

10. Primitive People - We Think They Live In Constant Fear [Електронний ресурс] – Режим доступа: www.deer-ecology-hub.com/primitive-people...
11. Ancient Greece: KIN 375--Historical Analysis of Physical Activity Режим доступа: instructional1.calstatela.edu/dfrankl/curr/.../k260u2.htm
12. From primitive physical practices to educational sport – apunts Режим доступа: www.revista-apunts.com/en/library?article=494
13. History of Physical Education (Primitive Society to Modern ... [Електронний ресурс] – Режим доступа: sober.ucoz.com/blog/2009-03-05-3

Нестеренко Т.М.

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОГО СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ ГУМАНІТАРНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ ДО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Автор вказує, що у процесі формування позитивного ставлення студентів гуманітарних спеціальностей до здоров'язбережувальної діяльності важливо, щоб студенти отримали інформацію, відомості, знання про здоров'я, здоровий спосіб життя, про шляхи зміцнення і збереження здоров'я не лише у період зайняття фізичною культурою, але і в повсякденному житті. Якщо студенти гуманітарних спеціальностей відноситимуться до свого здоров'я як до найважливішої цінності життя, будуть застосовувати отримані знання на практиці, то підвищиться активність студентів у здоров'язбереженні, з'явиться інтерес до проблеми зміцнення і збереження здоров'я, наполегливе бажання його зміцнювати і зберігати, визначаться стійкі мотиви і потреби у здоров'язбереженні.

Ключові слова: формування позитивного ставлення, студенти, гуманітарні спеціальності, здоров'язбережувальна діяльність.

Нестеренко Т.М. Особенности формирования позитивного отношения студентов гуманитарных специальностей к здоровьесберегательной деятельности.

Автор указывает, что в процессе формирования положительного отношения студентов гуманитарных специальностей к здоровьесберегательной деятельности важно, чтобы студенты получили информацию, сведения, знания о здоровье, здоровом образе жизни, о путях укрепления и сохранения здоровья не только в период занятий физической культурой, но и в повседневной жизни. Если студенты гуманитарных специальностей будут относиться к своему здоровью как к важнейшей ценности жизни, будут применять полученные знания на практике, то повысится активность студентов в здоровьесбережении, появится интерес к проблеме укрепления и сохранения здоровья, настойчивое желание его укреплять и сохранить, определятся стойкие мотивы и потребности в здоровьесбережении.

Ключевые слова: формирование положительного отношения, студенты, гуманитарные специальности, здоровьесберегательная деятельность.

Nesterenko T.M. Features of forming of positive relation of students of humanitarian specialties are to health preservation activity. An author specifies that in the process of forming of positive relation of students of humanitarian specialties it is important to здоров'язбережувальної activity, that students obtained information, knowledge about a health, healthy way of life, about the ways of strengthening and maintenance of health not only in a period to occupy a physical culture but also in everyday life. In a social psychological aspect a student comparatively with other groups of population is characterized by the greatest social activity, harmonic enough connection of intellectual and social maturity. Peculiar to specific orientation of cognitive and communicative activity at the decision of concrete and professionally oriented tasks. One of terms of forming of positive relation of students of humanitarian specialties to здоров'язбережувальної activity there is organization of athletic-health work, in the process of students get knowledge about здоров'язбереження, show ability in execution the actions of здоров'язбереження, develop such personality internals as purposefulness, persistence, discipline, honesty. If the students of humanitarian specialties will behave to the health as to the major value of life, will apply the got knowledge in practice, then activity of students will rise in health preservation, interest will appear to the problem of strengthening and maintenance of health, persistent desire to strengthen him and keep, proof reasons and requirements will be determined in health preservation.

Key words: forming of positive relation, students, humanitarian specialties, Health Savings activity.

Вступ. Сучасні умови життя представляють підвищені вимоги до здоров'я і інтелектуальних можливостей молоді. Майбутні фахівці повинні мати високу професійну кваліфікацію, бути здоровими, фізично витривалими і мати високий рівень працездатності, тому рівень здоров'я студентів є дуже важливою умовою упродовж усього періоду навчання професійної діяльності. Тому з позицій сьогодення актуальним є питання формування позитивного ставлення студентів гуманітарних спеціальностей до здоров'язбережувальної діяльності.

Формулювання мети дослідження. Визначені аспекти окреслюють мету статті, яка полягає у характеристиці особливості формування позитивного ставлення студентів гуманітарних спеціальностей до здоров'язбережувальної діяльності.

