

*Ю. В. Драгнев, Луганський національний університет імені Тараса Шевченка*

## **ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ В УМОВАХ КОМП'ЮТЕРИЗАЦІЇ НАВАННЯ**

Драгнев Ю. В.

Педагогічні умови формування культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання

У статті розглядаються педагогічні умови формування культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання. Розкривається зміст чотирьох педагогічних умов процесу формування культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання.

*Ключові слова:* педагогічні умови, культура здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання, оздоровчі технології.

Драгнев Ю. В. Педагогические условия формирования культуры здоровья студентов в условиях компьютеризации обучения

В статье рассматриваются педагогические условия формирования культуры здоровья студентов в условиях компьютеризации обучения. Раскрывается содержание четырех педагогических условий процесса формирования культуры здоровья студентов в условиях компьютеризации обучения.

*Ключевые слова:* педагогические условия, культура здоровья студентов в условиях компьютеризации обучения, оздоровительные технологии.

**Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями.** Розвиток незалежної України вимагає наполегливої праці всіх ланок в нашій державі. У сучасному суспільстві велику допомогу активному налагодженню усіх галузей сьогодні надає комп'ютеризація, без якої не може ефективно функціонувати жодна галузь країни.

У сучасному суспільстві педагогіка ВНЗ є тією галуззю наукових знань, що покликана дати конкретні відповіді на питання освіти, навчання, виховання

студентської молоді, формування у студентів необхідних професійних якостей, вмій і навичок, використання окремих форм, методів й засобів впливу на свідомість особистості студентів в умовах комп'ютеризації навчання.

**Зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями.**

Стаття виконана в руслі досліджуваної в Інституті фізичного виховання і спорту Луганського національного університету імені Тараса Шевченка теми „Формування культури здоров'я дітей та учнівської молоді” (протокол № 3 засідання Ради факультету фізичного виховання від 1 листопада 2001 р.).

**Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується означена стаття.** У статті розглядаються педагогічні умови формування культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання. Розкривається зміст чотирьох педагогічних умов процесу формування культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано розв'язання даної проблеми і на які спирається автор.** У сучасному суспільстві на теоретичному рівні розробкою культури здоров'я займаються такі вчені: В. Горашук, В. Кириленко, В. Климова, Г. Кривошеєва, В. Скумін, Л. Татарникова та ін [1; 2; 3; 4; 5; 6]. Праці цих вчених спрямовано на формування культури здоров'я особистості учнівської молоді та взагалі громадян різних груп населення.

**Формулювання цілей статті (постановка завдання).** Мета даної статті полягає в тому, щоб подати розроблені педагогічні умови формування культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання.

**Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів.**

Матеріали пошукового експерименту дозволили нам визначити такі педагогічні умови, які забезпечують ефективність формування культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання:

- створення позитивної мотивації студентів до розуміння здоров'я як цінності;

- застосування оздоровчих технологій зменшення негативного впливу комп'ютера на здоров'я студентів в навчальному процесі та у процесі самостійної роботи;

- спрямування змісту оздоровчих технологій на розвиток всіх аспектів індивідуального здоров'я (духовного, психічного, фізичного) студентів в умовах комп'ютеризації навчання;

- розробки й впровадження в навчальний процес компонентів культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання.

Створення позитивної мотивація студентів до розуміння здоров'я як цінності визначена нами як одна з головних педагогічних умов успішного вирішення зазначеної проблеми. Виділення цієї умови зумовлено тим, що розуміння здоров'я як цінності є одним з найважливіших чинників формування культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання. Формування культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання здійснюється за наявності мотивації, необхідної для використання оздоровчих технологій під час роботи на комп'ютері.

Визначення позитивної мотивації студентів є підґрунтям усвідомлення студентами важливості застосування оздоровчих технологій для підвищення культури здоров'я в умовах комп'ютеризації навчання.

