

# Оцінка та відношення до здоров'я студенток педагогічних спеціальностей в процесі фізичного виховання професійно – прикладної спрямованості

Хандога Я.В.

*Маріупольський державний університет*

## Анотація:

Виявлена думка студенток щодо оцінювання стану власного здоров'я, турботи про нього. Визначено відношення майбутніх вихователів дитячих навчальних закладів до здоров'я. У дослідженні взяли участь 116 студенток I – IV курсів. Встановлена негативна тенденція погіршення стану здоров'я студенток. Спостерігається зростання показника дбайливого ставлення до свого здоров'я з 20 % до 43,5 %, показник байдужого ставлення зменшується з 15 % до 4,3 %. Значний відсоток студенток (60,8 %) не турбуються про здоров'я, доки не виникнуть проблеми. Зазначено про необхідність перегляду пасивної позиції кафедр фізичного виховання по відношенню до професійно-прикладної фізичної підготовки. Показано, що після другого курсу навчання у студентів спостерігається різкий стрибок у зниженні оцінки свого здоров'я.

**Хандога Я. В. Оценка и отношение к здоровью студенток педагогических специальностей в процессе физического воспитания профессионально-прикладной направленности.** Показано мнение студенток относительно оценивания состояния собственного здоровья и беспокойства о нем. Определено отношение будущих воспитателей детских учебных заведений к здоровью. В исследовании приняли участие 116 студенток I-IV курсов. Установлена негативная тенденция ухудшения состояния здоровья студенток. Наблюдается рост показателя заботливого отношения к своему здоровью с 20 % до 43,5 %, показатель безразличного отношения уменьшается с 15 % до 4,3 %. Значительный процент студенток (60,8 %) не беспокоятся о здоровье до тех пор, пока не возникнут проблемы. Отмечено о необходимости пересмотра пассивной позиции кафедр физического воспитания по отношению к профессионально прикладной физической подготовке студентов. Показано, что после второго курса обучения у студентов наблюдается резкое снижение оценки своего здоровья.

**Khandoga Y.V. Estimation and attitude toward the health of students of pedagogical specialties in the process of physical education professionally-applied to the orientation.** Opinion of students is shown in relation to the evaluation of the state of own health and anxiety about him. Attitude of future educators of child's educational establishments toward a health is certain. 116 students of I-IV of courses took part in research. The negative tendency of worsening of the state of health of students is set. There is growth of index of careful attitude toward the health from 20 % to 43,5 %, the index of indifferent relation diminishes from 15 % to 4,3 %. Considerable percent of students (60,8 %) untroubled about a health until there will not be problems. It is marked about the necessity of revision of passive position of departments of physical education in relation to the professionally applied physical preparation of students. It is shown that after the second year students have a fall-off of estimation of the health.

## Ключові слова:

*здоров'я, професійна, прикладна, фізична, підготовка, показник, студентки.*

*здоровье, профессиональная, прикладная, физическая, подготовка, показатель, студентки.*

*health, professional, applied, physical, preparation, index, students.*

## Вступ.

Однією з найважливіших характеристик соціально-економічного, морального і культурного розвитку суспільства є здоров'я населення країни. Однак в Україні сьогодні спостерігається зниження "здоров'я нації", як інтегративного показника фізичного, психічного і соціального здоров'я громадян.

Період навчання у вузі характеризується значним емоційним та інтелектуальним напруженням основних психологічних функцій, гіпокінезією, наявністю стресових. Дефіцит рухової активності негативно впливає на стан здоров'я студентів. У них відмічається низький рівень фізичного розвитку, рухової та функціональної підготовленості [5]. Таке положення стосується, в першу чергу, студентів педагогічних спеціальностей, де переважна більшість – дівчата.

Одним із завдань фізичного виховання студентів педагогічних спеціальностей є спрямована зміна їхнього фізичного стану шляхом удосконалення рухових здібностей і навичок для позитивного перенесення на професійно-прикладну діяльність.

