

*CHEBOTARIOVA I. G. Internet Technologies in the Process of Teaching a Foreign Language in the Non Linguistic Higher Educational Establishments.*

*The article dwells upon the problem of usage of internet technologies in the process of teaching the English language in the Higher Educational Establishments. Didactic and methodological aspects realized by means of computer are under consideration.*

**Keywords:** *multimedia, the English language, Internet, communicative competence, internet technologies.*

**Швець Н. А.**

**Вінницький національний аграрний університет**

## **МОТИВАЦІЯ СТУДЕНТІВ НА ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ В СИСТЕМІ ВУЗІВСЬКОГО НАВЧАННЯ**

*Розглядається мотивація студентів до здорового способу життя засобами освіти і виховання. Визначено особливе місце педагогіки у формуванні здорового способу життя. Виокремлено провідний мотив освітньої діяльності. Розглянуто основні фактори процесу навчання, що впливають на розвиток людини, у плані культури здоров'я.*

**Ключові слова:** *мотивація, здоровий спосіб життя, освіта, студент, молоде покоління, культура здоров'я, валеологія.*

Народна мудрість здавна поєднувала в одне ціле два взаємопов'язаних компоненти людської природи – працю і здоров'я. Здоров'я як феномен інтегрує в собі чотири невід'ємних, взаємопов'язаних компоненти, що визначають його стан, – фізичний, психічний, соціальний та духовний. З цієї позиції і визначається здоровий спосіб життя як усе в людській діяльності, що “стосується збереження і зміцнення здоров'я, все, що сприяє виконанню людиною своїх людських функцій через діяльність з оздоровлення умов життя – праці, відпочинку та побуту” [4, с. 9].

Поль Брег у знаменитому трактаті “Чудо голодування” наголошував, що більшість хвороб людини пов'язані з порушенням нею законів природи, а загалом хвороба – це злочин, і закликав, щоб люди свідомо не ставали злочинцями. Інформаційно-статистичні дані щодо стану здоров'я молоді б'ють на сполох.

Теоретично цінність здоров'я усвідомлюють усі. Так, більшість людей знає, що палити, вживати алкоголь та наркотики шкідливо, але в повсякденному житті не дотримуються цих постулатів. Ніхто не заперечує, що треба більше рухатися, загартовуватися, проте багато хто веде малорухливий спосіб життя. Неправильне, нераціональне харчування спричиняє чимало захворювань, а проблеми сучасного життя у багатьох не залишають місця для позитивних емоцій [1].

З кожним роком зростає кількість молодих людей з ризикованою поведінкою. За даними досліджень Українського інституту громадського

здоров'я станом на 1998 рік лише 10% чоловіків і 19% жінок старше 18 років ведуть тверезий спосіб життя. Наприкінці ХХ століття частка офіційно зареєстрованих хворих на наркоманію в Україні перевищувала 65 тисяч осіб, але реальна їх кількість становить майже 700 тисяч, із них 78% – ін'єкційні наркомани. Переважна більшість ВІЛ-інфікованих (77%) – молоді люди віком від 15 до 29 років [1]. Також майже 90% студентів в Україні мають відхилення у здоров'ї, понад 50% – незадовільну фізичну підготовку. Тому, на нашу думку, необхідною умовою, що сприяє формуванню у студентської молоді культури здоров'я та мотивації до здорового способу життя є її ефективне педагогічне виховання.

Різні аспекти вивчення проблеми забезпечення здорового способу життя, ґрунтовні дослідження здоров'я молоді представлено в роботах вітчизняних і зарубіжних науковців: філософів та культурологів (В. Климова, І. Фролов); психологів (А. Маслоу, О. Чебикін); медиків (М. Амосов, М. Смирнов та ін.); педагогів (Н. Бєлікова, О. Дубогай, В. Загвязинський, В. Зайцев, Т. Круцевич, Ю. Лисицин, С. Серіков, О. Тімушкин); валеологів (Г. Апанасенко, Т. Бойченко, І. Брехман, В. Войтенко, В. Колбанов, Г. Малахов, В. Петленко). Питання мотивації здорового способу життя порушує багато дослідників зокрема: О. Г. Барладин, Л. Б. Биковська, В. О. Гаврилюк, В. А. Масенз, Т. В. Тарасова, В. А. Хор'яков.

