

Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України  
Харківський національний педагогічний університет  
імені Г.С. Сковороди  
Природничий факультет  
Кафедра здоров'я людини та корекційної освіти

# ПЕДАГОГІКА ЗДОРОВ'Я

Збірник наукових праць  
Всеукраїнської науково-практичної конференції,  
присвяченої Міжнародному Дню здоров'я  
7 квітня 2011 року

Харків-2011

УДК 371.7+376  
ББК 51.1(4УКР)0+74.580.053.34  
П24

**Редакційна колегія:**

*Головний редактор* – **Микитюк О. М.**, докт. пед. наук, професор, проректор з наукової роботи, зав. кафедри анатомії та фізіології людини ХНПУ імені Г.С. Сковороди

*Заступник головного редактора* – **Бойчук Ю.Д.**, докт. пед. наук, професор, зав. кафедри здоров'я людини та корекційної освіти ХНПУ імені Г.С. Сковороди

Рекомендовано Вченою Радою Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди  
(протокол № 1 від 18 лютого 2011 р.)

**П24 Педагогіка здоров'я:** збірник наукових праць Всеукраїнської науково-практичної конференції / За загальною редакцією проф. О.М. Микитюка. – Х.: ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, 2011. – 356 с.

Збірник містить наукові праці, які присвячені висвітленню результатів психолого-педагогічних досліджень щодо збереження та формування здоров'я дітей, учнівської та студентської молоді. Розглянуті методолого-теоретичні основи педагогіки здоров'я; сучасні підходи до створення здоров'язбережувального освітнього середовища в навчальному закладі; роль фізичного виховання у збереженні здоров'я; психолого-педагогічні основи профілактики шкідливих звичок та соціально-небезпечних захворювань; здоров'язбережувальні освітні технології; актуальні проблеми корекційної педагогіки та сучасних інклюзивних процесів у загальноосвітніх навчальних закладах.

*Члени редколегії:*

**Синьов В. М.**, докт. пед. наук, професор, академік НАПН, директор Інституту корекційної педагогіки та психології НПУ імені М. П. Драгоманова

**Іонова О. М.**, докт. пед. наук, професор, зав. кафедри природничо-математичних наук ХНПУ імені Г. С. Сковороди

**Горащук В.П.**, докт. пед. наук, професор, зав. кафедри фізичної реабілітації та валеології ЛНУ імені Тараса Шевченка

**Гончаренко М.С.**, докт. біол. наук, професор, зав. кафедри валеології ХНУ імені В.Н. Каразіна, президент Української Асоціації валеологів

**Харченко Л. П.**, докт. біол. наук, професор, декан природничого факультету ХНПУ імені Г. С. Сковороди

**Страшко С. В.**, канд. біол. наук, професор, зав. кафедри медико-біологічних та валеологічних основ охорони життя і здоров'я НПУ імені М. П. Драгоманова