Формування позитивної мотивації у студентів до розуміння здоров'я як цінності у вимагає а) знань психофізіологічних вікових особливостей, б) знань з проблеми психологічних опорів культурі здоров'я, в) використання принципів педагогіки співробітництва, г) створення психологічного комфорту на заняттях та у процесі самостійної роботи для твердження власної позиції з питань культури здоров'я в умовах масової комп'ютеризації, д) уведення в навчальний процес інтерактивних методів навчання, що активізують пізнавальну діяльність студентів з питань самооздоровлення.

Нами пропонувалося розглядати позитивну мотивацію до розуміння здоров'я як цінності студентів за ієрархію з трьох рівнів: потреба в безпеці під час роботи на комп'ютері, потреба в визначенні пріоритету життя щодо

цінності власного здоров'я для себе та суспільства в цілому й потреба у самовдосконаленні шляхом самооздоровлення.

Потреба в безпеці під час роботи на комп'ютері визначається прагненням студентів до духовного, психічного та фізичного комфорту в навчальному процесі де використовується комп'ютер. Під комфортом у даному випадку нами розуміється захищеність студентів від усіляких зовнішніх та внутрішніх негораздів.

Потреба в визначенні пріоритету життя щодо цінності власного здоров'я для себе та суспільства в цілому розуміється нами як спрямованість особистості студентів до розуміння єдності усіх людей, де кожна людина має вплив на іншу. Таким чином усвідомлення цієї єдності повинно призводити до дбайливого ставлення студентів до власного здоров'я в умовах комп'ютеризації навчання.

Потреба у самовдосконаленні шляхом самооздоровлення визначається нами як придбання високого рівня культури здоров'я студентами використовуючи оздоровчі технології в навчальній діяльності де застосовується комп'ютер та під час самостійної роботи на ньому.

Як засвідчують дані констатувального етапу дослідження, значна частина студентів не мала достатньо чітких знань про сутність культури здоров'я та важливість використання оздоровчих технологій в навчальному процесі та у процесі самостійної роботи на комп'ютері. Звідси виникає необхідність усвідомлення студентами застосування оздоровчих технологій.

У нашій роботі оздоровчі технології ми розглядали як метод впливу на особистість студентів з метою підвищення ефективності оздоровчих заходів, спрямованих на зменшення негативного впливу комп'ютера на здоров'я студентів у духовному, психічному та фізичному аспектах.

Студентам, які працюють за комп'ютером необхідно усвідомити, що використання оздоровчих технологій в навчальному процесі та у процесі самостійної роботи буде сприяти підвищенню рівня культури здоров'я взагалі, який пов'язаний з організацією пізнавальної діяльності студентів, формуванням

у них системи цінностей (світоглядних, моральних, естетичних, професійних), освоєнням необхідного оздоровчого досвіду.

Усвідомлення студентами важливості застосування оздоровчих технологій стосовно зменшення негативного впливу комп'ютера на здоров'я в навчальному процесі та у процесі самостійної роботи є функціонально важливим і необхідним. Воно охоплює в собі такі складові як усвідомлення сутності й можливості застосовування оздоровчих технологій в умовах комп'ютеризації навчання та розуміння мети й основних завдань оздоровчих технологій.

Зазначимо, що усвідомлення студентами важливості застосування оздоровчих технологій стосовно зменшення негативного впливу комп'ютера на їх здоров'я в навчальному процесі та у процесі самостійної роботи набуває оптимального і повноцінного характеру, якщо спиратися на поняття, знання та вміння культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання. Воно має охоплювати в собі найважливіші параметри особистості, які спонукають її до певних дій, визначають напрямок діяльності щодо самооздоровлення та дозволяють самостійно досягати конкретних результатів.

Чинником, який може спонукати студентів застосувати оздоровчі технології стосовно зменшення негативного впливу комп'ютера на здоров'я в навчальному процесі та у процесі самостійної роботи є інтерес. Виявленню інтересу у студентів до застосування оздоровчих технологій в навчальному процесі та у процесі самостійної роботи будуть сприяти інформаційні чинники, участь у дослідницьких програмах та відповідальне ставлення до їх використання.

