

Характеристики уровней сформированности валеологической компетентности студентов педагогических специальностей университетов

Е. Н. Бондаренко

Черкасский национальный университет имени Богдана Хмельницкого, г. Черкассы, Украина

*Corresponding author. E-mail: anela_12@mail.ru

Paper received 30.01.2016; Accepted for publication 20.01.2016.

Аннотация. Статья посвящена уточнению сути понятия „валеологическая компетентность студентов педагогических университетов“. Раскрыто содержание этого понятия как весомой составляющей валеологической культуры. Определены уровни сформированности такой компетентности (высокий, достаточный, средний, базовый и низкий), а также представлены их уровневые характеристики.

Ключевые слова: валеологическая компетентность, здоровый образ жизни, будущие педагоги, уровни валеологической компетентности.

В условиях глубоких трансформационных процессов во всех сферах жизнедеятельности, стремительных изменений в информационном пространстве, значительных физических и психических нагрузок во время обучения, угрожающей ситуации показателей здоровья и продолжительности жизни, особенно молодого поколения актуальным является вопрос подготовки педагогических кадров, сфера профессиональных обязанностей которых включает вопросы сохранения, формирования и укрепления здоровья своих воспитанников. Поскольку воспитание и обучение будущего потенциала страны осуществляет учитель (педагог), особое внимание акцентируется на формировании у будущего педагога валеологической компетентности. В связи с этим, реализуя связанные непосредственно с профессиональной деятельностью, обучающую и воспитывающую функции, педагог должен всегда помнить о последствиях и результатах такой деятельности для здоровья воспитанника.

Проблема формирования валеологической компетентности у учащейся молодежи (например, студенческой) репрезентована в исследованиях Л. Андрищенко, В. Бобрицкой, Д. Воронина, О. Дворниковой, Л. Карповой, И. Коцана, О. Маджуги, Я. Остафийчука, В. Пищулина и других.

Отдельные аспекты сложного и многогранного процесса профессиональной подготовки будущих учителей как пропагандистов и воспитателей здорового образа жизни представлены в работах Т. Книш, Г. Кривошеевой, Л. Мещеряковой, В. Нестеренко, Г. Сопко и других.

В последнее время вопросы формирования разных видов валеологической компетентности стали предметом научных публикаций, и диссертационных работ (медико-валеологической Г. Воскобойникова, Л. Сиромяткина; эколого-валеологической Ю. Бойчук, Л. Дрожик, Л. Пономарева, Н. Черновол; профориентационно-валеологической Е. Муравина, В. Щеголь; психолого-валеологической М. Кошелева; этновалеологической Л. Сливка и др.).

Целью статьи является определение характеристик уровней сформированности валеологической компетентности будущих педагогов в процессе профессиональной подготовки.

Для реализации цели исследования использовались общенаучные и конкретно-научные методы: анализ медико-биологической, психолого-педагогической

литературы по проблеме исследования, педагогическое наблюдение, беседы, массовое анкетирование студентов с использованием комплекса анкет, которые представлены в работах Е. Дикановой [2] и С. Добротворской [3], статистические методы, качественный анализ опытно-экспериментальной работы. Исследование проводилось среди студентов-первокурсников. Общее количество респондентов составило 489 человек.

Основываясь на теоретическом обобщенном анализе разных подходов и трактовок понятия „валеологическая компетентность“, представляем авторское определение этой дефиниции. Валеологическая компетентность студентов педагогических университетов является составляющей их жизненной компетентности, которая проявляется в знаниях, ценностях и мотивах, валеологической позиции, валеологической деятельности по оздоровлению себя и своих воспитанников. Валеологическая компетентность является составляющей валеологической культуры, а, значит, и общей культуры человека. Эта категория абсолютно персонализированная и проявляется на локальном уровне.

Валеологическая компетентность будущих учителей формируется на основе ценностного отношения к здоровому образу жизни, характеризуется активной и сознательной просветительской деятельностью, которая направлена на передачу знаний, привитие умений и навыков рациональной организации жизнедеятельности, способностью нести личную социальную и правовую ответственность за принятые решения по выбору стратегии поведения в обществе относительно сохранения своего здоровья и здоровья окружающих [1].

Как сложный интегративный феномен, валеологическая компетентность имеет сложную многофункциональную и многокомпонентную структуру, которая представлена мотивационным, когнитивным, деятельностным и социальным компонентами.