**Волкова І.В.**, зав. Центру формування здорового способу життя Харківської академії неперервної освіти

<b>Неведомська Є.О.</b> ВІЛ/СНІД в Україні продовжує набирати обертів..	<b>170</b>
<b>Никифорова Л.А.</b> Здоров'я – значущий феномен існування суспільства.....	<b>176</b>
<b>Нужненко М.О., Рожко О.М.</b> Фізичні вправи як фактор формування здоров'я молоді.....	<b>179</b>
<b>Омері І.Д.</b> Девіантна поведінка як ознака проблемного соціального здоров'я підлітків та молоді України.....	<b>182</b>
<b>Пальчик О.О., Воронюк Н.В., Юсіфова Н.Б.</b> Фізкультхвилинки як обов'язковий оздоровчий елемент уроку в молодших класах.....	<b>185</b>
<b>Пальчик О.А., Кравченя А.А.</b> Здоровьесберегающее поведение студентов и эффективные способы его коррекции.....	<b>188</b>
<b>Пасько Т.В., Демчучена І.В.</b> Гендерний аналіз стану здоров'я молоді України.....	<b>192</b>
<b>Пахомова Л.В., Тадаєва А.В.</b> Роль гендерних стереотипів у процесі формування здорового способу життя молоді.....	<b>195</b>
<b>Пащенко Ю.М., Головіна А.С.</b> Адаптація як фактор формування міжособистісних відносин.....	<b>198</b>
<b>Пилипенко Є.О.</b> Самовиховання майбутнього вчителя як шлях до здоров'я.....	<b>201</b>
<b>Рябченко С.В.</b> Формування еколого-валеологічної культури як стратегії здоров'язбережувальної поведінки особистості у навколишньому середовищі.....	<b>204</b>
<b>Сандецький С.О.</b> Збереження здоров'я учнів ЗНЗ як необхідна умова їх допрофесійної підготовки.....	<b>207</b>
<b>Свєчнікова О.М., Святська Т.М.</b> Формування знань студентів про пестициди як негативні чинники здоров'я людини.....	<b>211</b>
<b>Середенко І.</b> Математический анализ физиологических характеристик спортсменов по ушу начальной подготовки.....	<b>213</b>
<b>Сладкова Л.М., Савицька І.В., Яковлєва Ю.М., Шевцова С.В., Дикленко Т.В., Чемерис О.Л.</b> Актуальні питання профілактичних та протиепідемічних заходів при внутрішньолікарняних інфекціях.....	<b>219</b>
<b>Супрун Д.М., Лящук О.С.</b> Організаційно-педагогічні аспекти формування здоров'язбережувальної діяльності курсантів вищих навчальних закладів системи Міністерства внутрішніх справ.....	<b>221</b>
<b>Тимошенко Ю.О.</b> Здоров'я та поведінкові реакції шкільної молоді (на прикладі м. Києва).....	<b>225</b>
<b>Туренко Н.М.</b> Проблема оздоровлення дітей на Слобожанщині в кінці ХІХ – на початку ХХ століття.....	<b>230</b>
<b>Тютюник В.В., Калугін В.Д., Сидоренко О.В.</b> Щодо оцінки небезпеки життю та здоров'ю населення України в умовах надзвичайних ситуацій природного та техногенного характеру.....	<b>233</b>
<b>Чернявська І.В.</b> Сучасні підходи до створення здоров'язбережувального освітнього середовища в навчальному закладі...	<b>236</b>

ідентичності, з якою тісно пов'язаний психосоматичний потенціал особистості; розкриття особливостей людської, як жіночої, так і чоловічої психології, спільного, а також відмінного у поведінці представників різної статі; формування у підлітків і молоді вірного уявлення про взаємини статей, що базуються засвоєнні системи загальнолюдських і національних моральних цінностей.

#### **Література**

1. Рябова Т.Б. Стереотипы и стереотипизация как проблема гендерных исследований // Личность. Культура. Общество. – 2003. - Т. 5.– Вып.1/2 (15-16). - С. 120-139.
2. На допомогу керівнику гендерного центру: інформаційно-довідкове видання. – Харків, 2010. – С. 10-13.

**Пашенко Ю. М., Головіна А.С.**

Харківський національний педагогічний університет  
імені Г.С. Сковороди

### **АДАПТАЦІЯ ЯК ФАКТОР ФОРМУВАННЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ ВІДНОСИН**

В умовах соціальної нестабільності кардинально змінюються умови взаємодії та характер взаємин студентів в групі. Від взаємодопомоги в колективі залежить ефективність навчання в групі, емоційний фон студентів.

У системі чинників, що впливають на адаптацію молоді на перше місце ставлять емоційне спілкування.

Особливістю емоцій і почуттів є те, що вони захоплюють особистість загалом. Здійснюючи майже блискавичну інтеграцію, тобто об'єднання в єдине ціле всіх функцій організму. Емоції сигналізують про корисні або шкідливі впливи на організм. Охоплюючи всі різновиди переживань – від сильних переживань до високих форм радості та соціального відчуття життя – емоції стають як позитивним чинником у життєдіяльності, підносячи активність організму, так і негативним, пригнічуючи всі його функції [4, с.48].

Довготривалі негативні емоції (страх, переживання невдачі, в результаті порушення міжособистісних стосунків в групі) можуть призводити до стресових станів, що в свою чергу негативно може позначитись на здоров'ї та навчанні студентів [5, с34].

Виникнення нових умов соціалізації молодого покоління, тверда конкуренція на ринку праці, високі вимоги до професійних й особистісних якостей людини викликають напругу й конкуренцію вже в студентському середовищі. Треба зберегти й примножити потенціал молоді, допомогти побачити шляхи реалізації в правильному напрямку, захистити від негативного впливу інформації, сприяти вибору у житті.