Майбутній фахівець повинен розуміти, що здоров'я – це не тільки відсутність хвороби, але й достатній рівень фізичної тренуваності, підготовленості функціонального стану організму, які є фізіологічною основою фізичного й психічного благополуччя. Особливого значення прикладна фізична підготовка набуває для студентської молоді, високий рівень здоров'я та всебічний розвиток якої – запорука успішної реалі-

зації сучасних соціально – економічних перетворень в нашому суспільстві.

Соціально-економічне та політичне життя нашої країни породжує проблеми не тільки економічного та політичного характеру, але й соціального. Одні з них – питання виховання й навчання дітей у сучасних умовах, які постійно змінюються. Важко не погодитись з думкою Загородньої Л.П., Тітаренко С.А., 2010, а також багатьох інших науковців та практиків, що дітям потрібні сучасні педагоги-новатори, здатні вносити у власну діяльність прогресивні ідеї, запроваджувати нововведення, винаходити щось корисне, нестандартне, генерувати нове [3].

Розвиток освіти в Україні, інтеграція в освітній європейський простір вимагає підготовку вихователя нової формації, здатного до творчої реалізації різноманітних освітніх програм, використання в професійній діяльності інноваційних технологій, готового до формування активної, креативної, компетентної, самодостатньої особистості.

Як відомо, розділ професійно-прикладної фізичної підготовки (ППФП) введений до програми з фізичного виховання вузів з 1963 року. За цей період, в цілому, сформувалася науково-методична основа і теорія ППФП. Однак, якщо порівнювати досягнення науки і практики стосовно педагогічних спеціальностей, то виявляється, що останні все ще мають необхідність в глибокому науково-методичному осмисленні, узагальненні передового досвіду, а також – у створенні самостійного напрямку професійно-прикладної

фізкультурно-педагогічної підготовки студентів [2]. На жаль, практика роботи кафедр фізичного виховання переконує в тому, що питання наукової організації ППФП в більшості вузів не мають належного місця. В результаті ще і сьогодні зустрічаються факти негативного відношення викладачів до фізичної культури та спорту як явища сучасної культури суспільства, спостерігається повне безсилля у використанні засобів фізичної культури у вихованні студентів.

Все це свідчить про необхідність перегляду пасивної позиції кафедр по відношенню до ППФП, признання соціально важливої ролі і місця фізкультурно-спортивної діяльності студентської молоді у вирішенні сучасних завдань вдосконалення суспільства.

Аналізуючи сучасний стан організації процесу фізичного виховання на педагогічних спеціальностях у вузах не фізкультурного профілю, слід констатувати, що він ще не відповідає світовим і європейським стандартам і реалізується, на жаль, ще за традиційним підходом, без активного використання інноваційних технологій у професійно – прикладній фізичній підготовці, що не сприяє якості навчання та вихованню стійкої мотивації до здорового способу життя в майбутнього фахівця [1].

Реалізація оздоровчих функцій ППФП спрямована на забезпечення заходів щодо загартування організму та підвищення опірності до несприятливих факторів зовнішнього середовища й характерним умовам виробництва, залучення підростаючого покоління до здорового способу життя, розвитку вмінь по використанню оздоровчих методик і заходів професійно – прикладного й фізкультурно – гігієнічного характеру.

Студенти повинні оволодіти навичками систематичного використання засобів фізичної культури та спорту для підтримання високої працездатності, забезпечення умов життєдіяльності систем організму, корекції фізичної підготовленості і фізичного розвитку, організації здорового способу життя.

Як показали дослідження Клімакової С. М. (2011), у більшій кількості студентів педагогічного вузу виявляється негативне або байдуже ставлення до організації занять, змісту занять та розподілу навчального матеріалу на заняттях з фізичного виховання [4]. Криворучко Н.В. з посиланням на дослідження І.О. Павленко, Т.Є. Криводуд, Л.І. Прийменко П. Оксьом, Л. Бережної, А. Шматкової вказує на те, що рівень інтересу студенток вищого педагогічного навчального закладу до фізичного виховання невисокий і знижується у процесі навчання [6].