При определении уровня индивидуальной валеологической компетентности будущих педагогов мы основывались на базовом принципе системного подхода, в качестве которого выступает холистический принцип. Согласно ему, целостность системы не сводится к простому суммированию ее частей (компонентов, элементов), а возникает как новое (интегративное) качество, которое определяется характером связей и отношений между этими частями (компонентами, элементами). Таким образом, характер

взаимосвязи между разными компонентами валеологической компетентности, а также уровень развития этих компонентов (низкий, базовый, средний, достаточный и высокий) влияют на уровень индивидуальной валеологической компетентности педагога в целом.

Поскольку процесс получения образования (и в школьной, и в вузовской среде) достаточно длительный и связанный с определенными рисками для здоровья (социальными, эпидемическими, информационно-психологическими и т.д.), для нас важным было установить на каком уровне противодействия всем этим факторам, а также возможности сохранения и приумножения собственного здоровья находятся студенты педагогических специальностей университетов. Основываясь на анализе специальных медицинских, биологических, валеологических, педагогических, психологических информационных источников, а также проведенного эксперимента были определены уровни сформированности валеологической компетентности у будущих педагогов: низкий, базовый, средний, достаточный и высокий. Представляем краткую характеристику этих уровней.

Низкий уровень сформированности валеологической компетентности студента педагогического университета характеризуется отсутствием интереса или демонстративно негативным отношением к здоровью, здоровому образу жизни (ЗОЖ). У таких студентов выражено примитивное желание понравиться противоположному полу или пополнить ряды знакомых благодаря красивым волосам, хорошей фигуры и т.д., т.е. оздоровительную деятельность (мероприятия) они направляют исключительно на внешнюю привлекательность, эпатажность, эффективность. Хотя утешительным является тот факт, что они стремятся достичь в определенной мере физического совершенства. Ценность здоровья у таких студентов находится на последней ступеньке иерархии ценностей. Мотивация к сохранению собственного здоровья и здоровья окружающих носит вынужденный характер. Такие студенты демонстрируют поверхностные, фрагментарные валеологические знания без научной базы, некоторые из них ложные, основанные на примитивно-бытовой основе. Считают ненужным самостоятельное „получения“ новых валеологических знаний, поэтому самообразование требует постоянного поощрения. Такие студенты имеют вредные привычки, наблюдается их демонстративная пропаганда и нежелание что-то менять, более того, оказывается активное противодействие попыткам повлиять на их отношение к этим привычкам. Если принимается решение о внесении изменений в дезадаптивное поведение, то валеологическая деятельность не проводится по причине несостоявшихся соответствующих навыков. Ответственность за самочувствие, свое здоровье или отсутствует, или полностью переносится на других людей („детская позиция“). Только чрезвычайные обстоятельства способны изменить такую позицию молодого человека.

Базовый уровень сформированности валеологической компетентности студента педагогического университета проявляется в неглубоких валеологических знаниях, приобретаемых бессистемно в случае определенной ситуации (некоторые из этих знаний ошибочные). Самостоятельное получение знаний по

вопросам оздоровления происходит фрагментарно или путем адаптации к имеющимся сложившимся обстоятельствам. Для таких студентов характерно индифферентное или „иждивенческое“ отношение к здоровью, ЗОЖ; необходимость внести изменения в существующее поведение, образ жизни возникает в случае крайней необходимости или при четко выраженном эффекте удовольствия. Такие студенты имеют вредные привычки или вероятность их приобретения под влиянием окружающих достаточно велика (обычная любознательность, стиль общения, традиции компании, словесные принуждения и т.д.). Но студенты этого уровня готовы избавиться от вредных привычек, правильно организовать режим дня, питания, отдыха и т.п. Стимулами при этом могут выступать внезапное ухудшение самочувствия, нездоровый внешний вид, настоятельные рекомендации близких, друзей и т.д. Проведение валеологической деятельности происходит спонтанно, интуитивно, нецеленаправленно, иногда под давлением, в результате чего ее эффективность оценивается неадекватно. Такая деятельность требует постоянной помощи со стороны преподавателей, врачей, тренеров и тому подобное. Ответственность за результаты и последствия оздоровительной деятельности присутствует только в положительных случаях, в остальных случаях переводится на других людей, особенно в случае неудач, просчетов. В случае эффективности валеологической деятельности, ее положительных результатов такие действия должны постоянно подкрепляться поощрительными мерами, характеризующими несформированную валеологическую позицию студента-будущего педагога.

