

185

Учреждение образования  
«Витебский государственный университет им. П. М. Машерова»

На правах рукописи

УДК 377.817

**Яскевич Татьяна Вадимовна**

**ФОРМИРОВАНИЕ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ У УЧАЩИХСЯ  
ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕДЖА**

H-130

(13.00.02 – теория и методика обучения и воспитания (воспитательная работа))

Диссертация на соискание академической степени  
магистра педагогических наук

Научный руководитель –  
*кандидат педагогических наук,*  
*доцент*                      **Зинькова Н. К.**

Установа адукацыі  
«Віцебскі дзяржаўны ўніверсітэт  
імя П. М. Машэрава»  
**НАУКОВАЯ БІБЛІЯТЭКА**  
**Віцебск, 2006**

# ОГЛАВЛЕНИЕ

## ВВЕДЕНИЕ

### ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ БУДУЩЕГО УЧИТЕЛЯ

1.1. Проблема валеологической культуры в педагогической науке.....11

1.2. Сущность и структура валеологической культуры.....23

### ГЛАВА II. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ У УЧАЩИХСЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕДЖА

2.1. Учебный процесс как средство формирования валеологической культуры  
будущего учителя.....36

2.2. Использование внеучебной деятельности в формировании  
валеологической культуры у учащихся колледжа.....46

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

## ПРИЛОЖЕНИЯ

## ВВЕДЕНИЕ

Снижение основных показателей качества жизни современного человека имеет своими истоками практику жизнедеятельности, в которой заметно утрачен сегодня традиционный порядок безопасности и устойчивого развития, что побуждает общество к поиску новых жизненных смыслов и ценностей на уровне валеологической культуры. Ведущая роль в решении данной проблемы, как считает С. Н. Горбушина, принадлежит системе образования [10, 89]. Автор считает, что это относится в первую очередь - к институту высшего и среднего педагогического образования, так как на тех, кто завтра придёт в школы страны обучать детей непреходящим ценностям человеческой жизни, возлагается миссия сохранить преемственность поколений в традициях, идеалах, нормах безопасности здоровья, а так же способствовать культурным новациям в виде мировоззренческих смыслов эффективности жизнедеятельности гуманистического измерения.

Истина в том, что только здоровый человек с хорошим самочувствием, оптимизмом, психологической устойчивостью, высокой умственной и физической работоспособностью, способен активно жить, успешно преодолевать профессиональные и бытовые трудности.

Здоровье человека – это, прежде всего, процесс сохранения и развития его психических качеств, оптимальной работоспособности и социальной активности при максимальной продолжительности жизни, как считает О. Ю. Бабайцева [4, 155].

О важности здоровья и здорового образа жизни говорили Н. М. Амосов [45, 7], В. П. Казначеев [22, 48], И. И. Брехман [45, 7], А. Г. Хрипкова [42, 11], Ю. П. Лисицын [57, 20] и многие другие. Данные авторы определяли здоровье как итог процесса взаимодействия человека и среды обитания, которое формируется в результате взаимодействия внешних и внутренних факторов.

Существенное влияние на изменение показателей здоровья оказывают ухудшающееся состояние окружающей среды и изменившиеся социально-

экономические условия, которые предполагают коренное изменение в формировании отношения к своему здоровью. В последнее время выросла прагматическая ценность здоровья, которая связана с возрастанием доли платной медицины, происходит постепенное понимание, что здоровье - это неотъемлемое условие в любой области деятельности человека, понимание того, что легче поддерживать, нежели восстанавливать.

Ухудшающееся состояние здоровья населения привело к угрозе национальной безопасности Беларуси, её будущего. По данным Министерства здравоохранения (2005 год), 58% выпускников общеобразовательных школ Беларуси ограничены по состоянию здоровья в выборе профессии, негодны к воинской службе. По данным белорусских врачей, сегодняшний среднестатистический студент уже не может одновременно слушать лектора, писать конспект, воспринимать информацию [13, 71].

Комплексная оценка состояния здоровья учащихся Оршанского колледжа также подтверждает приведённые факты. 36% обучающихся имеют разнообразные хронические заболевания. Среди них сердечно-сосудистые, желудочно-кишечные, заболевания печени и почек, заболевания бронхиальной системы. Данные медобследования подтверждаются и результатами опроса учащихся. Большинство юношей и девушек (специальность «начальное образование» - 57%, специальность «Технология» - 52%) отметили, что «быстро устают в процессе работы на занятиях», 23% учащихся указали, что часто пропускают занятия по причине болезни.