Незважаючи на широкий спектр досліджень, проблема мотивації до здорового способу життя у студентської дотепер недостатньо вивчена у теоретичному й у практичному аспектах. Аналіз наукових праць надав можливість виявити протиріччя, яке склалося в педагогічній науці і практиці між суспільною потребою мотивації до здорового способу життя студентів в освітньому процесі вузу, у тому числі, як засоби їх подальшої професійної конкурентоспроможності та соціальної захищеності, і недостатньою розробленістю цієї проблеми як у теоретичному, так і в практичному аспекті.

**Метою статті** – розроблення сучасних підходів і пошук шляхів вирішення проблем, пов'язаних із формуванням здорового способу життя, спрямування діяльності закладів освіти на практичне вирішення зазначених проблем.

Суспільство та педагогічна наука в усі часи ставили перед собою завдання виховати морально і фізично здорову людину, справжнього патріота і громадянина своєї країни, гарного сім'янина. Фундаментом цього виховання завжди залишалися сім'я та навчальні заклади. Тільки фізично здорова людина може отримувати справжню насолоду від життя, результативно працювати, добре забезпечувати себе і свою сім'ю. Кожен знає, що фізично загартована людина рідко хворіє, може стійко переносити холод і спеку, погодні й життєві незгоди, витримувати тривале фізичне

навантаження. Нерозривно пов'язаний з фізичним станом та здоров'ям і розумовий розвиток людини.

“Гарне здоров'я і залежна від нього весела вдача – кращі задатки щастя, а тому і знання, що навчають нас як підтримувати в собі ці елементи, повинні займати перше місце серед усіх людських знань”. Ця теза була сформульована ще у XIX сторіччі відомим англійським педагогом Г. Спенсером і досить точно визначає значення і місце знань про здоров'я в загальній системі освіти і виховання. Велике значення в освітній системі має мотивація до здорового способу життя.

Мотивація особистості до здорового способу життя розглядається нами як перший етап формування готовності до здорового способу життя. Проблема мотивації до здорового способу життя спирається на теоретико-методологічні позиції загальної теорії мотивації життєздатності людини і теорії мотивації освітньої діяльності.

Слово “мотив” походить від латинського слова “рухаюсь”, воно виражає спрямованість активності людини. Мотив розуміється як спонукальна сила до дії, його суб'єктивна підстава, психологічно детермінований і визначальний, цілеспрямований характер дій людини. Новий мотив може виникати тільки в процесі активної діяльності для задоволенню потреб.

У психології термін “мотив” означає усвідомлене бажання людини до діяльності, отже, мотив здорового способу життя, – це усвідомлене бажання людини до здорового способу життя, його прагнення, бажання оволодіти знаннями та способами здорового способу життя. Мотиви здорового способу життя детермінує певне відношення до життєдіяльності. А оскільки мотиви пов'язані з цілями, які людина ставить в життя, то плідною буде така життєдіяльність, в якій людина вміє самостійно ставити цілі і досягати їх.

Протягом життя кожна людини задовольняє матеріальні і духовні потреби, а її поведінка спрямована на реалізацію цих потреб. Здоров'я по суті своїй має бути найпершою потребою людини, але задоволення цієї потреби, доведення її до оптимального результату має складний, своєрідний, часто суперечливий, опосередкований характер і не завжди призводить до необхідного результату.

У сьогоденному суспільстві можна нарахувати велику кількість хвороб, безпосередньо обумовлених невідповідністю реально існуючих потреб особистості її антропогенним потребам. Під антропогенними потребами розуміються потреби, пов'язані з людською природою, сутності людини як біосоціального феномену. До антропогенних потребам не можуть бути віднесені потреби: куріння, алкоголь, наркотики. Протириччя між потребами, висунутими людиною в процесі життя, і тим, що їй необхідно для життя і розвитку, часто приводить до таких хвороб, як інфаркт, інсульт, гіпертонія, рак, хвороби легенів, ВІЛ та інші, які, за даними МОЗ, є причиною

70-80% випадків смерті в розвинених країнах.