Результати дослідження. Аналіз літератури, проведений нами, свідчить про те, що поняття

«здоров'язбережувальна діяльність» тлумачиться по-різному. Його визначають : як «рівень розвитку знань, умінь і навичок та сформованості професійних здібностей для їх реалізації, який є основою компонентної діяльності у сфері здоров'язбереження і задоволення потреб населення у зміцненні та відновленні здоров'я» (Н.О. Белікова, Л.П. Сущенко); як таку діяльність, що включає усю сукупність педагогічних дій з реалізації професійних задумів та цілей, спрямованих на профілактику і збереження здоров'я (К.С. Жіганова); як діяльність у цілісному педагогічному процесі освітньої установи, спрямовану на створення оптимальних умов для виховання, розвитку та саморозвитку особистості дитини (О.Ф. Жуков); як «регульовану свідомістю розумову, психічну, трудову і фізичну активність людини, яка розвиває її фізкультурно-оздоровчі можливості і спрямована на реалізацію потреб власного організму» (Н.Н. Завидівська); як «організацію життя людини, яка передбачає гармонізоване використання й розвиток її духовно-моральних і фізичних сил, виховання прагнень до збереження індивідуального й соціального здоров'я, формування уявлень про шкідливість алкоголю, паління та наркотиків» (В.К. Звєкова); як багатогранний процес збереження й зміцнення здоров'я вчителів та учнів, спрямований на перетворення інтелектуальної й емоційної сфер особистості й формування ціннісного ставлення до здоров'я (Л. Кондрашова, А. Клим-Климашевська). Студентство є особливою групою, що формується на різних соціальних утвореннях суспільства й характеризується особливими умовами життя, праці й побуту, особливою суспільною поведінкою і психологією, для яких оволодіння знаннями і підготовка себе до майбутньої професії є в більшості випадків єдиним заняттям. У соціально-психологічному аспекті студентство порівняно з іншими групами населення характеризується найвищою соціальною активністю, досить гармонічним сполученням інтелектуальної й соціальної зрілості. Йому властиві специфічна спрямованість пізнавальної й комунікативної активності при вирішенні конкретних і професійно орієнтованих завдань.

Студентство Б.Г. Ананьєв визначив як період, у якому відбувається подальша освіта й підготовка, засвоєння деяких професійних ролей і початок самостійного життєвого шляху. Студентський вік є сенситивним періодом для розвитку основних соціогених потенцій людини [1]. Однією з умов формування позитивного ставлення студентів гуманітарних спеціальностей до здоров'язбережувальної діяльності є організація фізкультурно-оздоровчої роботи, в процесі якої студенти отримують знання про здоров'язбереження, проявляють вміння у виконанні дій здоров'язбереження, розвивають такі особистісні якості як цілеспрямованість, воля, наполегливість, дисциплінованість, сумлінність. Фізкультурно-оздоровча робота виступає як засіб самореалізації, самовираження і самоствердження особистості студента; як засіб соціального самозахисту і адаптації молодій людині в умовах ринкової економіки, як її капітал, яким вона розпоряджається або розпоряджатиметься. Молода людина, якщо вона здорова, може вести цікавішу, не обмежену захворюваннями життєдіяльність; має переваги на ринку праці за інших рівних умов. Завдання фізкультурно-оздоровчої роботи, які, як вважають І.В. Палаткін, Р.І. Айзман і Н.А. Шмирьова, можна вирішити за умови включення студентів в здоров'язбережувальну діяльність: розуміння студентами ролі фізичної культури в розвитку особистості; знання науково-практичних основ фізичної культури, здорового способу життя; оволодіння системою практичних умінь і досвіду здоров'язбереження, що забезпечують зміцнення здоров'я, розвиток і вдосконалення психофізичних здібностей, якостей і властивостей особи, самовизначення у фізичній культурі, в ході чого відбувається психічна і фізична адаптація студентів до сучасних умов життєдіяльності; набуття досвіду використання фізкультурно-оздоровчої діяльності для досягнення життєвих і професійних цілей. Ефективність процесу залучення студентів до оздоровчої діяльності, як вважають О.В. Владмирцева, В.І. Пахамович і Л.Г. Шебалина, підвищиться, якщо будуть дотримані такі умови: пріоритет занять з фізичної культури у навчальному процесі (введення щотижневих занять на усіх курсах); прийняття суб'єктами навчального процесу мети діяльності (головна мета - здоров'я); створення освітнього середовища, що залучає студентів до оздоровчої діяльності; використання максимальної різноманітності засобів фізичної культури, які виходять за рамки традиційно культивованих у вищих навчальних закладах видів спортивної діяльності; психодіагностика і психокорекція; проведення занять в мікрогрупах (4-5 людина), сформованих на основі взаємовибору і сумісності; урахування впливу різних рухових режимів і фізичних навантажень на психофізіологічний стан студентів, їх працездатність; організація і формування режиму життєдіяльності студентів в умовах навчання, підготовки студентів до використання засобів фізичної культури в самостійній оздоровчій діяльності; використання форм, засобів і методів навчання, які сприяють оптимізації міжособистісних стосунків студентів у навчальній групі; забезпечення кожному студентові ситуації успіху в його фізкультурній діяльності; стимулювання рефлексії діяльності студентів (ведення кожним студентом «Щоденника здоров'я» для аналізу власного рівня здоров'я і фізичної підготовленості) [2]. Організаційно-педагогічними умовами формування фізичної культури студентів в освітньому просторі гуманітарного вищого навчального закладу, як вважає Р.С. Наговіцин, є:

- організація освітнього простору гуманітарного вищого навчального закладу на основі інтеграції трьох синергетично взаємопов'язаних підпросторів : навчального, позанавчального (соціокультурного) і інформаційного (медіа);
- реалізація навчального підпростору на основі активізації вдосконалення інтелектуальної складової фізкультурної діяльності і розробки інтеграційного спеціального теоретичного курсу для навчальних дисциплін «Фізична культура», «Безпека життєдіяльності», «Основи медичних знань і здоровий спосіб життя» і «Вікова анатомія фізіологія і гігієна», спрямованого на формування фізичної культури студентів;
- створення позанавчального (соціокультурного) підпростору на основі інтеграції спеціальних структурних виховних, соціальних і оздоровчих підрозділів вищого навчального закладу. Основним механізмом взаємодії студентів є: суб'єкт-суб'єктні стосунки, орієнтованість на зміст майбутньої професійної діяльності, актуалізація позитивних емоційних станів, наявність зворотного зв'язку на основі міжособистісного спілкування і педагогічної діагностики;
- створення інформаційного (медіа) підпростору в аспекті реалізації ідей мобільного навчання на основі впровадження інформаційних технологій, що включають у свій зміст електронне, комп'ютерне і мобільне навчання, яке має

значні інноваційні дидактичні можливості для розробки навчальних, консультативних і контролюючих мобільних програм, орієнтованих на активізацію пізнавальної діяльності тих, хто навчається;

- реалізація методики формування фізичної культури студентів в освітньому просторі гуманітарного вищого навчального закладу, заснованої на інтеграційній розробці інноваційних експериментальних програм.

Для виявлення особливостей формування позитивного ставлення студентів гуманітарних спеціальностей до здоров'язбережувальної діяльності було проведено анкетування 83 студентів I курсу Інституту філософської освіти та науки Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Результати відповідей показали, що із 83 студентів Інституту філософської освіти і науки 81,93 % вважають за необхідне формувати у їх позитивне ставлення до здоров'язбережувальної діяльності, не вважають за необхідне 8,43% студентів. Аналіз відповідей свідчить про те, що переважна більшість, а саме 81,93%, респондентів вважає за доцільне формувати у студентів гуманітарних спеціальностей позитивне ставлення до здоров'язбережувальної діяльності. Вважають, що у них повністю сформоване позитивне ставлення до здоров'язбережувальної діяльності 49,4% студентів, частково сформоване – 48,19%, не сформовано – 2,41% студентів.

Аналіз даних свідчить про те, що повністю володіють знаннями про зміст здоров'язбережувальної діяльності 28,92% опитаних студентів, частково володіють знаннями – 61,45%, не володіють знаннями – 7,23% студентів, важко було відповідати – 2,41% студентів. На жаль, лише третина респондентів повністю володіють знаннями про зміст здоров'язбережувальної діяльності. Результати відповідей студентів показали, що серед респондентів отримують знання про здоров'язбережувальну діяльність з мережі Інтернет 42,17% студентів, з телебачення 16,87%, від викладача на заняттях з навчальної дисципліни «Фізичне виховання» 16,87%, від однолітків і друзів 1,2%, від батьків 7,23%, від лікарів 2,41%, важко було відповідати 13,25% студентів. Отже, впровадження сучасних інформаційно-комунікаційних технологій здійснює суттєвий вплив на обізнаність студентів гуманітарних спеціальностей.