Це в цілому свідчить про пасивну життєву позицію і про байдужість до власного здоров'я. Але на фоні падіння інтересу до занять фізичною культурою, відмічається розуміння її важливої ролі в укріпленні здоров'я та фізичному удосконаленні. Однією з причин такого парадоксального положення може бути невідповідність змісту занять особистим нахилам і потребам студенток.

Таким чином, фізичне виховання у педагогічних ВНЗ як навчальна дисципліна вимагає нових підходів до організації занять, спрямованих на покращання здоров'я студентів, а також відбору змісту, форм і

методів навчання, врахування особистостей фізичної культури кожного студента [2].

Тому дослідження оцінки та відношення до здоров'я студенток педагогічних спеціальностей, зокрема майбутніх вихователів дитячих навчальних закладів (ДНЗ), для оптимізації оздоровчої спрямованості професійно – прикладної фізичної підготовки є своєчасним й актуальним.

Робота виконана у відповідності до плану НДР Маріупольського державного університету.

#### **Мета, завдання роботи, матеріал і методи.**

*Мета роботи:* виявити думку студенток щодо оцінювання стану власного здоров'я, турботи про нього; визначити відношення майбутніх вихователів ДНЗ до власного здоров'я.

Дослідження проводилось на базі Маріупольського державного університету в період 2011 – 2012 навчальних років. У дослідженні взяли участь 116 студенток I – IV курсів спеціальності «Дошкільна освіта».

Для вирішення поставлених завдань застосовувалися такі методи: теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел, анкетування, метод математичної статистики.

#### **Результати дослідження.**

Для виявлення думок респондентів щодо оцінювання стану власного здоров'я та їх турботи про нього, нами було проведено анкетування зі студентками I – IV курсів. При оцінюванні власного здоров'я в анкеті виділено три показники – *добре, задовільне, погане*. В середньому, за всіма курсами добрий стан здоров'я респондентами оцінюється у 18,3 % (табл. 1). Найбільше таких студентів на 3 курсі – 27,8 %, найменше на 4 курсі – 4,3 %.

Задовільний стан здоров'я за всіма курсами в середньому відмітили 60,7 % респондентів. Такий стан здоров'я на 1 курсі оцінюється 65 % респондентів. Проте найбільшого значення цей показник сягає на 2 курсі, де задовільний стан здоров'я відмітили 75,7 % студентів. Поганий стан здоров'я за всіма курсами в середньому відмітили 21 % респондентів. При цьому, такий стан на 1 курсі відмітили 10 % студенток, на 2 курсі – 8,1 %, що суттєво не відрізняється. Та вже на 3 і 4 курсах спостерігаємо збільшення кількості студентів до 22,2 % і 43,5 % відповідно, які оцінюють своє здоров'я як «погане».

В характеристиці «відношення до власного здоров'я» виділено три основні показники: *збереження здоров'я, турбота про нього, тільки коли виникають проблеми зі здоров'ям, байдужість*. В середньому, за всіма курсами 26,8 % респондентів вказали, що вони бережуть своє здоров'я, намагаються поліпшити його. Найменшим цей показник є на 1 курсі – 20 %, який на 4 курсі сягає 43,5 %, що є найбільшою величиною.