Важливою антропогенною потребою є потреба в житті. Підкреслюючи значення цієї потреби для людини і його благополуччя, російський мислитель М. Антонович (1835–1918) зазначав: “По́за життям немає і не може бути для людини нічого, а в житті все”. Людина є частиною природи і повинна жити в гармонії з нею, адже “природа не допускає порушення її законів і не прийме нічого, що не гармонує з життям – метою і функцією людського організму. Проти цього можна вказати на те, що людина може йти проти природи, що вона може ставити перед собою будь-які цілі, віддатися обжерливості і п’янству, не працюючи зовсім головою, або нічого не їсти й не пити і не обтяжувати свою голову, виснажувати себе безсонними ночами, думами. Але це буде життя не повне, не природне; природа покарає – неприємностями, стражданнями, скороченням життя, подібно до того, як всяку природність і виконання приписів вона нагороджує причинністю, задоволенням, зміцненням і продовженням життя” [1, с. 188].

З цього випливає найважливіша роль виховання у кожного члена суспільства ставлення до здоров’я як головної людської цінності, а також розробка основних позицій і чинників здорового способу життя та методології їх впровадження, навчання і освоєння людьми.

Очевидно, що мотивація студентів на здоровий спосіб життя нерозривно пов’язана з потребами та їх розвитком, змінами в житті. Згідно з класифікацією О. М. Леонтьєва, потреби поділяються на дві великі групи: нижчі (природні) і вищі, властиві особистості, які, у свою чергу, поділяються на матеріальні і духовні. Серед духовних потреб виділяють пізнавальні, соціальні (потреба в спілкуванні, у самоствердженні) і морально-гуманістичні (любов до людей, турбота про інших, почуття обов’язку і відповідальності, потреба в дотриманні норм моралі). Відповідно названим потребам можна виділити й види мотивів, які формуються у дорослої людини в процесі його освітньої діяльності і життєдіяльності. Виходячи з цих теоретичних позицій, ми прийшли до висновку, що сукупність цих мотивів є тим феноменом, який називається мотивацією, у тому числі життєдіяльності людини, вираженої в здоровому способі життя, де поєднуються природні, соціальні та психологічні потреби і мотиви. І. І. Соковня-Семенова виділила мотиваційні категорії, об’єднуючи мотивації здорового способу життя і здоров’я [8, с. 18]:

– самозбереження (це загрожує моєму здоров’ю, я не буду цього робити);

– підпорядкування етнокультурним вимогам (я хочу бути рівноправним членом суспільства);

– отримання задоволення від самовдосконалення (здоров’я приносить мені радість, я хочу відчувати це почуття, задоволення від процедур загартовування);

– можливість для самовдосконалення (якщо я буду здоровий, я отримаю результат до якого прагну);

– здатність до маневрів (якщо я буду здоровий, я зможу самореалізувати себе в будь-якій місцевості і в будь-якій професії);

– досягнення максимально можливої комфортності (якщо я здоровий, я не відчуваю фізичного і психічного дискомфорту).

На думку Н. М. Полетаєвої [7, с. 29], велике значення в мотивації студентів до здорового способу життя відводить матеріальній зацікавленості, яка є мотивом професійної діяльності. Але, матеріальна зацікавленість, далеко не завжди займає домінуюче положення в структурі мотивації трудової діяльності людини. Роль матеріального інтересу (економічний мотив) залежить від ринку праці, від наявності або відсутності безробіття того чи іншого виду професії, а також від структури мотиваційної сфери особистості в цілому. Разом з тим досвід показує, що економічний мотив може стати перешкодою в дотриманні здорового способу життя молоді, оскільки оздоровчі послуги в “індустрії здоров’я” вимагають серйозних матеріальних витрат.

У теорії мотивації навчальної діяльності американського соціолога Ф. Херцберга виділяються дві групи факторів, стимулюючих позитивну мотивацію навчальної активності:

1) “гігієнічні” зовнішні фактори – умови навчання;

2) “мотиваційні” – внутрішні фактори, пов’язані з самим процесом навчання з досягненнями у навчанні.

“Мотиваційно-гігієнічна” теорія мотивації орієнтує керівництво ВНЗ на пріоритет внутрішніх факторів активності студентів, створення для них умов розкриття здібностей, прояву ініціативи, що важливо і для навчальної діяльності.

Сучасна системи освіти у ВНЗ, на думку Н. М. Полетаєвої, повинна бути направлена на оздоровчо-валеологічну, або соціально-терапевтичну функцію, вона передбачає включення студентів у процес зміцнення і збереження свого здоров’я на основі стійкої мотивації здорового способу життя. Дослідник підкреслює, що сигналом про те, наскільки студент просувається вперед у отриманні нових валеологічних знань і формування навичок здорового способу життя, є позитивні емоції, які зміцнюють і мотивацію. Психологи стверджують, що почуття незадоволеності собою – це стимул до самовдосконалення.