Суттєвим показником усвідомлення студентами важливості застосування оздоровчих технологій є наявність мотивації, необхідної для використання оздоровчих технологій під час роботи на комп'ютері. Під час застосування оздоровчих технологій в навчальному процесі студентам важливо ураховувати ту ситуацію, яка характеризує стан і рівень їх інформованості з того чи іншого питання до мотивації самооздоровлення. Деякі знання до використання

оздоровчих технологій у своєму житті студенти отримують на дисциплінах з основ валеології, БЖД, основ охорони праці, фізичного виховання тощо. Вагому роль у процесі отримання знань студентами для використання оздоровчих технологій відіграє самоосвіта. Це, у свою чергу, робота у Інтернеті та особисті надбання.

Важливим показником усвідомлення студентами важливості застосування оздоровчих технологій є усвідомлення сутності й можливості застосовування оздоровчих технологій в умовах комп'ютеризації навчання. Роль цього параметру полягає в тому, що концентрує увагу на виділенні головного і принципово важливого, що можуть дати навчальному процесу оздоровчі технології. Як засвідчують дані констатувального експерименту, значна частина студентів не має достатньо чіткого уявлення про сутність оздоровчих технологій різного спрямування на духовний, психічний та фізичний аспекти здоров'я. Це, у свою чергу, не сприяє позитивному вирішенню цього питання. Разом з тим, виникає необхідність усвідомлення сутності оздоровчих технологій які використовуються в навчальному процесі та у процесі самостійної діяльності студентів в умовах комп'ютеризації навчання.

Розуміння мети й основних завдань оздоровчих технологій є одним із важливих показників усвідомлення студентами важливості застосування оздоровчих технологій. Цей показник повинен бути визначений і мати чітке розуміння з боку студентів.

Здійснений нами науковий пошук переконує в тому, що як мета, так і основні завдання оздоровчих технологій які використовуються в навчальному процесі та у процесі самостійної діяльності студентів можуть бути визначені в залежності від того, які питання студенти визначають пріоритетними в своїй навчальній діяльності: навчальні, виховні, оздоровчі, професійної тощо.

Мета та основні завдання використання оздоровчих технологій в навчальному процесі та у процесі самостійної діяльності студентів під час роботи на комп'ютері визначаються придбанням високого рівня культури здоров'я студентів, підвищенням мотивації, навчально-пізнавальної діяльності

студентів, якості навчального процесу та якості процесу професійної підготовки.

До мети використання оздоровчих технологій нами було віднесено:

1. Підвищення мотивації та навчально-пізнавальної діяльності студентів характеризувалася визначенням пріоритету життєвих позицій, де головну роль мало індивідуальне та суспільне здоров'я в умовах масової комп'ютеризації.

2. Підвищення якості навчального процесу студентів визначало використання новітніх методів навчання, до яких ми віднесли інтерактивні методи навчання.

3. Підвищення рівня культури здоров'я студентів було однією з найважливіших цілей формування культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання. За рахунок використання студентами оздоровчих технологій в навчальному процесі та у процесі самостійної роботи повинно було відбуватися підвищення рівня культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання.

4. Підвищити якість процесу професійної підготовки студентів визначало їх життєву позицію, щодо придбання обраної професії з урахуванням впровадження інформаційних технологій в освіту та виробництво, що у підсумку портебувало використання оздоровчих технологій під час праці на комп'ютері на виробництві, та під час збору необхідної інформації в Інтернеті.

До завдань використання оздоровчих технологій ми віднесли:

1. Свідоме засвоєння знань та вмінь з самооздоровлення й активного застосувати їх у практичній діяльності характеризувалося світоглядними позиціями студентів щодо поняття «здоров'я», яке повинно було стати найважливішою цінністю. Самостійне придбання знань та вмінь при використуванні оздоровчих технологій спрямовувало студентів свідомо та диференційовано підходити до використання їх у своїй навчальній та професійній діяльності.

2. Свідоме позитивне ставлення до самоосвіти й самовиховання визначалося як шляхи самоовдоскалення студентів через свідому активну

діяльність у питаннях самоосвіти та самовиховання, що характеризувалося придбанням знань, вмінь і навиків самостійно.