Поэтому проблема сохранения и укрепления здоровья школьников, учащейся молодёжи становится всё более актуальной, выходит на общенациональный уровень. С этой целью в республике за последнее время созданы межотраслевые государственные программы: «О здравоохранении», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», Государственная межотраслевая программа «Здоровье народа», «Дети Беларуси».

Основные концептуальные положения этих нормативных документов следующие: охрана и оздоровление окружающей среды неотделимы от охраны

жизни и здоровья населения, здоровье - основополагающая жизненная ценность.

В связи с этим «Концепция воспитания детей и учащейся молодёжи в Республике Беларусь» (от 30. 11. 1999 г. №24) определяет одну из важнейших задач в воспитании на современном этапе развития общества: формирование здорового образа жизни, которое проявляется в отношении к своему здоровью как к ценности, умений и навыков его сохранения и укрепления. При этом, как отмечается в документе, в формировании здорового образа жизни первостепенное место занимает культурологический подход, который позволяет сделать культуру содержанием воспитания, а воспитание – процессом культуротворчества [27, 209].

В связи с этим проблема формирования здорового образа жизни заключается в том, что учащаяся молодёжь относится к своему здоровью как к собственному достоянию, не понимая, что её здоровье – это завтрашнее здоровье будущей нации, т. е. это проблема формирования, прежде всего мировоззрения, которое даст возможность осознать это и формировать на этом сознании валеологическую культуру у учащихся педколледжа. Именно валеологическая культура первоначально определяет навыки поведения человека, положительные полезные привычки, определяет потребность в хорошем здоровье.

Отсутствие приоритета здоровья привело к тому, что образовательный процесс в учебных заведениях остаётся в минимальной степени ориентированным на воспитание осознанного отношения учащихся к своему здоровью. За исключением возможно отдельных вопросов физической культуры, в учебных планах и учебных программах вопрос валеологической культуры не находит своего теоретического и практического обоснования. В результате выпускник среднего специального и даже высшего образовательного учреждения не владеет элементарными знаниями и навыками, связанными с поддержанием своего здоровья и здоровья своей семьи. Это тем более актуально, что сейчас, по статистическим данным по г. Орша, до 20% детей рождаются у женщин, возраст которых менее 20 лет. И

как результат ухудшение здоровья подрастающего поколения, что влечёт за собой ухудшения здоровья нации. Так, только 10% выпускников школ могут считаться практически здоровыми, 50% имеют различную патологию, 40% - хронические заболевания. За последние 10 лет увеличилось число социально-значимых болезней (органов пищеварения – на 225, нарушений опорно-двигательного аппарата – в 1,5 – 2 раза, аллергических болезней – в 3 раза, нарушения зрения – в 5 раз). От 20% до 50% подростков имеют ограничения в выборе профессии по здоровью.

Все это связано с тем, что в образовательных учреждениях нет специалистов по оценке физического развития и физического здоровья детей. Как следствие, начальные формы нарушений этих показателей проходят незамеченными, и лишь явная патология – острого или хронического характера – обращает на себя внимание специалистов. И как результат – это неуклонный рост заболеваемости учащейся молодёжи, который требует поиска новых путей укрепления здоровья и его профилактики через формирование ценностного отношения к своему здоровью, формированию валеологических знаний как части валеологической культуры.

Всё это обусловило необходимость в появлении педагогов, деятельность которых направлена на сохранение и укрепление здоровье детей, а при необходимости и его коррекции. Безусловно, что только заинтересованный педагог, на собственном опыте познавший (или начинающий осваивать) ценности валеологической культуры, целенаправленной работы над своим здоровьем может в полной мере передать валеологические знания учащимся и создать в учреждении образования здоровую среду и условия обучения. Это и обуславливает внедрение в образовательно-воспитательную деятельность педагогического колледжа валеологического подхода, который предполагает выбор жизненного пути к благополучию, счастью, т.е. здоровью, умение наметить эффективные пути его самосовершенствования и саморазвития, в чём и выражается великая роль системы образования и воспитания. Ведь именно педагогика способна научить мыслить чувствами и чувствовать разумом (О. М. Балкина). Педагогический процесс, построенный на принципах

валеологической культуры, формирует гуманитарную среду, позволяющую создать условия для радости познания и самопознания.

Несмотря на то, что отдельные аспекты формирования культуры здорового образа жизни исследовались выше перечисленными авторами, к сожалению специального исследования, посвящённого формированию валеологической культуры у учащихся педагогического колледжа не проводилось. Однако, именно в этом возрасте, у учащихся педагогического колледжа необходимо формировать основы валеологической культуры, так как в последствии они пополнят педагогические ряды и будут ответственны за формирование валеологической культуры будущих поколений.