Средний уровень сформированности валеологической компетентности студента педагогического университета предполагает наличие неглубоких, системных валеологических знаний в объеме необходимого минимума; суждения, понятия о собственном здоровом поведении, зависимости здоровья от комфортного существования с другими людьми, с природой не устойчивы, часто меняются под влиянием внешних факторов. У таких студентов ценностное отношение к здоровью, ЗОЖ часто носит декларативный характер, потребности в сознательной деятельности по сохранению собственного здоровья и здоровья окружающих в силу сложившегося стереотипа поведения ограничиваются незначительными изменениями в поведении, не всегда переходят в мотив изменения существующего положения здоровья с последующей коррекцией. Такие студенты имеют определенный опыт оздоровления, готовы испытать свои силы и возможности при реализации новых оздоровительных мероприятий, но валеологическая деятельность осуществляется не всегда целенаправленно, часто носит необходимый характер в силу сложившихся обстоятельств, результаты такой деятельности недостаточно активно анализируются и внедряются в повседневную жизнь. Студенты в случае негативных результатов или последствий проведенной валеологической деятельности не берут на себя полную ответственность, что свидетельствует о несформированной валеологической позиции, которая может меняться под влиянием мнений окружающих, проблем, неудач в ходе проведения оздоровительных мероприятий. Такие

студенты имеют высокую степень готовности избавиться от вредных привычек в случае их наличия. Самообразование по вопросам оздоровления происходит не по собственному желанию, а по принуждению или по необходимости (получение зачета или экзамена).

Студенты, которые имеют достаточный уровень сформированности валеологической компетентности, обладают глубокими, системными валеологическими знаниями, предусмотренные учебной программой. Постоянная потребность поиска информации валеологического содержания происходит по четко очерченному алгоритму, определенной цели. Для них характерно требовательное, ценностное отношение ко всем аспектам своего здоровья, наличие собственной оздоровительной программы, осуществляемой в стандартных жизненных ситуациях и которой присущи элементы поиска и творчества. Для них характерно здоровое поведение, здоровый образ жизни, но ведут их несистематически, что обусловлено недостаточным развитием силы воли, целенаправленностью или слабым здоровьем. Такие студенты осознают приоритетность здоровой жизнедеятельности для воспитания профессионально-значимых качеств личности и стремятся достичь внутренней гармонии для толерантного, комфортного сосуществования с другими и с самим собой. Реальное видение перспектив применения положительных результатов оздоровительной деятельности во всех сферах жизнедеятельности создает почву для уравновешенного положительного эмоционального состояния, возможности предоставления практических рекомендаций по улучшению и коррекции состояния здоровья другим. Они имеют высокий уровень ответственности за совершаемые ими оздоровительные мероприятия, пропаганда преимуществ здорового поведения, ЗОЖ происходит довольно часто.

Высокий уровень сформированности валеологической компетентности будущих учителей характеризу-

ется наличием индивидуальной системы оздоровления с элементами импровизации, глубоких валеологических знаний в объеме, превышающим учебную программу. Студенты этого уровня сознательно, активно, инициативно и творчески внедряют различные оздоровительные мероприятия в свою повседневную жизнедеятельность и в жизнь других людей. Они имеют „взрослую позицию“ в отношении к своему здоровью („Мое здоровье в моих руках“), активно и систематически занимаются спортом и самооздоровлением. Для них характерно быстрое и эффективное нахождение наиболее адекватных и доступных оздоровительных технологий в нестандартных ситуациях, а также высокий уровень ответственности за такую деятельность перед собой и другими. Студенты этого уровня выбирают здоровую жизнедеятельность, здоровый образ жизни не ради внешней привлекательности или эффектности, они убеждены, что здоровье это целостный феномен, состоящий из различных составляющих (физического, психического, социального), которые тесно связаны между собой и влияют друг на друга, что здоровье находится в прямой зависимости от гармонизации отношений с окружающими. Такие студенты стремятся приобрести наивысшие ценности – духовные. Для таких студентов здоровье занимает высокие позиции в иерархической пирамиде человеческих ценностей. Они проявляют толерантность к другим точкам зрения по оздоровлению организма, занимаются постоянной пропагандой преимуществ ЗОЖ, здоровой жизнедеятельности.

