

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ОСВІТА І ЗДОРОВ'Я ПІДРОСТАЮЧОГО ПОКОЛІННЯ

ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,
СПОРТУ І ЗДОРОВ'Я



Український державний університет
імені Михайла Драгоманова

2024 р.

УДК 37.016:613]:005.745
0-72

Матеріали VI Міжнародного симпозиуму «Освіта і здоров'я підрастаючого покоління»: Зб. наук. Праць / За ред. Білик В.Г. Вип. 6. К.: Алатон, 2024. 227 с.

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

Андрущенко Віктор Петрович – ректор Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, академік НАПН України, Член кореспондент НАН України, доктор філософських наук, професор.

Тимошенко Олексій Валерійович – декан факультету фізичного виховання, спорту і здоров'я, Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, доктор педагогічних наук, професор.

Білик Валентина Григорівна – завідувачка кафедри здоров'язбережувальної освіти та фізичної рекреації Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, доктор педагогічних наук, професор.

ISBN 978-617-7834-38-9

© Редакційна колегія, 2024
© Автори статей, 2024
© Видавництво «Алатон», 2024

Отже, можна зробити висновок, про необхідність звернення уваги на вибір стилю поведінки в конфліктних ситуаціях і його залежність від рівня фізичного здоров'я особистості. Адже, саме від того, як юнаки будуть ставитися та підтримувати своє здоров'я, а головне, що виступатиме вирішальною рушійною силою задля досягнення цього, буде залежати якість і успіх їх подальшої навчально-професійної діяльності, встановлення тих аспектів мотиваційно-особистісної сфери розвитку, які є притаманними саме сучасному поколінню і його існуванню у даному соціумі.

Сьогодні змінює вимоги до фізичної підготовленості студентів, спонукає до визначення та усвідомлення ролі мотивації та необхідності вирішення проблем пов'язаних із фізичним здоров'ям. Найбільш значущими чинниками, які впливають на формування позитивної мотивації й активного відношення до оздоровчої діяльності в умовах навчання у вищому навчальному закладі, є необхідність зміцнення свого здоров'я та профілактика захворювань. Найчастіше за наявності позитивного прикладу серед викладачів чи

колективу, у студентів ВНЗ виникає мотивація на результат діяльності (прагнення до самовдосконалення, самоствердження, самовираження). Це ще раз доводить, що при формуванні мотивації до підтримання фізичного здоров'я насамперед важливим є особистий приклад викладача, його активність, залучення студентів до роботи, до спільних зусиль, які в кінцевому результаті приведуть до поліпшення загального самопочуття та внутрішньої гармонії.

Життя людини неможливо зрозуміти, якщо не брати до уваги найвищі прагнення, цінності, мрії, яким вона додає особливий, позитивний життєвий сенс. Цілі, які люди ставлять перед собою, в значній мірі вибираються індивідуально. У постійному прагненні до досконалості вони здатні планувати свої дії і визначати свою долю. Кожна людина має можливість вільно створювати свій власний стиль життя і відповідати за те, ким вона стає і як поводить. У зв'язку з цим, наша поведінка мислиться як процес безперервного вибору та ухвалення рішень на основі зважування поведінкових альтернатив.

Список використаних джерел

1. Варій М.Й. Загальна психологія: Підручник / Для студ. психол. і педагог. спеціальностей. К.: «Центр учбової літератури», 2007.

2. Скрипченко О.В., Долинська Л.В. та ін Вікова та педагогічна психологія. Навч. Посібник/. – К.: Просвіта, 2001. 416 с..