3. Засвоєння найважливіших цінностей людини, до яких було віднесено здоров'я, добробут, любов, родина тощо, спрямовували оздоровчу діяльність студентів на пропаганду здорового способу життя, як складової частини культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання.

4. Засвоєння найважливіших компонентів професійного досвіду, які характеризувалися плідною працею на благо держави, високою моральністю, духовною порядністю, толерантністю та усвідомленням власного здоров'я суспільним здоров'я взагалі, що у підсумку формує міцну Україну.

Спрямування змісту оздоровчих технологій на розвиток аспектів індивідуального здоров'я (духовного, психічного, фізичного) студентів в умовах комп'ютеризації навчання визначено нами як педагогічна умова ефективного розв'язання вказаної проблеми. Виділення цієї умови пов'язане з тим, що практика використання оздоровчих технологій в навчальному процесі та у процесі самостійної діяльності студентів в умовах комп'ютеризації навчання в ВНЗ відсутня. Тому, щоб застосовувати оздоровчі технології у ВНЗ визначитися зі змістом оздоровчих технологій спрямованих на розвиток аспектів індивідуального здоров'я (духовного, психічного, фізичного) студентів в умовах комп'ютеризації навчання.

Зараз виникла ситуація, коли відсутність практики використання оздоровчих технологій на дисциплінах, де застосовується комп'ютер виявила свою спроможність забезпечувати розв'язання комплексу найбільш гострих і актуальних завдань оздоровлення студентів у ВНЗ в умовах комп'ютеризації навчання.

Спрямування змісту оздоровчих технологій на розвиток аспектів індивідуального здоров'я (духовного, психічного, фізичного) студентів в умовах комп'ютеризації навчання дозволяє зосередити увагу на найважливіших компонентах змісту оздоровчих технологій.



Таке спрямування змісту оздоровчих технологій є цілком виправданим. На сучасному етапі розвитку вищої школи особистісний фактор набув якісно інших функцій. Він став центром майже всіх педагогічних дій, то і зміст оздоровчих технологій повинен бути спрямований на розвиток особистості студентів та підвищенню рівня культури здоров'я в цілому.

Спрямування змісту оздоровчих технологій передбачає, передусім, розвиток духовного аспекту здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання. Під час визначення змісту оздоровчих технологій було важливо аналізувати зі студентами такі питання, як:

- світоглядні позиції та орієнтації сучасної студентської молоді;
- ставлення до системи духовних цінностей студентів у процесі навчання у ВНЗ;
- роль ідеалу здорової людини у суспільстві та студентському житті.

Духовний аспект здоров'я студентів ми розглядали не тільки як усвідомлення студентами себе як цілісної особи, у якій сформовані гуманістичні ціннісні орієнтації, а й розуміння ними цінностей життя і усвідомлення його сенсу в умовах масової комп'ютеризації. Показниками духовного аспекту здоров'я студентів ми визначили: сформованість прагнення до самопізнання, рівень знання культури здоров'я, розробку індивідуальної оздоровчої системи чи програми самооздоровлення в умовах комп'ютеризації навчання.

На матеріалі змісту оздоровчих технологій відкрилася можливість підкреслити роль духовного фактору студентської молоді в умовах комп'ютеризації навчання, її вмінь і навичок, пов'язаних з моральним і етичним ставленням до себе, навколишнього середовища та загальнолюдських цінностей тощо.

Зміст оздоровчих технологій спрямований на розвиток психічного аспекту здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання. На змісті оздоровчих технологій виявилось можливим зосередити увагу студентів щодо ролі в навчальному процесі й у процесі самостійної роботи таких

психологічних якостей: увага, пам'ять, мислення та ін. Зазначені психологічні якості мали стати предметом самоспостереження студентів під час роботи за комп'ютером. На основі змісту оздоровчих технологій було включено до обговорення такі питання як: культура здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання, роль здоров'я студентів у навчальному процесі та у процесі самостійної роботи тощо.