Валеологічна грамотність людини, включає поведінковий рівень грамотності, який виражається в здоровому способі життя, вимагає відповідної мотивації. У дослідженнях валеологічної педагогіки підкреслюється необхідність формування ціннісного ставлення до здоров’я як мотивуючого фактора діяльності у веденні здорового способу життя.

На думку С. М. Симоненко [2], валеологічна культура виступає як мотивовано-ціннісного компонент валеологічної свідомості, як спрямованість на здоровий спосіб життя і вдосконалення індивідуального здоров'я. Валеологічна свідомість – прагнення до зміцнення власного здоров'я, внутрішня установка на збереження здоров'я інших людей, гуманні рішення, поява інтересу до здоров'я дітей.

Освіта впливає на самосвідомість і саморегуляцію діяльності людини. Чим більше практичних можливостей використання знань бачить людина, тим з великим діапазоном повсякденних потреб, включаючи потреба в здоровому способі життя, вона пов'язує ці знання, тим вище їх цінність і більш насущна потреба в освіті, яка може покращити якість життя.

Розвиток людини, стверджував Б. Г. Ананьєв [1], обумовлений взаємодією багатьох факторів: спадковістю, середовищем, вихованням, діяльністю людини. Фактори розглядаються як рушійна сила процесу розвитку, а умова – як обставина, від якого залежить розвиток, обстановка, в якій відбувається розвиток.

У кожній людині від народження вже закладені задатки до вдосконалення, які необхідно формувати протягом усього життя. Кожен з батьків прагне, щоб дитина виросла фізично і психічно здоровою, не мала шкідливих звичок, але не всі батьки бажають докладати до цього зусиль. Більшість не заперечує проти фізичних вправ, але не всі займаються зі своїми дітьми. Тобто завдання формувати здоров'я змолоду в багатьох сім'ях практично не вирішується. Тому багато в чому формування здорового способу життя залежить від стилю життя сім'ї, способу організації життя, характеру взаємин між батьками, участі їх у вихованні, правильної організації вільного часу сім'ї, ставлення самих батьків до здорового способу життя. Освітня діяльність студентів здійснюється в певних умовах процесу навчання і включає фактори, що впливають на розвиток людини, у тому числі і в плані культури здоров'я.

Орієнтація на інтегративний підхід змушує нас звернутися до нового напрямку в розвитку психології та педагогіки, яке розкриває роль внутрішніх механізмів, що передбачає мотивацію здорового способу життя, у досягненні людиною вершин свого розвитку і якості життя, до акмеології. Найбільш продуктивним для формування мотивації студентів на здоровий спосіб життя в системі освіти вузу, на нашу точку зору, є акмеологічний підхід, який розкриває шляхи сходження до індивідуальності в просторі духовних стосунків педагога з іншими людьми, що включають енергетичний, інформаційний і вольовий обмін цінностями, вважає П. Р. Милованова [6, с. 97]. У процесі такого обміну народжується акмеологічна позиція студента як стійке прагнення до успіху, досягнень, вершин та творчості. Така позиція становить сильну мотиваційну основу ведення здорового способу життя.

Таким чином, мотивація здорового способу життя має складну структуру, в якій взаємодіють пізнавальні і професійні інтереси людини, морально-гуманістичні і соціальні мотиви, матеріальні і духовні потреби. Цілісний підхід до мотивації здорового способу життя людини здійснюється шляхом взаємодії механізмів впливу:

- 1) через словотворчі орієнтації і духовність людини;
- 2) через системно-комплексний підхід до актуалізації мотивів тих видів діяльності, в яких людина виступає як суб'єкт (освітньої, професійної, життєдіяльності).

Спираючись на акмеологічну концепцію освіти, можна констатувати, що мотивація здорового способу життя в освіті студента здійснюється успішно, якщо проектування освітнього процесу відбувається на основі акмеолого-гуманістичного підходу, коли діють механізми рефлексії і самовизначення, стимулюється самовираження і акмеологічна позиція.