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ Я – КОНЦЕПЦІЇ В ПРОФЕСІЙНОМУ СТАНОВЛЕННІ ОСОБИСТОСТІ МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я

Білик Валентина Григорівна

завідувачка кафедри здоров'язбережувальної освіти та фізичної рекреації Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, доктор педагогічних наук, професор

Шеремет Інеса Володимирівна

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри здоров'язбережувальної освіти та фізичної рекреації Українського державного університету імені Михайла Драгоманова

Антощук Наталія Леонідівна

студентка 2 курсу магістратури спеціальності Середня освіта «Здоров'я людини», Українського державного університету імені Михайла Драгоманова

Основою теперішнього виховного процесу є виховання життєвої позиції людини, формування її як громадянина своєї держави, як особистість з позитивною Я-концепцією. У нинішніх умовах ми можемо

говорити про перехід особистісно-орієнтованої моделі освіти, згідно з якою дитина – мета і цінність процесів навчання та виховання. Адже, становлення самосвідомості юнаків має своє завершення в усвідомленні

ними свого місця в житті, в роботі, суспільстві, визначення життєвого шляху, в усвідомленні себе як справжню особистість, яка стане активним учасником розвитку суспільства, своєї країни.

Актуальність теми визначається тим, що Я-концепція є важливою складовою досягнення високого рівня професіоналізму та важливим особистісним ресурсом у професійному становленні майбутніх фахівців, вчителів основ здоров'я. Професійна Я-концепція забезпечує не тільки усвідомлення вимог та специфіки конкретної професійної діяльності, але й сприяє ефективній саморегуляції, саморозвитку та самореалізації в професії. В сучасних умовах акцент досліджень змінився на позитивне становлення Я-концепції. Її затребуваність зростає при умовах соціально-економічної та духовної кризи в країні, ламання стереотипів, потоку негативної інформації, веде до дестабілізації особистості, до тривожності, невпевненості в собі, емоційної напруженості, здійснюючи вагомий вплив на психологічний та емоційний стан особистості, а отже і на професіоналізацію.

Сьогодні студенти потребують вагомий внутрішньої перебудови, яка несе за собою самоусвідомлення, зміну ставлення до себе та інших людей які їх оточують. Згідно з теоретико-методологічними положеннями Л. Виготського, О. Леонтьєва, С.Рубінштейна та ін., «формування особистості професіонала не зводиться тільки до накопичення вмій, знань і навичок, а передбачає 5 формування систем саморегуляції соціальної поведінки, духовне становлення особистості, самоповагу та самокерівництво» [1].

Я-концепцію в професійному становленні особистості досліджували: у працях, присвячених особистісному зростанню (С. Максименко, І. Пасічник, М. Томчук, та ін.), професіоналізму особистості (В. Буткевич, Є. Клімов, А. Маркова, та ін.), професійному самовизначенню (М. Пряжников, Т. Кудрявцев) [2]; Свій вагомий внесок у дослідження розвитку Я-концепції в юнацькому віці зробили: Р. Бернс, І. Бех, Е. Головаха, І. Дубровіна, І. Кон, Г. Крайг, І. Кулагіна, Ю. Міславський, Ф. Райс, та ін. [3].

Особливо важливим новоутворенням я-концепція є для юнацького віку. Це період, коли людина може пройти шлях від невпевненого, непослідовного підлітка до дійсного дорослішання. В юності у молодій людини виникає проблема вибору життєвих цінностей. Юнацьке «Я» ще невизначене, дифузне, воно нерідко переживається як невизначений неспокій або відчуття внутрішньої порожнечі, яку треба заповнити. Звідси росте потреба у спілкуванні і, водночас, підвищується вибірковість спілкування, потреба у самотності. Становлення особистості також включає в себе становлення відносно стійкого образу «Я», тобто цілісного уявлення про самого себе.

Юнацький вік також є надзвичайно важливим так як в цей період вони обирають собі майбутню професію. І тоді відбувається перетворення професійної діяльності у провідну. Але це залежить від соціально-економічних відносин, соціальної ситуації, позиції особистості. Цей період займає значну частину життя людини. Траєкторія долі людини, її щастя, самопочуття, задоволеність життям, фізичне і психічне здоров'я багато в чому визначаються задоволеністю змістом професійної діяльності, ставленням до неї, рівнем професійних досягнень. Можна сказати, що для більшості людей основою розвитку особистості в зрілому віці стає професійна діяльність [2].

