 респондентів) груп.

Для порівняння рівнів готовності студентів контрольних та експериментальних груп ми використовували метод математичної обробки даних за критерієм Фішера. Для цього зробили так звану чотирипільну таблицю, яка представляє собою таблицю емпіричних частот за двома значеннями – “є ефект”, “не має ефекту”. Для статистичної оцінки достовірності використаного методу необхідно щоб знайдене $\varphi_{\text{емп.}}^*$ знаходилося у зоні значущості, тобто знаходилося якомога правіше від верхнього краю $\varphi_{\text{крит.}}^*$, де $\varphi_{\text{крит.}}^* = \begin{cases} 1,64 \\ 2,31 \end{cases}$.

Дані для розрахунків і результати розрахунків представлені у чотирипільних таблицях 1, 2, 3, 4.

Таблиця 1.

Порівняння теоретичного компонента інтелектуальної готовності контрольної та експериментальної груп за критерієм Фішера (ϕ^*)

Групи	Значення “є ефект”		Значення “не має ефекту”		Кількість респондентів
	кількість	%	кількість	%	
Експериментальна	147	93,2	11	6,8	158
Контрольна	102	75,3	33	24,7	135
Сума:	249		44		293

Таблиця 2.

Порівняння практичного компонента інтелектуальної готовності контрольної та експериментальної груп за критерієм Фішера (ϕ^*)

Групи	Значення “є ефект”		Значення “не має ефекту”		Кількість респондентів
	кількість	%	кількість	%	
Експериментальна	127	80,5	31	19,5	158
Контрольна	80	59,3	55	40,7	135
Сума:	207		86		293

Таблиця 3.

Порівняння психологічної готовності контрольної та експериментальної груп за критерієм Фішера (ϕ^*)

Групи	Значення “є ефект”		Значення “не має ефекту”		Кількість респондентів
	кількість	%	кількість	%	
Експериментальна	134	84,7	24	15,3	158
Контрольна	60	44,4	75	55,6	135
Сума:	194		99		293

Таблиця 4.

Порівняння діяльної готовності контрольної та експериментальної груп за критерієм Фішера (ϕ^*)

Групи	Значення “є ефект”		Значення “не має ефекту”		Кількість респондентів
	кількість	%	кількість	%	
Експериментальна	126	79,5	32	20,5	158
Контрольна	74	54,8	61	45,2	135
Сума:	200		93		293

За математичними розрахунками ми отримали наступні емпіричні значення: для теоретичного компонента інтелектуальної готовності студентів

$\varphi_{емпір.}^* = 4,3$; для практичного компоненту інтелектуальної готовності студентів
 $\varphi_{емпір.}^* = 4$; для психологічної готовності $\varphi_{емпір.}^* = 7,497$; для діяльної готовності
 $\varphi_{емпір.}^* = 4,5$.



За результатами математичного аналізу можна легко побачити, що отримані емпіричні значення $\varphi_{емпір.}^*$ всіх критеріїв готовності знаходяться у зоні значущості.

Таким чином, ми можемо однозначно стверджувати, що кількість респондентів, які впорались із завданням, в експериментальній групі більше ніж у контрольній. Тобто доля респондентів, які впорались із завданням, в експериментальній групі більше, ніж в контрольній. Іншими словами, видно достовірність рівня готовності студентів по вдосконаленню культури зміцнення фізичного та психічного здоров'я, формування у студентської молоді ціннісного ставлення до власного здоров'я та ведення здорового способу життя.

ВИСНОВКИ

1. На основі аналізу філософської, педагогічної, культурологічної, валеологічної та медичної літератури виявлено чинники трансформаційних процесів в українському суспільстві на сучасному етапі його розвитку та виокремлено їх вплив на формування культури зміцнення фізичного та психічного здоров'я молоді. У дисертації запропоноване вирішення соціально-педагогічної проблеми формування та удосконалення культури зміцнення здоров'я студентів під час навчання у вищому навчальному закладі, що виявляється в обґрунтуванні та експериментальній перевірці педагогічних умов, які забезпечують ефективність учбового процесу.

2. Здійснено аналіз наукових підходів до визначення поняття “здоров'я людини” та змістовної його частини “здоровий спосіб життя”, факторів впливу (позитивних і негативних) на здоров'я сучасних студентів.