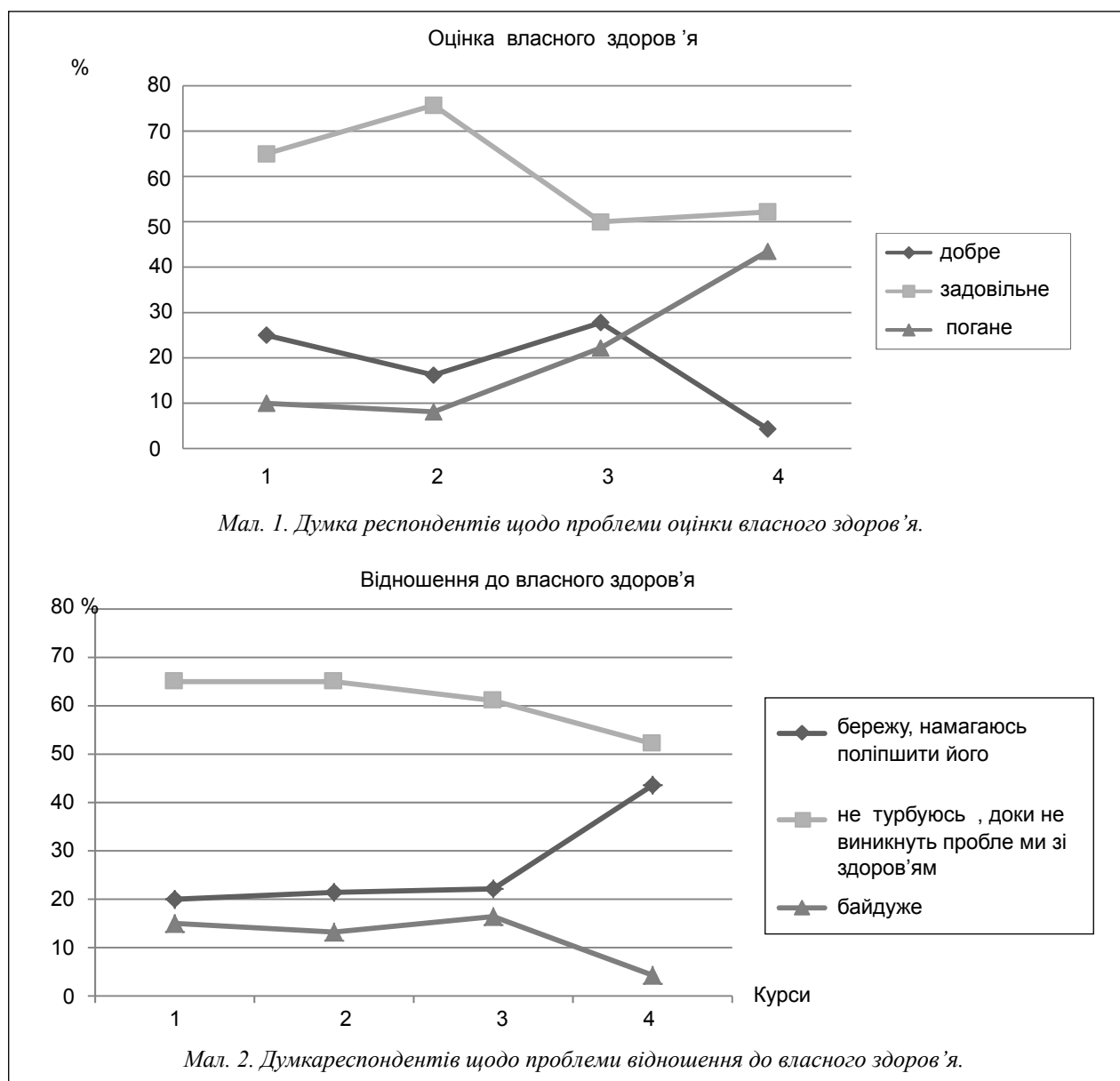
Не турбуються про здоров'я, доки не виникнуть проблеми, в середньому за всіма курсами, 60,8 % респондентів. На жаль, цей показник досить високий на всіх курсах, та найбільше студентів, які мають таке ставлення до власного здоров'я на 1 курсі – 65 %, найменше – 52,2 % на 4 курсі. Байдуже ставлення до власного здоров'я в середньому за всіма курсами відмітили 12,3 % респондентів. Найменше таке ставлення мають студентки на 2 курсі – 13,5 %, найбільшим

Таблиця 1

Оцінка стану власного здоров'я, відношення до здоров'я студенток I – IV курсів спеціальності «Дошкільна освіта» Маріупольського державного університету