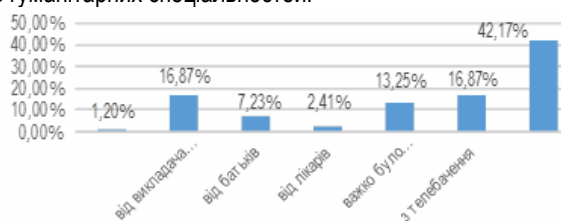


Рис. 1. Результати анкетування студентів щодо джерел отримання знань про здоров'язбережувальну діяльність, %

Вважають, що використовують сучасну інформацію з мережі Інтернет для ознайомлення з особливостями здоров'язбережувальної діяльності 67,47% опитаних студентів, не використовують 21,69% студентів, важко було відповідати 10,84% студентів. Отже, переважна більшість респондентів використовують сучасну інформацію з мережі Інтернет для ознайомлення з особливостями здоров'язбережувальної діяльності. Вважають, що хотіли б на заняттях з навчальної дисципліни «Фізичне виховання» отримати інформацію про здоров'язбережувальну діяльність 50,6% опитаних студентів, не хотіли отримувати цю інформацію – 40,96% студентів, важко було відповідати – 8,43% студентів. Спостерігаємо, що половина опитаних студентів хотіли б на заняттях з навчальної дисципліни «Фізичне виховання» отримати інформацію про здоров'язбережувальну діяльність. Аналіз даних щодо того, чи потребують респонденти розроблення призначеного саме для них комплексу фізичних вправ для зміцнення здоров'я, свідчить про те, що із 83 респондентів вважають, що потребують розроблення комплексу фізичних вправ для зміцнення здоров'я 50,6% студентів, не потребують – 38,55% студентів, важко було відповідати – 10,84% студентів. Отже, майже половина опитаних студентів, потребують розроблення призначеного саме для них комплексу фізичних вправ для зміцнення здоров'я. Результати відповідей студентів стосовно того, що спонукає їх до відвідування занять з навчальної дисципліни «Фізичне виховання» розподілилися наступним чином: вважають, що бажання зміцнити здоров'я 21,69% респондентів, бажання мати гарну статуру – 32,53% студентів, бажання досягнути високих результатів у спорті – 4,82%, прагнення отримати залік з навчальної дисципліни «Фізичне виховання» – 32,53%, бажання підвищити рівень фізичної підготовленості – 7,23%, важко було відповідати – 1,2% студентів.

ВИСНОВКИ. Формування позитивного ставлення студентів гуманітарних спеціальностей до здоров'язбережувальної діяльності пов'язано з формуванням таких мотивів: мотиви, пов'язані із задоволенням процесом діяльності (динамічність, емоціональність, новизна, різноманітність, спілкування та ін.); мотиви, пов'язані із задоволенням результатом занять (оволодіння новими знаннями, уміннями і навичками, оволодіння різноманітними руховими діями, поліпшення результату оздоровлення та ін.); мотиви, пов'язані з баченням конкретних перспектив занять (фізичне вдосконалення і гармонійний розвиток, виховання особистісних якостей, зміцнення здоров'я та ін.).

ЛІТЕРАТУРА

- 1.Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды: В 2-х т. – Т. 2 – М.: Педагогика, 1980. – 232 с.
- 2.Наговицын Р.С. Организационно-педагогические условия эффективности формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения [Электронный ресурс] / Р.С. Наговицын // Режим доступа : <http://web.snauka.ru/issues/2014/08/36891>
- 3.Палаткин И.В. Организационные аспекты физкультурно-оздоровительной работы со студентами вуза / И.В. Палаткин, Р.И. Айзман, Н.А. Шмырева // Режим доступа : <http://ngmu.ru/cozo/mos/article/pdf.php?id=1498>
- 4.Vaquet, G., Berthoin, S. and Van Praagh, E. Are intensified physical education sessions able to elicit heart rate at a sufficient level to promote aerobic fitness in adolescents? Research Quarterly for Exercise and Sport, 2002. 73, 282-288.
- 5.Fairclough, S. Physical activity, perceived competence and enjoyment during high school physical education. European Journal of Physical Education, 2003. 8, 5-18.