У процесі аналізу отримано обґрунтований висновок, що однозначного визначення поняття “здоров'я людини” не існує, але найпопулярнішим критерієм цього поняття вважається “стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя”. Здоров'я, як і здоровий спосіб життя, є філософсько-культурологічним поняттям. Здоровий спосіб життя є складовим компонентом базової культури особистості

Виховання здорового способу життя є процесом, що передбачає втілення в особистості ідеї пріоритету цінності здоров'я у світоглядній системі цінностей людини, розуміння особистістю здоров'я не тільки як стану відсутності захворювань або фізичних вад, а ширше, як стану повного благополуччя, цілісного розуміння здоров'я як феномена, що невід'ємно поєднує його чотири

складові – фізичну, психічну, соціальну й духовну.

3. Нами встановлено, що структурна модель технології професійної підготовки сучасного висококваліфікованого фахівця – це складна динамічна система, елементи якої об'єднані конкретною дидактичною метою, яка передбачає такі параметри: "національне виховання", "професійна підготовка", "ціннісне ставлення до власного здоров'я", "фізкультурно-оздоровча робота", кожен з яких має свій науково-практичний зміст і власне діалектичне об'єднання. Встановлено, що значний вплив на біосоціальне здоров'я молоді людини здійснюють новітні технології, що стрімко розвиваються. Навантаження на студентську молодь збільшується, що призводить до фізичної та психічної хронічної втоми, а стресова ситуація є підґрунтям дивіантної поведінки. Актуальним є завдання організації центру або служб психологічної реабілітації у навчальних закладах будь-якого рівня, утвердження нового стилю спілкування учителя і учня, запровадження нових методик організації навчально-виховного процесу, інформаційних, педагогічних технологій, які зменшують центр ваги вбік самоорганізації, самонавчання, самовизначення.

4. Нами обґрунтовано, що досягнення позитивного результату з формування ціннісного ставлення до власного здоров'я та удосконалення культури зміцнення фізичного та психічного здоров'я студентської молоді відбувається за умов, що у ВНЗ працює збудована схема орієнтування студента на здоровий спосіб життя (стратегія орієнтування). Стратегія орієнтування студента на здоровий спосіб життя передбачає реалізацію педагогічних умов. Педагогічна стратегія орієнтування студента на здоровий спосіб життя включає в себе дії викладача ознайомчого, рекомендуючого, підтримуючого характеру, направлені головним чином на інформування студента про здоровий спосіб життя, адекватне оцінювання їм свого способу життя, активізацію здоров'язберігаючої діяльності, збагачення досвіду здорового способу життя. В педагогічному дослідженні умови мають вигляд: доповнених науковою інформацією навчальних програм з фізичного виховання, педагогіки, психології та охорони праці та безпеки життєдіяльності, які забезпечують отримання студентами необхідної інформації по вдосконаленню культури зміцнення власного здоров'я, вимоги до організації навчально-виховного процесу, середовища, в якому здійснюється процес вирішення педагогічних задач; наявність правил та відношень, що забезпечують реалізацію мети педагогічного впливу.

5. Розроблена власна модель удосконалення культури здоров'я студентської молоді, яка представлена сукупністю трьох компонентних блоків: інформаційно-змістовного, емоційно-мотиваційного та діяльного. В процесі дослідження нами були розроблені критерії готовності (інтелектуальна, психічна, діяльна) студентів до формування та удосконалення культури зміцнення власного здоров'я та прагнення до ведення здорового способу життя, а також рівні готовності за характером вирішення оздоровчих завдань (низький, середній, високий), що дозволило диференційовано виявити рівень підготовленості студентів.

6. Проведено аналіз навчального плану і змісту окремих гуманітарних

дисциплін (педагогіка, психологія, охорона праці та безпека життєдіяльності людини) та, за узгодженням з ректоратом та навчальним відділом, зроблена корекція по удосконаленню змісту професійної підготовки майбутніх висококваліфікованих фахівців за рахунок насичення провідних навчальних курсів сучасною науковою інформацією щодо формування у студентів знань про культуру збереження і зміцнення здоров'я, що, в свою чергу, надає можливість більш ціннісно відноситись до власного здоров'я в усіх його аспектах (духовному, психічному і фізичному).