**Висновок.** Молодь починає замислюватись над своїм майбутнім. Серед перелічених життєвих ціннісних орієнтирів студентська молодь визначила здоров'я, як одну з найважливіших цінностей. Нарешті ми усвідомили: щоб виростити здорове покоління, необхідно мотивувати студентів на здоровий спосіб життя, адже здоров'я – найперша найважливіша потреба людини. Але для задоволення цієї потреби, доведення її до оптимального результату потрібно глибше розвивати профілактичну роботу серед молоді, особливо студентства. Провідна роль у цій роботі належить працівникам системи освіти, які повинні здійснювати пропаганду медичних і гігієнічних знань та формувати у студентів навички здорового способу життя, тому що здоров'я залежить не тільки від способу життя; від навколишнього середовища, морально-психологічного клімату, спадковості, а й від мотивації на здоровий спосіб життя.

#### **Використана література:**

1. *Ананьев Б. Г.* Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – СПб. : Питер, 2002. – 288 с.
2. *Башавець Н. А.* Сучасні проблеми здоров'я фахівців економічного профілю / Н. А. Башавець // Проблеми сучасної педагогічної освіти. Серія: Педагогіка і психологія : зб. статей. – Ялта : РВВ КГУ, 2010. – Вип. 27. – Ч. 1. – С. 15-24.
3. *Брехман І. І.* Валеологія – наука про здоров'я / І. І. Брехман. – М. : ФіС, 1990. – 208 с.
4. *Василенко Н. Л.* Європейська освіта про здоровий спосіб життя: етапи великого шляху / Н. Л. Василенко // Відродження. – 2000. – № 3. – С. 7-10.
5. *Горашук В. П.* Теоретичні підходи до формування культури здоров'я школярів / В. П. Горашук // Основи здоров'я і фізична культура. – 2005. – № 5. – С. 58-61.
6. *Милованова П. Г.* Акмеология физической культуры и спорта / П. Г. Милованова. – Тюмень : Изд-во ТюмГУ, 2001. – 55 с.
7. *Полегаева Н. М.* Мотивация здорового образа жизни в образовании педагога / Н. М. Полегаева. – СПб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2004. – 98 с.
8. *Соковня-Семенова И. И.* Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь / И. И. Соковня-Семенова. – М. : Академия, 1999. – 208 с.

**ШВЕЦ Н. А. Мотивация студентов на здоровый образ жизни в системе вузовской учебы.**

*Рассматривается мотивация студентов к здоровому образу жизни средствами образования и воспитания. Определено особое место педагогики в формировании здорового образа жизни. Выделены ведущий мотив образовательной деятельности. Рассмотрены основные факторы процесса обучения, влияющие на развитие человека, в плане культуры здоровья.*

**Ключевые слова:** мотивация, здоровый образ жизни, образование, студент, молодое поколение, культура здоровья, валеология.

**SHVEC N. A. Motivation of students on the healthy way of life in the system of institute of higher studies.**

*Motivation of the students to the healthy way of life by the educational and upbringing facilities is examined. The special place of a pedagogic is determined in the process of forming the healthy way of life. The leading reason of the educational activity is distinguished. The basic factors in the process of studies that have influence on the development of a person in a culture of a health.*

**Key words:** motivation, healthy way of life, education, student, the young generation, culture of a health.

**Шевченко В. В.  
Національний педагогічний університет  
імені М. П. Драгоманова**

## **ІНТЕРНЕТ-ТЕХНОЛОГІЇ В СИСТЕМІ ФАХОВОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ**

*Ефективне впровадження різноманітних засобів інтернет-технологій, і, перш за все інформаційних і комунікаційних засобів, сприятливо впливають на всю систему освіти. Інтернет-технології в навчанні стають також каталізатором передової педагогічної теорії, наукові основи якої орієнтовані на розвиток особистості майбутнього фахівця.*

**Ключові слова:** інформаційні технології, ЕОМ, ІТ, інформаційна компетентність, компетентнісний підхід, інформаційна грамотність та самостійна навчальна діяльність.

Проблема професіоналізму педагога в сучасних умовах оновлення суспільства набуває особливої значущості. Сучасна ситуація у системі освіти характеризується кардинальною суперечністю між стійким запитом, що сформувався в суспільстві, на вільну, соціально відповідальну, демократичну, ефективну особистість педагога і невідповідним соціальним очікуваним рівнем професійної діяльності значної частини педагогічних працівників. Криза сучасної системи освіти є віддзеркаленням глобальної кризи цивілізації і системи освіти як суспільного інституту. Криза виражається в розриві між освітою і культурою, освітою і наукою, освітою і суспільством.

Оскільки темпи соціальних змін починають випереджати темпи зміни поколінь, суспільство все більше потребує людей, що володіють потребою в