Явища дійсності, які, в остаточному підсумку, обумовлюють розвиток особистості, вимагають серйозного й глибокого вивчення. Педагогічний процес, який цілеспрямовано організований у ВНЗ в рамках студентських колективів, слугує фактором і засобами розвитку людини як майбутнього фахівця.

Усі види впливу на особистість здійснюються, як правило, через колектив. Вони діють спочатку на пізнавальну сферу особистості, поступово закріплюються у формі певного досвіду знань, вмінь, звичок. Ставлення людини до інших людей, до праці, до самого себе формує його особистість. Неформальний стиль життя – на сьогодні всі ці фактори несуть за собою досить негативний вплив на формування особистості та її адаптацію в колективі [3,с.48].

Адаптація – це зміни, що супроводжують на рівні психічної регуляції процес активного пристосування індивіда до умов життєдіяльності [1, с.12].

Істотне місце серед психологічних механізмів адаптації займає самооцінка. Завищена самооцінка провокує постановку мети вище реальних можливостей, зневагу необхідної “інформації”, зниження суб’єктивної можливості невдачі, мінімізацію зусиль для досягнення мети, що викликає сильне емоційне переживання невдачі; потреба в зберіганні рівня самооцінки призводить до захисного ігнорування невдач, пояснення їх зовнішніми причинами, що послабляє стимул до їх подолання.

Вивчаючи адаптацію, дослідники виявили показник “гармонічна активність”, до якого увійшли такі ознаки, як ініціативність, самостійність, цілеспрямованість, наполегливість, інтелектуальна продуктивність, уміння організувати свою роботу, впевненість у собі та ін.[1,с.56].

До другого показника, що інтерпретований дослідником як “високий рівень домагань”, увійшли лідерство, самооцінка, толерантність, комунікативні здібності, інтелектуальна продуктивність, соціальний статус.

Третій показник, що об’єднує ознаки, пов’язані з реакцією на фрустрацію, одержав назву “показник самокритичності” – для молоді, які адаптуються успішно, і “показник агресивності поведінки” – для молоді, які відчують труднощі при адаптації в колективі та при виконанні нового складного завдання. Сюди ми можемо віднести і труднощі, які відчують студенти перших курсів, прийшовши в новий колектив [1, с.57].

Особливе місце в структурі особистісних чинників психічної адаптації дослідники відводять мотивації досягнення успіху. Високий енергетичний потенціал надається найбільш важливому у діяльності, що потребує мобільності, швидкого входження в нові ситуації, освоєння нових навичок, дій в умовах, у яких кінцеві успіх чи невдача ще не визначилися і тісно пов’язані з індивідуальною активністю [1,с.34].

Енергетичний потенціал значною мірою забезпечується виразністю і структурою мотивації досягнення. Переважання мотивації досягнення успіху над мотивацією запобігання невдачі сприяє ефективній психічній адаптації і успішності діяльності.

Студенту, який вступає в нову, ще не засвоєну ним систему взаємовідносин, важко зрозуміти, виявити ті внутрішні приховані процеси, які відображають ступінь інтеграції колективу. Він контактує з окремими його членами, складає про кожного певну думку, проте не може одразу і цілковито розібратися в усій розмаїтості складних міжособистісних стосунків.

Молодь включається в систему внутрішньо-організаційних відносин, займаючи одночасно декілька позицій, кожній із яких відповідає сукупність вимог, норм, правил поведінки, які і визначають соціальну роль студента в колективі.

На формування колективних відносин впливає такий фактор, як соціально-психологічний клімат – це настрій групи, який визначається відносинами людей, які разом вчаться, працюють, живуть. Тому на сьогодні є дуже актуальним питання створення сприятливих умов в освітньому середовищі, при яких би сформувався соціально-психологічний клімат для адаптації особистості в групі.

Тому, виходом із ситуації, що склалася, багато вчених бачать у вивченні міжособистісних відносин у так званих групах ровесників (до яких відносяться студентські колективи), так як вони займають центральне місце в житті молоді, студентського мікросередовища, у цілеспрямованому формуванні, регулюванні й корекції взаємин молодих людей, у створенні сприятливого середовища для виховання молодого покоління, у вихованні комунікативної толерантності.