7. Визначено, що у процесі теоретичної підготовки важливе значення відіграє використання інтерактивних форм і методів навчання. Тренінгові форми навчання на лекційних та семінарських заняттях дозволяють підвищити інтерес та активізувати студентів до пізнавальної діяльності по формуванню здорового способу життя. Розроблені оптимальні обсяги навантаження студентів необхідною науковою інформацією, щодо застосування традиційних та нетрадиційних оздоровчих технологій, здійснювались поступово з I по III етапи і закінчувались вивченням спецкурсу "Основи здорового способу життя". Доведено, що важливу роль у теоретичній частині підготовки сучасних висококваліфікованих фахівців відіграє спецкурс "Основи здорового способу життя", який повністю спрямований на узагальнення попереднього матеріалу та надання додаткової інформації з формування, збереження та зміцнення здоров'я, а також дозволяє методично правильно використовувати набуті знання з формування культури здоров'я та ведення здорового способу життя у навчальній та поза навчальній діяльності.

8. Згідно результатів експериментального дослідження виявлено підвищення всіх рівнів готовності студентів до застосування в практичній діяльності запропонованих оздоровчих технологій. Отримані в процесі дослідження дані дають можливість стверджувати ефективність запропонованих педагогічних умов щодо удосконалення культури здоров'я студентської молоді та формування ціннісного уявлення про ведення здорового способу життя. Отримані результати дають можливість стверджувати про досягнення мети й виконання завдань дослідження.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

1. Глагошук О.Г. Ідеологія та культура збереження здоров'я студентів // Вища освіта України. – № 2. – 2006. – С. 156-165.
2. Глагошук О.Г. Ідеологія здоров'я: осягнення проблеми // Вища освіта України. – № 3. – 2006. – С. 99-103.
3. Глагошук О.Г. Здоровий спосіб життя: виховання та контроль // Вища освіта України. – № 1. – 2007. – С. 99-105.
4. Єршова К., Глагошук О.Г. Узагальнення і систематизація сучасних наукових досліджень з питання основних форм оздоровчої фізичної культури // Матеріали Підсумкової конференції Всеукраїнського конкурсу студентських наукових робіт зі спеціальностей галузі "Фізичне виховання та спорт" (17-18 травня 2007р.) Львів, ЛДУФК, 2007. – С. 44-46.

5. Глагощук О.Г., Скабицький М.В. Розвиток силових видів спорту у м. Дніпродзержинську та Дніпродзержинському державному технічному університеті // Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції “Актуальність проблеми фізичного виховання студентів в умовах кредитно-модульної системи організації навчання” (13-14 вересня 2007р.) Дніпропетровськ, ДНУ, 2007. – С. 34-37.

АНОТАЦІЇ

Глагощук О.Г. Педагогічні умови вдосконалення культури зміцнення здоров'я студентів в системі фізичного виховання у вищому навчальному закладі. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук зі спеціальності 13.00.02 – теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я). – Національний педагогічний університет імені М.П.Драгоманова, Київ, 2008.

Дисертація присвячена дослідженню підвищення культури зміцнення здоров'я студентів, вдосконаленню педагогічних умов формування здорового способу життя сучасної студентської молоді.

На основі комплексного дослідження визначені особливості впливу (позитивних й негативних) факторів на здоров'я сучасної молоді. Визначено біосоціальне поняття “здоров'я” як соціокультурного феномена. Виявлено, що незадовільний стан здоров'я сучасної молоді і студентів, зневажливе ставлення більшості з них до основних норм здорового способу життя, породжує загальнонаціональну проблему, що виливається в різке зменшення чисельності населення країни, зниження загального рівня фізичного і психічного здоров'я нації.

Обґрунтовано, що формування та впровадження культури здорового способу життя вимагає проведення комплексних цільових досліджень причин існуючого стану речей сучасного студентського середовища, підвищення рівня знань студентів щодо особливостей формування, збереження і зміцнення здоров'я та здорового способу життя, впровадження норм останнього в їх повсякденну практику, викорінення легковажного чи, навіть, безвідповідального ставлення до цих цінностей.

Ключові слова: здоров'я, здоровий спосіб життя, новітні інформаційні технології, біосоціальне здоров'я, контроль, спосіб життя, фізична культура.

Глагощук А.Г. Педагогические условия совершенствования культуры укрепления здоровья студентов в системе физического воспитания в высшем учебном заведении. – Рукопись.

Диссертація на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.02 – теория и методика обучения (физическая культура, основы здоровья). – Национальный педагогический университет имени М.П.Драгоманова, Киев, 2008.

