**Полулях Андрій Віталійович. Формування здорового способу життя підлітків засобами фізичного виховання : Дис... канд. наук: 13.00.07 – 2007**

|  |  |
| --- | --- |
| |  | | --- | | **Полулях А.В. Формування здорового способу життя підлітків засобами фізичного виховання.**– Рукопис.  Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук за спеціальністю 13.00.07 – теорія та методика виховання. – Херсонський державний університет. – Херсон, 2007.  Дисертаційна робота є теоретико-експериментальним дослідженням проблеми формування здорового способу життя підлітків засобами фізичного виховання. У ній проаналізовано сутність та взаємозв’язок базових понять дослідження; розглянуто наукові підходи до формування здорового способу життя підлітків. Розкрито історико-педагогічний аспект становлення здорового способу життя підлітків в Україні й за кордоном. Визначено роль фізичного виховання у формуванні здорового способу життя підлітків. Розроблено відповідну модель, визначено критеріальні характеристики сформованості здорового способу життя підлітків засобами фізичного виховання. Теоретично обгрунтовано структурні компоненти моделі формування здорового способу життя підлітків засобами фізичного виховання: концептуальний, змістовий, процесуальний, оцінно-результативний. Розроблено технологію формування здорового способу життя підлітків засобами фізичного виховання. Ефективність моделі та технології перевірено експериментально. Основні результати дослідження впроваджено у навчально-виховний процес загальноосвітніх навчальних закладів. | |
| |  | | --- | | Результати дисертаційного дослідження дозволили сформулювати такі загальні висновки:  1. Вивчення філософської, соціологічної, психологічної, педагогічної літератури з проблеми дослідження дали змогу уточнити зміст поняття «здоровий спосіб життя підлітків». З метою переосмислення його в сучасній педагогічній науці наголошено, що здоровий спосіб життя як складовий компонент загальної культури людини зумовлений духовним і матеріальним середовищем у системі цінностей, знань, потреб, умінь і навичок, а також звичок формування, збереження та зміцнення здоров’я.  2. Розроблена в ході дослідження структурна модель формування здорового способу життя підлітків дозволила розкрити сутність та педагогічні умови ефективного здійснення цього процесу і підтвердила, що процес формування здорового способу життя підлітків є цілісною дієвою педагогічною системою, яка характеризується конкретною метою, завданнями, змістом, оптимальними формами і методами її організації, а також визначенням критеріїв, показників і рівнів сформованості здорового способу життя підлітків. Наш підхід розглядає формування здорового способу життя підлітків як важливу складову навчально-виховного процесу загальноосвітнього навчального закладу, що передбачає вивчення уявлень підлітків про здоровий спосіб життя та розробку методів оцінки здоров’я; формування свідомості та культури здорового способу життя; розробку методик навчання підлітків здоровому способу життя; впровадження програм культивування здорового способу життя та збереження здоров’я; розробку особистісно орієнтованої технології формування здорового способу життя підлітків; розробку та впровадження системи моніторингу здорового способу життя підлітків.  3. Результати констатувального етапу дослідження засвідчили, що лише 5,7 % підлітків мають високий рівень сформованості здорового способу життя. Зусилля школи щодо освіти в галузі здорового способу життя будуть ефективними лише за умов реалізації дієвого механізму співпраці «батьки — школа — суспільство». Формування в підлітків потреб у здоровому способі життя і потреби фізичного удосконалення є складним та багатогранним педагогічним процесом. Характер потреб і процес їх формування залежить від комплексного впливу на дитину з боку школи та батьків, засобів масової інформації, літератури. При цьому сам учень повинен стати активним учасником процесу формування особистих потреб; від його свідомості та активності залежить успіх у цій справі.  