| Показники  | Курси     |      |           |      |           |      |           |      | x %  |
|--|-----------|------|-----------|------|-----------|------|-----------|------|------|
|  | 1<br>n=20 |      | 2<br>n=37 |      | 3<br>n=36 |      | 4<br>n=23 |      |      |
| Оцінка власного здоров'я, (кількість, %)               |           |      |           |      |           |      |           |      |      |
| - добре  | 5         | 25,0 | 6         | 16,2 | 10        | 27,8 | 1         | 4,3  | 18,3 |
| - задовільне   | 13        | 65,0 | 28        | 75,7 | 18        | 50,0 | 12        | 52,2 | 60,7 |
| - погане   | 2         | 10,0 | 3         | 8,1  | 8         | 22,2 | 10        | 43,5 | 21,0 |
| Відношення до власного, здоров'я (кількість, %)        |           |      |           |      |           |      |           |      |      |
| - бережу, намагаюсь поліпшити його                     | 4         | 20,0 | 8         | 21,6 | 8         | 22,2 | 10        | 43,5 | 26,8 |
| - не турбуюсь, доки не виникнуть проблеми зі здоров'ям | 13        | 65,0 | 24        | 64,9 | 22        | 61,1 | 12        | 52,2 | 60,8 |
| - байдуже  | 3         | 15,0 | 5         | 13,5 | 6         | 16,7 | 1         | 4,3  | 12,3 |

**Примітка:** перша цифра – кількість відповідей респондентів, друга – відношення у % до загальної кількості відповідей за кожним курсом.



цей показник є на 4 курсі – 4,3 %.

Більш детальний аналіз думок респондентів щодо проблеми оцінки власного здоров'я показав, що добрий стан на першому курсі відмітили 25 % студенток, далі ця оцінка має хвилюподібний характер і до 4 курсу знижується до 4,3 % (мал. 1). Оцінка здоров'я як «задовільне» має досить високий показник за всіма курсами, але від 1-го до 4-го курсу спостерігається його зниження до 52,2 %, тобто на 12,8 %. Щодо оцінювання студентками власного здоров'я за показником «погане», то ця величина поступово зростає до кінця навчання на 4 курсі на 33,5 %.

Таким чином, від 1-го до 4-го курсу відбувається погіршення стану здоров'я респондентів. Важливо підкреслити, що на переході «3-4 курси» спостерігається різкий стрибок оцінки здоров'я у бік його зниження (добре – зменшується на 25,5 %, погане – зростає на 21,3 %), що, певно, пов'язано з розподілом занять з фізичного виховання.

Аналізуючи думку респондентів стосовно проблеми відношення до власного здоров'я, нами було встановлено, що показник турботливого ставлення від 1-го до 3-го курсу практично не змінюється, зростаючи лише на 2,2 % (мал. 2). Слід зазначити, що відношення «не турбуюсь про здоров'я, доки не виникнуть проблеми» має найвищі показники за всіма курсами, але від 1-го до 4-го курсу спостерігається плавне їх зниження на 12,8 %.

Також при аналізі показника «байдуже» за окремими курсами стає очевидним, що таке ставлення від 1-го до 3-го курсу суттєво не змінюється, і лише на переході «3-4 курси» цей показник знижується на 10,7 %. В цілому такі зміни у відношенні до власного

здоров'я пов'язані з тим, що більшість респондентів за власною оцінкою мають задовільний стан здоров'я, який протягом навчання від 1-го до 4-го курсу погіршується. Саме тому, на нашу думку, турбота про здоров'я набуває все більшого значення.

#### Висновки.

1. Аналіз літературних джерел дозволив встановити, за думками авторів, стан організації професійно – прикладної фізичної підготовки у вищих педагогічних навчальних закладах, а також на педагогічних спеціальностях у вузах не фізкультурного профілю не відповідає світовим і європейським стандартам і реалізується за традиційним підходом, без активного використання інноваційних технологій.
2. Аналізуючи відповіді респонденток на питання, зазначені в анкеті, нами було встановлено, що від 1-го до 4-го курсу, за оцінкою студенток – майбутніх вихователів ДНЗ, відбувається погіршення стану здоров'я. Так оцінка доброго стану здоров'я знижується (з 25 % до 4,3 %, тобто на 20,7 %) а поганого збільшується (з 10 % до 43,5 %, тобто на 33,5 %).
3. Щодо відношення до власного здоров'я, то спостерігається збільшення уваги та намагання поліпшити його з 20 % до 43,5 %, тобто на 23,5 %; байдуже ставлення зменшується з 15 % до 4,3 %, тобто на 10,7 %. Великий відсоток студенток (60,8 %) не турбуються про здоров'я, доки не виникнуть проблеми, але цей показник має тенденцію до зниження від 1-го до 4-го курсу з 65 % до 52,2 %.