Диссертація посвящена исследованию повышения культуры укрепления здоровья студентов, совершенствования педагогических условий формирования

здорового образа жизни современной студенческой молодежи.

На основании комплексного исследования определены особенности влияния (положительных и отрицательных) факторов на здоровье современной молодежи. Определено биосоциальное определение “здоровья” как социокультурного феномена. Выявлено, что неудовлетворительное состояние здоровья современной молодежи и студентов, пренебрежительное отношение большинства из них к основным нормам здорового способа жизни, порождает общенациональную проблему, что отображается в резком уменьшении количества населения страны, снижении общего уровня физического и психического здоровья нации.

Обосновано, что формирование и внедрение культуры здорового способа жизни требует проведения комплексных целевых исследований причин существующего положения вещей современного студенческого общества. Повышение уровня знаний студентов относительно особенностей формирования, сохранения и укрепления здоровья и здорового способа жизни, внедрение норм последнего в их повседневную практику, искоренение безответственного отношения к этим общечеловеческим ценностям способствует формированию морально-волевых качеств и самовоспитанию личности.

Доказано, что в реализации системных мероприятий и их положительный результат в формировании культуры здорового способа жизни, может быть достигнут только на основании совместных взаимодействий науки, деятельности медицинских учреждений, органов местного самоуправления и общенациональной культурной политики.

Физическая культура формирует уровень здоровья и физическое развитие студенческой молодежи. Основными заданиями физического воспитания в высшей школе есть поддержание социально обоснованного уровня физической подготовки студентов и сотрудников высшего учебного заведения, формирование здорового образа жизни, противодействия средствами физической культуры и спорта факторам негативного влияния на здоровье членов студенческого коллектива, максимально овладеть знаниями и умением самостоятельно методически правильно использовать средства физической культуры для труда и отдыха, содействовать развитию коллективизма в жизни и на работе.

Активизировать физкультурно-оздоровительную и спортивно-массовую деятельность в вузе старыми организационными формами, как правило, не дает желаемых результатов. Широкое использование в образовательном процессе таких форм как спецкурсы, лекции, тесты, дополнительное образование, создание программ ориентирующих студента на здоровый образ жизни практически не осуществляется. Корректировать существующий образ жизни, формировать здоровый образ жизни студента возможно посредством специально созданных педагогических условий.

Практические задачи достижения цели педагогических условий осуществлялись последовательно на каждом этапе ориентирования студента на здоровый образ жизни: этапах ознакомления, актуализации и обогащения.

Каждый этап включает: решение педагогом определенных задач, осуществления педагогических действий, использование соответствующих форм и методов, а также результат, проявленный в деятельности студента.

Ключевые слова: здоровье, здоровый образ жизни, новейшие информационные технологии, биосоциальное здоровье, контроль, образ жизни, физическая культура.

Gladoshchuk. A.G. Pedagogical conditions for culture perfection of students' health strengthening in the physical education system at higher educational institutions during globalization epoch. - Manuscript.

Dissertation for receiving scientific degree of candidate of pedagogical sciences in 13.00.02 speciality theory and methodic of education (physical culture, bases of health). - National pedagogical university after M.P.Dragomanov, Kiev, 2008.

Dissertation is devoted to research of culture increasing for students health strengthening, perfection of pedagogical conditions for health life mode formation of modern young students.

Certain influencing features of (positive and negative) factors on a modern youth health were determined on the basis of complex research. The biosocial definition of "health" were determined as the social and cultural phenomenon. Unsatisfactory health state of modern youth and students, bad attitude of most of them to the basic norms of health life mode, cause a national problem, resulting sharp decreasing of country population, decline of general physical and psychical health level of nation.

Formation and implementation of culture of health life mode require to carry out complex researches of modern situation reasons among modern students, increasing of students knowledge level as for the features of forming, saving and strengthening of health and health life mode, implementation of its norms in their everyday practice of students, removing careless or, even, not responsible attitude to these values.

Keywords: health, health life mode, the last information technologies, biosocial health, control, way of life, physical culture.

Підписано до друку 18.02.08. Формат 60x84/16 Папір офсетний.
Ум. друк. арк. 0,9 Обл.-вид. арк. 1,0. Замов. № 55/08. Тираж 100 прим.

Виготовлено на поліграфічній базі Дніпродзержинського державного
технічного університету
51918, м. Дніпродзержинськ, вул. Дніпробудівська, 2