Актуальность данной проблемы, отсутствие психолого-педагогической литературы и недостаточно исследованный механизм формирования валеологической культуры будущего учителя, в частности учащихся педагогического колледжа обусловили выбор темы исследования «Формирование валеологической культуры у учащихся педагогического колледжа».

*Объект исследования:* валеологическая культура будущих учителей педагогического колледжа.

*Предмет исследования:* процесс формирования валеологической культуры будущих учителей в условиях педагогического колледжа.

*Цель исследования:* выявить возможности урочной и внеурочной деятельности учебно-воспитательного процесса педагогического колледжа в формировании валеологической культуры будущих учителей.

В ходе исследования решались следующие задачи: изучить состояние проблемы валеологической культуры в педагогической науке; исследовать сущность и содержание валеологической культуры; выявить воспитательные возможности педагогического процесса педагогического колледжа в формировании учащихся осознанного отношения к сущности валеологических знаний на основе особенностей преподаваемых предметов; выявить механизм взаимосвязи урочной и внеурочной деятельности, способствующей формированию валеологической культуры личности.

*Гипотеза* нашего исследования основана на том, что процесс формирования валеологической культуры у будущих учителей будет эффективным, если он будет: целенаправленно формировать все четыре компонента валеологической культуры: валеологические знания, умения, опыт творческой деятельности и опыт эмоционально-ценностного отношения к проблеме валеологии; в процессе формирования валеологической культуры используется многообразие форм как урочной так и внеурочной деятельности, обеспечивающих включение учащихся в разнообразную валеологическую деятельность; целенаправленно и осознанно формировать у учащихся опыт валеологической культуры личности.

*Методологической основой* являются философские и психолого-педагогические концепции обосновывающие понятие «культура», «валеологическая культура», культурологический подход; достижения педагогики в области валеологического воспитания; положения о ведущей роли активной деятельности личности в процессе её формирования; законодательные акты и программные документы об охране жизни и здоровья населения Республики Беларусь и воспитании.

*Основные положения диссертации, выносимые на защиту:*

- валеологическая культура важнейшее составляющее жизнедеятельности человека. Особая роль в формировании валеологической культуры отводится учащимся педагогического колледжа, как будущим учителям, так как они являются носителями валеологической культуры и трансформируют свои знания, поведение и культуру на подрастающее поколение;

- валеологическая культура – это многогранный процесс формирования и стимулирования валеокультурной деятельности учащихся, структура которой предполагает формирование у учащихся научного понимания сущности здорового образа жизни, которое проявляется в отношении к своему здоровью как ценности, осмысление валеологических основ, выработку умения противостояния разрушительным для здоровья формам поведения, выработку навыков сохранения и укрепления здоровья;



- педагогическим условием формирования валеологической культуры у будущих учителей мы считаем комплексный подход к учебно-воспитательной деятельности педагогического колледжа, которая осуществляется в учебной деятельности через преподавание ряда предметов, таких как педагогика, психология, физическая культура, анатомия и физиология, психология спорта, методика преподавания основ начального миропознания и экологического воспитания, во внеурочной деятельности, через кружковую работу, деятельность кураторов, программный модуль «Здоровы лад жыцца – здоровы чалавек».

*Научная новизна и практическая значимость работы состоит в следующем:*

- 1) показаны педагогические аспекты формирования основ валеологической культуры;
- 2) выявлены воспитательные возможности, заключенные в спецкурсе «Методика преподавания основ начального миропознания и экологического воспитания»: в формировании у учащихся осознанного отношения к нравственной сущности валеологических знаний на основе как особенностей присущих данному курсу, так и его интегративного влияния в целом;
- 3) раскрыта методика включения учащихся в валеологическую деятельность в учебном процессе и во внеклассной работе как средство активизации их жизненной позиции.

*Личный вклад соискателя* состоит в разработке методики исследований, подготовке экспериментальной базы, анализе, статистической обработке, обобщении и описании эксперимента определении содержания и условий урочной и внеурочной деятельности по формированию основ валеологической культуры у учащихся педагогического колледжа.

*Опубликованность результатов диссертации.* Материалы исследования отражены в публикациях: «Здоровье и здоровый образ жизни в представлении учащихся педагогического колледжа» (Международная научно-практическая конференция молодых исследователей, г. Барановичи, 2003 г), «Формирование валеологической культуры личности в условиях педагогического колледжа»

(Международная научно-практическая конференция «Формирование профессиональной готовности у студентов к решению задач валеологического образования, г. Барановичи, 2004 г.).

*Структура и объём диссертации.* Состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников, объём диссертации составляет 44 страницы, 95 использованных источников, 17 приложений.