*Перспективами подальших досліджень є пошук шляхів оптимізації професійно – прикладної фізичної підготовки студенток – майбутніх вихователів ДНЗ.*

#### Література:

1. Асланян С. А., Осипцов А. В., Пристинський В. М. Педагогічні, соціальні та психологічні основи використання технічних засобів навчання для забезпечення якості професійно-прикладної фізичної підготовки у межах болонського процесу: монографія. К.: КМУ, 2009. 133 с.
2. Вербліудов І. Б. Основні вимоги до професійно прикладної фізичної підготовки студентів педагогічних ВУЗів. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наукова монографія за редакцією проф. Єрмакова С.С. Харків: ХДАДМ (XXIII), 2002. № 28. С. 8-11.
3. Загородня Л. П., Титаренко С.А. Педагогічна майстерність вихователя дошкільного закладу: навчальний посібник. Суми: Університетська книга, 2010. 319 с.
4. Клімакова С. М. Аналіз стану фізичного виховання у вищих навчальних закладах. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наукова монографія за редакцією проф. Єрмакова С.С. Харків: ХДАДМ (XXIII), 2011. № 8. С. 36-39.
5. Коваленко Ю. О. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання дітей дошкільного віку у вищих навчальних закладах: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти». Запоріжжя, 2008. 24 с.
6. Криворучко Н. В. Дослідження відношення студенток вищого навчального закладу I-II рівня акредитації до занять з фізичного виховання. Слобожанський науково-спортивний вісник: науково-теоретичний журнал. Харків: ХДАФК, 2011. № 2. С. 25-28.

#### Інформація об авторе:

**Хандога Яна Владимировна**  
yana-khandoga@yandex.ru  
Мариупольський державний університет  
пр. Строителей, д. 129<sup>а</sup>, г. Мариуполь, 87556, Україна  
Поступила в редакцію 04.05.2012г.

#### References:

1. Aslanian S. A., Osipcov A. V., Pristin'skij V. M. *Pedagogichni, social'ni ta psikhologichni osnovi vikoristannia tekhnichnikh zasobiv navchannia dlia zabezpechennia yakosti profesijno-prikladnoyi fizichnoyi pidgotovki u mezhakh bolons'kogo procesu* [Pedagogical, social and psychological bases of the use of hardwares of studies for providing of quality professionally applied physical preparation within the limits of Bologna process], Kiev, KMU, 2009. 133pc.
2. Verbliudov I. B. *Pedagogika, psihologia ta mediko-biologichni problemi fizicnogo vihovanna i sportu* [Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports], 2002, vol.28, pp. 8-11.
3. Zagorodniaia L. P., Titarenko S.A. *Pedagogichna majsternist' vikhovatelja doshkil'nogo zakladu* [Pedagogical trade of educator of preschool establishment], Sumi, University book, 2010, 319 p.
4. Klimakova S. M. *Pedagogika, psihologia ta mediko-biologichni problemi fizicnogo vihovanna i sportu* [Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports], 2011, vol.8, pp. 36-39.
5. Kovalenko IU. O. *Profesijna pidgotovka majbutnikh fakhivciv fizicnogo vikhovanna ditej doshkil'nogo viku u vishchikh navchal'nikh zakladakh* [Professional preparation of future specialists of physical education of children of preschool age is in higher educational establishments], Cand. Diss., Zaporizhzhya, 2008, 24 p.
6. Krivoruchko N. V. *Slobozhans'kij naukovo-sportivnij visnik* [Slobozhansky scientific and sport bulletin], 2011, vol.2, pp. 25-28.

#### Information about the author:

**Khandoga Y.V.**  
yana-khandoga@yandex.ru  
Mariupol State University  
Builders boulevard 129a, Mariupol, 87556, Ukraine  
Came to edition 04.05.2012.