Сучасні дослідники для позначення особистісних змін, які відбуваються в процесі засвоєння і здійснення професійної діяльності і зумовлюються характером цієї діяльності, все ширше використовують поняття «професіогенезу», яке розглядається як цілісний безперервний процес становлення особистості фахівця, який починається з моменту вибору і прийняття майбутньої професії і закінчується, коли людина припиняє активну трудову діяльність. Але деякі детермінанти можуть завадити професійному становленні юнака. А саме – недостатність вільного спілкування з батьками; негативний вплив референтних груп, негативна соціальна ситуація у мікро-середовищі (сім'я, школа, вулиця), в якому знаходиться юнак, виявляє несприятливий вплив на забарвлення «Я-концепції» особистості

Список використаних джерел

1. Бамбурак Н. Позитивне збага-чення Я-концепції особистості у контексті інноваційного освітнього довкілля / Н. Бамбурак // Психологія і суспільство. 2007. № 2.
2. Вікова та педагогічна психологія: Навч. посібник / О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук та ін. К.: Просвіта, 2001. 416 с.
3. Кіреєва У. Психологічний аналіз Я-концепції у контексті самосвідомості / У. Кіреєва // Психологія і суспільство. 2010. № 1. С. 120-130.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ЗДОРОВ'Я В УЧНІВ МОЛОДШИХ КЛАСІВ

Білик Валентина Григорівна

завідувачка кафедри здоров'язбережувальної освіти та фізичної рекреації Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, доктор педагогічних наук, професор

Шеремет Інеса Володимирівна

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри здоров'язбережувальної освіти та фізичної рекреації Українського державного університету імені Михайла Драгоманова

Сніцаренко Дарія Іванівна

студентка 2 курсу магістратури спеціальності Середня освіта «Здоров'я людини», Українського державного університету імені Михайла Драгоманова

Проблема формування здорового способу життя підростаючого покоління України належить до найактуальніших проблем, вирішення якої обумовлює майбутнє держави та подальше існування здорової нації. Сьогодні сферою формування здорового способу життя дітей та підлітків є система освіти. Згідно державної програми «Освіта» (Україна ХХІ століття) та «Національної доктрини освіти України у ХХІ столітті» стратегічним завданням освіти є виховання освіченої, творчої особистості, всебічний розвиток людини, становлення її духовного, психічного та фізичного здоров'я. Тому обов'язковим компонентом національної системи освіти мають бути знання про формування, збереження та зміцнення здоров'я. Зазначена проблема набуває ще більшого значення для сучасної школи, про що свідчать документи Міністерства освіти і науки України. Низкою загальноосвітніх шкіл, закладів інтернатного типу, позашкільних закладів України набуто цінний досвід освітньо-реабілітаційної та корекційно-розвивальної роботи, спрямованої на збереження, відновлення та зміцнення здоров'я вихованців.

Аналіз наукових досліджень свідчить, що проблема формування ціннісного ставлення до здоров'я актуальна як у філо-софії та

соціології (Ю. Лисицин, О. Сахно, Л. Суцценко), так і психології (В.К. Вілюнас), медицині (Г.А. Апанасенко, С.М. Громбах), біології (І.І. Брехман).

У педагогіці поняття «здоров'я» розглядалося в різних аспектах: фізичне, психічне, соціальне та духовне здоров'я визначають В.М. Оржеховська, С. Свириденко, Л.П. Суцценко; трьома більш загальними його складниками – фізичне, психічне і духовне – обмежуються Г. Апанасенко, А. Царенко. Фізичне, психічне, розумове, особистісне, соціальне та духовне виділяють М. Гончаренко, В. Язловецький.

Досліджуваній проблемі було присвячено наукові праці та посібники за такими напрямками: формування здорового способу життя школярів у навчально-виховному процесі (В. Білик, А. Герасимчук, С. Лапаєнко, В. Лисяк, О. Маркова, К. Палієнко, В. Солнцева, С. Страшко та ін.); у позакласній діяльності (О. Гауряк, А. Гужаловський, О. Жабокрицька, Т. Лясота, В. Рева та ін.); у позашкільній діяльності (Б. Брилін, В. Кузьменко, Т. Лясота та ін.); у сім'ї (Т. Басва, С. Свириденко, М. Шарапа та ін.).

Отже, валеологічне виховання – це процес формування ціннісно-орієнтованих установок особистості на здоров'я і здоровий спосіб життя, побудованих як невід'ємна