До психічного аспекту здоров'я студентів ми віднесли: індивідуальні особливості психічних процесів і здібностей студентів під час роботи на комп'ютері, наприклад, збудливість, емоційність, чуттєвість. Психічне життя студентів, на нашу думку, складається з потреб, інтересів, мотивів, стимулів, установок, цілей, уявлень, відчуттів та ін. Психічний аспект здоров'я ми розглядаємо, як важливий аспект здоров'я, який розкривається через збалансований розвиток психіки студентів і її основних функцій.

До показників психічного аспекту здоров'я ми віднесли: сформованість мотивації до користування оздоровчими технологіями, наявність мети самооздоровлення, оптимальну організацію розумової роботи та відпочинку під час і після роботи на комп'ютері.

У вищих навчальних закладах питання фізичного аспекту здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання вирішується частково. Зазначимо, що зміст оздоровчих технологій є одним із дієвих факторів оздоровлення студентів ВНЗ. Застосування фізичних вправ, самомасажу тощо, на дисциплінах де застосовується комп'ютер, сприяє не тільки підвищенню рівня культури здоров'я студентів, а й підвищенню рівня фізичної підготовки в системі підготовки майбутнього вчителя. На матеріалі оздоровчих технологій викладачі можуть обговорювати зі студентами такі питання як розвиток загальнофізичних якостей, особливості психофізіологічних процесів, які відбуваються під час занять спортом, що є запорукою вдалого самооздоровлення після занять з комп'ютером, становлення позитивної мотивації до ведення здорового способу життя, завдяки підвищенню рівня культури здоров'я.

Під фізичним аспектом здоров'я студентів ми розуміли те, як функціонує їх організм та у чому відображається здоров'я у всіх його біологічних аспектах. До показників фізичного аспекту здоров'я студентів нами було віднесено: активну діяльність у питаннях самооздоровлення, використання оздоровлювальних засобів, оптимальну організацію фізичної роботи та відпочинку під час і після роботи на комп'ютері.

**Висновки з даного дослідження і перспективи подальшого їх розвитку.** Зазначені вище педагогічні умови охоплюють найсуттєвіші чинники, які впливають на формування культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання. Готовність студентів ВНЗ до використання оздоровчих технологій у навчальному процесі та в процесі самостійної роботи, спрямування змісту оздоровчих технологій, поетапне їх використання покликані сприяти ефективному вирішенню оздоровчих, освітніх та виховних завдань сучасної вищої школи України.

### Література

1. **Горащук В. П.** Формирование культуры здоровья школьников (теория и практика) : монография / В. П. Горащук. – Луганск : Альма-матер, 2003. – 376 с.
2. **Кириленко С. В.** Формування, збереження й зміцнення здоров'я підростаючого покоління як обов'язковий компонент системи національної освіти / С. В. Кириленко // Формування, збереження й зміцнення здоров'я підростаючого покоління як обов'язковий компонент системи національної освіти. – К., 1997. – С. 6 – 13.
3. **Климова В. И.** Человек и его здоровье / В. И. Климова. – М. : Знание, 1985. – 192 с.
4. **Кривошесва Г. Л.** Формування культури здоров'я студентів університету : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Кривошесва Галина Леонідівна. – Донецьк, 2001. – 228 с.

5. **Скумин В. А.** Культура здоровья – фундаментальная наука о человеке / В. А. Скумин. – Новочеркасск : ТЕРОС, 1995. – 132 с.

6. **Татарникова Л. Г.** Педагогическая валеология : Генезис. Тенденции развития. – 2-е изд., перераб. и доп. / Л. Г. Татарникова. – СПб. : Изд-во „Петроградский и К<sup>о</sup>”, 1997. – 416 с.

Dragnev Y. V.

Pedagogical terms of forming of culture of health of students in the conditions of computerization of teaching.

In the article is examined pedagogical terms of forming of culture of health of students in the conditions of computerization of teaching. Maintenance of four pedagogical terms of process of forming of culture of health of students opens up in the conditions of computerization of teaching.

*Key words:* pedagogical terms, culture of health of students in the conditions of computerization of teaching, health technologies.

Відомості про автора

*Драгнев Юрій Володимирович* – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Наукові інтереси зосереджено навколо проблематики формування культури здоров'я студентів ВНЗ.