Метою нашої роботи було визначення міжособистісних відносин в групі студентів 1-го курсу ХНПУ імені Г.С.Сковороди за допомогою техніки соціометрії (за Дж. Морено).

Отримані результати показали, що в групі наявні 4 мікрогрупи, чітко визначена зірка, немає соціально-ізолюваних. Показник групової згуртованості дорівнює 0,5 що свідчить про середній рівень згуртованості групи.

У міжособистісних стосунках індивід може бути одночасно як суб'єктом, так і об'єктом впливу, пізнання, оцінки. Чинником реалізації стосунків виступає спілкування, яке є дуже важливою, невід'ємною сферою взаємин людей, самою життєдіяльністю індивідів, реалізацією всієї системи міжособистісних стосунків [2, с.28].

Студентський колектив є осередком формування міжособистісних відносин студентів. Це середовище на перших порах є більш сприятливим для саморозкриття і самореалізації, оскільки його новизна знімає деякі емоційні бар'єри, дещо нейтралізує складні установки поведінки, стимулює переоцінку цінностей, контроль за навчальною і трудовою дисципліною студентів.

Здатність молоді до взаємодії детермінується як суб'єктивними факторами її індивідуального розвитку, так і особливостями соціальних інститутів, до яких вона входить. Тому можна говорити про те, що стосунки, опосередковані значущою спільною діяльністю, дозволяють не тільки створити для себе образ партнера.

Отже, щоб уникнути дезадаптації та підвищити показник групової згуртованості, необхідно: створити сприятливий соціально-психологічний

клімат, належну роботу з боку керівника колективу, громадсько-активну позицію членів колективу.

### **Література**

1. Войтович Н. Відмінності шкільного та студентського колективів як аспект проблеми адаптації першокурсників до умов ВЗО // Психологічна адаптація студентів першого курсу до умов навчання у ВЗО: Зб. наук. ст. – Луцьк: Держ. ун-т імені Лесі Українки, 1999. – С. 57-65.
2. Обозов Н.Н. Психология межличностных отношений. – К.: Лыбидь. -1990.
3. Вайнер Э.Н. Валеология: Учебник для вузов. 2-е изд., испр.– М.: Флинта: Наука, 2002.– 416с.
4. Вартанян Г.А., Петров Е.С. Эмоции и поведение. – Л., 2001.
5. Вилюнаев В.К. Психология эмоциональных явлений.– М., 2000. – 355 с.

**Пилипенко Є.О.**

Харківський національний університет  
імені В.Н. Каразіна

## **САМОВИХОВАННЯ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ЯК ШЛЯХ ДО ЗДОРОВ'Я**

Трансформаційні процеси в освіті сьогодні проходять в контексті глобалізації та євроінтеграції України. Це засвідчується в Національній доктрині розвитку освіти, Законах України “Про освіту”, “Про вищу освіту”, Державній національній програмі “Освіта” (Україна ХХІ століття). У Програмі “Вчитель” зазначено, що освіта виступає пріоритетною сферою в соціально-економічному, духовному та культурному розвитку держави.

Вдалим, на нашу думку, є визначення О. Галкіна про глобалізм як тип осмислення нинішнього етапу руху до універсалізації людської спільноти і, відповідно, система цінностей життя. С. Савлук додає, що метою глобалізаційних процесів є формування дійсно єдиного світу, де панує етнічна толерантність, співпраця й співіснування народів, взаємодія різних культур і традицій [3, с.27].

Освіта сьогодні виконує стратегічно важливу суспільну функцію – передачу соціокультурного досвіду людства. На думку багатьох дослідників, забезпечення єдності культури і освіти є надійним шляхом виходу із кризового стану суспільства в цілому, освіти - зокрема.

Актуальною стає проблема підготовки фахівців, здатних до самовиховання та самовдосконалення впродовж всього життя (life-long learning), що є умовою забезпечення їх конкурентноспроможності на ринку праці.

Питання самовиховання особистості в історії людства не є новим. Можна сказати, що воно виникло одночасно з появою людини розумної. Поняття самовиховання людини є настільки багатогранним за свою природою, що дослідження його з позиції лише однієї науки неможливе.