4. Аналіз результатів формувального етапу експериментузасвідчив,що від ефективності технології формування здорового способу життя підлітків у системі виховання залежить її результативність за таких соціально-педагогічних, психолого-педагогічних та організаційно-педагогічних умов: поліпшення виховання здорового способу життя підлітків з урахуванням їхніх індивідуальних здібностей і потреб; створення належних умов для соціальної адаптації та захисту інтересів і прав учнів; цілеспрямованого науково-методичного забезпечення, удосконалення теоретичної і методичної підготовки педагогічних кадрів до здійснення діяльності з формування здорового способу життя підлітків шляхом організованого навчання на курсах в обласних інститутах післядипломної педагогічної освіти, проведення проблемних семінарів, семінарів-практикумів з використанням інтерактивних форм та методів навчання, а також шляхом самоосвіти; формування в підлітків стійкої мотивації до ведення здорового способу життя. Експериментальна робота дозволила визначити місце і роль сучасних інтерактивних виховних технологій у формуванні здорового способу життя підлітків. У процесі формувального етапу експерименту апробовано експериментальну програму з фізичної культури для підлітків, а також такі взаємопов’язані та взаємодоповнюючі технології навчання, як диспути, соціально-комунікативні тренінги, тренінги особистісного зростання, ситуаційні вправи, рольові ігри, дебати. Аналіз результатів експерименту дозволяє зробити висновок, що дані технології, спричинивши розвиток певних особистісних якостей підлітків, у цілому забезпечують широкомасштабний вплив, необхідний для формування у підлітків здорового способу життя; здійснення внутрішньої саморегуляції позитивного ставлення до здорового способу життя; удосконалення комунікативних, організаторських, когнітивних знань і умінь учнів.  5. Проведена експериментальна робота засвідчила, що в результаті реалізації програми дослідження в експериментальних групах відбулися позитивні зміни в рівнях сформованості здорового способу життя підлітків.  Дослідження підтвердило висунуту гіпотезу й засвідчило, що ефективність процесу формування здорового способу життя підлітків зростає за умов:  - виховання в школярів, їхніх батьків і педагогів аксіологічного підходу, спрямованого на освоєння пріоритетних цінностей, пов’язаних не тільки зі збереженням життя і зміцненням здоров’я, але і з переведенням цього процесу в розряд самоорганізованих систем;  - розробки моделі, змісту й особливостей поетапного формування здорового способу життя учнів;  - підвищення кваліфікації й реорганізації методичної роботи педагогів шляхом валеологічного насичення усього навчально-виховного процесу;  - систематичного педагогічного моніторингу процесу й результатів формування здорового способу життя підлітків;  - програмування духовного саморозвитку підлітків засобами фізичного виховання і корегування його в системі урочної та позаурочної діяльності з фізичної культури;  - систематичного включення підлітків у різноманітну колективну, групову, індивідуальну діяльність громадянського спрямування;  - єдності загальнокультурного, фізичного розвитку та загартування підлітків;  створення шкільних традицій здорового способу життя, проведення відповідної оздоровчої роботи серед підлітків, учителів, батьківської громадськості.  6. У розробленому навчально-методичному посібнику вчителям і класним керівникам загальноосвітніх навчальних закладів запропоновано матеріали з питань формування здорового способу життя підлітків засобами фізичного виховання.  Дисертаційне дослідження не претендує на повноту та завершеність розв’язання проблеми формування здорового способу життя підлітків у процесі навчально-виховної діяльності з фізичної культури загальноосвітніх навчальних закладів. Подальше дослідження проблеми вбачається нами у таких напрямках: удосконаленні діагностико-прогностичних методик, методик диференційованого підходу до формування здорового способу життя підлітків на основі міждисциплінарних зв’язків; у розробці моделі підготовки майбутнього вчителя фізкультури сучасного загальноосвітнього навчального закладу як Школи сприяння здоров’ю; впровадженні інноваційних інтерактивних технологій і методик профілактики шкідливих звичок та здійсненні на цій основі підготовки майбутніх учителів фізкультури до організації процесу формування здорового способу життя підлітків загальноосвітніх навчальних закладів. | |