Результаты теоретического и экспериментального исследования позволили нам определить последовательность процесса формирования валеологической компетентности студентов педагогических университетов, которая представлена на рисунке 1.

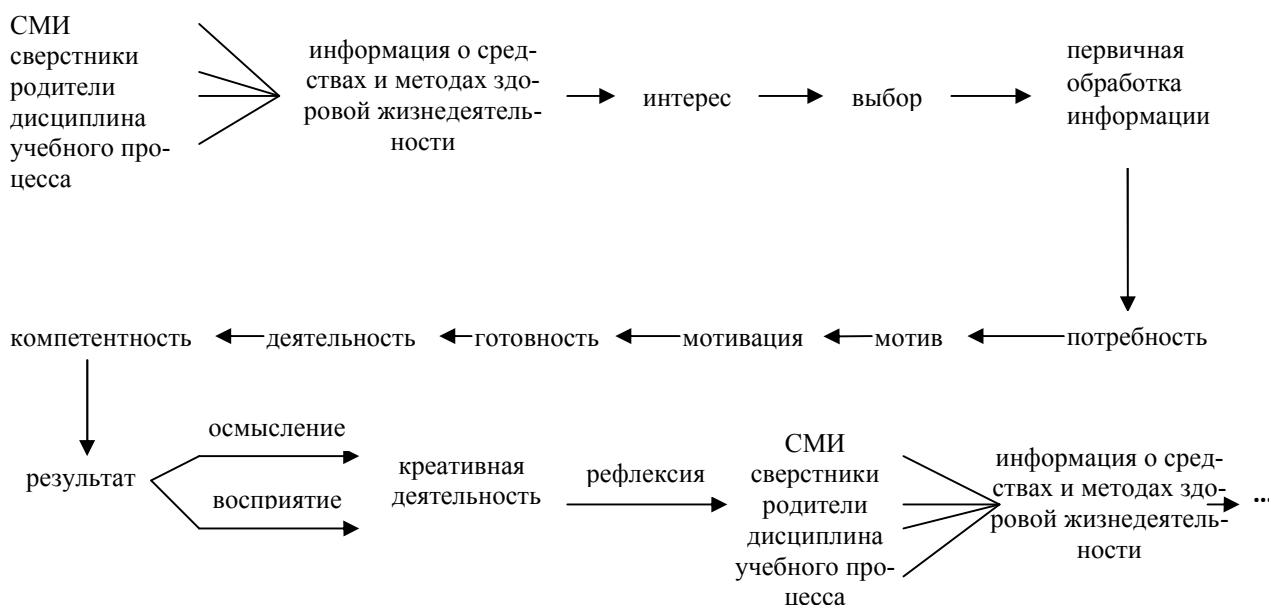


Рис. 1. Схема формирования валеологической компетентности студентов педагогических специальностей университетов

Как видно из схемы, информацию о методах и способах здоровой жизнедеятельности студенты могут получать из различных источников (СМИ, родители, сверстники и др.). Но не всякая информация будет интересна студентам, а только та, которая значима, оптимальна, актуальна на данный момент (например, желание срочно похудеть, или плохое самочувствие, или внезапная болезнь и т.п.). На каждом этапе осмысления информации она имеет содержательную целостность и возможность перманентного углубленного, в том числе, самостоятельного изучения.

Со всего потока полученной информации студент делает свой выбор в пользу определенной ее части (не всегда бывает оправданным) и происходит ее первичная обработка. При этом, затрачивая на этот процесс свою познавательную энергию под влиянием и направленностью собственных интересов, приобретаются активные знания, которые характеризуются не только достаточной и необходимой новизной, а также и потребительно-познавательной ценностью для самого студента, что вызывает потребность, а затем мотив реализовать их на практике.

В результате проведенного исследования мы пришли к выводу, что именно на этом этапе предопределяется в дальнейшем качественный переход учебных знаний в практическую деятельность, которые будут базисом знаний студента в вопросах поддержания и укрепления своего здоровья и здоровья окружающих, в том числе своих воспитанников. Причем, этот базис знаний является вполне управляемым и корректируемым самим человеком на протяжении жизни. Это происходит постепенно, с переходом количества в качество при условии готовности человека применить эти знания в действии, на практике, т.е. осуществлять оздоровительную деятельность, иметь здоровое поведение. Такая оздоровительная деятельность может иметь фрагментарный характер с неосознанным конечным результатом. Когда такой результат оказывается неожиданно негативным, человек может или прекратить попытки оздоровления, или продолжить оздоровительную деятельность в надежде на положительный исход.

При синтезе всех составляющих (соответствующих знаний, умений, навыков, информации, опыта проведения оздоровительной деятельности, мотивов, готовности и ценностных ориентаций относительно здоровой жизнедеятельности, валеологической позиции, т.е. сформированности определенного уровня валеологической компетентности) студент получает результат, не всегда положительный и ожидаемый, который осмысливается. Это, в свою очередь, является пусковым механизмом для дальнейшей деятельно-

сти (даже при положительном результате). И такая деятельность побуждается не только естественными потребностями личности (быть здоровым, иметь красивые волосы, кожу, минимизировать риск развития новых заболеваний на фоне уже имеющихся и т.п.), но и мотивами образовательной деятельности (снятие стресса, сохранение работоспособности, бережное использование ресурсов собственного организма в процессе обучения и т.п.). Эта деятельность имеет качественно новый, нестереотипный характер, она креативная, которая проявляется в активном самостоятельном поиске средств и методов поддержания здоровья, систематизации и синтезе уже существующих и построении собственной (новой) оздоровительной программы. При этом студент находится в постоянном активном поиске возможностей сохранения, приумножения своего здоровья и как следствие личного роста и развития. К сожалению (по результатам исследования), такая деятельность присуща студентам достаточного и высокого уровня валеологической компетентности. Получив определенные результаты оздоровительной деятельности (положительные, отрицательные, ожидаемые, неожиданные, случайные), студент анализирует их и прорабатывает новый алгоритм дальнейших действий с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, возможностей, состояния здоровья, необходимости. При этом снова проводится активный целенаправленный поиск, анализ, систематизация необходимой информации из разных источников, и процесс повторяется вновь.

Абсолютно очевидно, что уровень валеологической компетентности может меняться на протяжении жизни (в частности, у студента – в процессе обучения в вузе) в зависимости от сложившихся обстоятельств, условий жизни, материального благосостояния, социальной и психологической зрелости, уровня мотивации и многих других факторов. Только здоровый человек может быть мобильным и эффективно выполнять разные социальные роли, что определяет его успешность, востребованность и конкурентоспособность на рынке труда.

Валеологическая компетентность присуща каждому студенту (как и каждому человеку), однако уровень ее сформированности имеет индивидуальный характер, является результатом обучения, воспитания, саморазвития и определяется уровнями сформированности ее компонентов. Уровень валеологической компетентности студента педагогических специальностей университета является не только показателем личностного развития, роста, но и критерием качества образования, с которым будущие педагоги будут осуществлять профессиональную деятельность.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бондаренко О. М. Формування валеологічної компетентності студентів педагогічних університетів у процесі професійної підготовки: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Бондаренко О. М. – К., 2008. – 251 с.
2. Диканова Е. Г. Культура здоровья в образовательном пространстве: учеб. пособие / Е. Г. Диканова. Волгоград, 2003. 78 с.
3. Добротворская С. Г. Ориентация старшеклассников и студентов на здоровый образ жизни / С. Г. Добротворская. Казань: Из-во Казанского университета, 2001. – 156 с.

REFERENCES

1. Bondarenko O. M. Bringing up valeological competence in students of pedagogical universities in the process of professional training: manuscript. ...thesis seeking the degree of the Candidate in education: 13.00.04 / Bondarenko O. M. K., 2008. 251 p.
2. Dikanova E.G. Health culture in the educational environment: study guide/ E.G. Dikanova. Volgograd, 2003. 78 p.
3. Dobrotvorskaya S. G. High school student guide to the healthy way of life / S.G. Dobrotvorskaya. Kazan: publishing house: Kazan university, 2001. – 156 p.

Characteristic features of the levels of the valeological formation in students of pedagogical faculties at the universities

O. Bondarenko

Abstract. The article is focused on the clarifying the term “valeological competence of the students at pedagogical universities” The term itself was proved to be an essential part of the valeological culture. The article also describes the levels of formation of valeological competence (advanced, sufficient, average, basic and low) as well as their characteristics.

Keywords: *valeological competence, teachers-to-be, healthy way of life, levels of valeological competence.*