

в усьому наслідувати авторитет, сильніший чи розумніший, для кого, що більш значиме.

Однаке, крім почуттів, що передають біологічні потреби, є ще переконання, прищеплені суспільством. Вони виражаються словесними формулами (“що таке добре і що таке погано”), які набувають такого великого значення що можуть штовхнути на смерть, тобто є сильнішими за інстинкт самозбереження. Переконання творяться за принципом умовних рефлексів і формуються під впливом виховання і трохи – власної креативності. Стосовно здоров'я вони виражаються ставленням до їжі (смачно – несмачно) і правилами поведінки (як треба жити: обмежувати себе чи розслабитися, лікуватись чи перемагати біль). На жаль, емоційна значимість переконань слабкіша від біологічних потреб. Але наше суспільство ще далеко не вичерпало можливостей виховання. Щастя людини залежить від її почуттів: одні приємні, інші – навпаки. Від далеких предків ми успадкували не лише тіло, яке вимагає тренування, але й психіку точніше, біологічні відчуття, здатні перетворюватись в недоліки. Тепер про наші людські вади. Перша – *лінощі*. Людина напружується коли є стимули, і що вони вагоміші то більше напруження. Розслабитись завжди приємно. Але якщо натренувати це почуття, добре розслабитись після легкого навантаження, можна й узагалі не натужуватися. Винятком є лише діти: вони завжди готові гратись і бігати без будь-якої потреби, це їхня найперша необхідність. Мудра природа запрограмувала їх для тренування органів, що розвиваються. Водночас бігати без будь-якої потреби нерационально: не треба марно витрачати калорії, яких ледве вистарчає для корисних рухів. У цьому біологічний сенс лінощів.

Друга – *жадібність*, передусім до їжі. Задоволення від їжі – одне з найголовніших. Як і всі відчуття воно виробляється, якщо вживати смачну їжу. От людина й тренує свій харчовий центр відтоді, як навчилася смажити м'ясо і вживати спеції.

Третя – *страх*. У людини він підвищений, тому що вона дуже добре запам'ятовує, передбачає своє далеке майбутнє і здатна перевтілюватись. Тим-то її лякають не лише власні хвороби, але й ті, що вона їх бачить в інших, про які читає або чує. І страх також тренується, адже він живиться інформацією про хвороби. Людина розумна, але лінива й пожадлива. Вона призначалася природою для ситого і легкого життя. За задоволення розкішно і смачно поїсти та відпочити вона має платити хворобами. Якщо переважає перше задоволення, то плата може бути великою. Тілесні страждання поглинуть усі задоволення, одержувані від благ цивілізації. Не можна сподіватись, щоб усі дотримувалися суворого режиму здоров'я, хоча варто спробувати переконати людей бути помірними.

Пам'ятайте, що здоров'я на 50% залежить від способу життя, на 20% – від спадковості, ще на 20% – від якості довкілля і тільки на 10% – від медикаментів.

1. Амонашвілі Ш.А. Единство цели. – М., 1987.

2. Амосов М.М. Роздуми про здоров'я: Пер. з рос. – К.: Здоров'я, 1990. – 168 с.

3. Ложкін Г.В, Мушкевич М.І, Коцан І.Я. Психологія здоров'я людини. – Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2011. – 352 с.

ФОРМУВАННЯ У СТУДЕНТІВ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ЗАСОБАМИ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧОГО ТУРИЗМУ

ШАФРАНСЬКИЙ В.В.

Copyright © 2013

Протягом останніх років педагоги і психологи багато уваги приділяють апробації та впровадженню педагогічних технологій, які базуються на відповідних педагогічних умовах. Однак на сьогодні все ще не існує єдиного погляду і розуміння щодо змісту і застосування даного терміну.

Виходячи з цього, застосування педагогічної технології детермінує особливості діяльності викладача і студента, а отже, й результат спортивно-оздоровчої діяльності, тобто якість і рівень готовності майбутніх фахівців до професійної діяльності. Тому педагогічна технологія має будуватися, перш за все, на основі створення педагогічних умов формування готовності студентів факультету туризму до спортивно-оздоровчого туризму у вищих навчальних закладах. Г. К. Селевко [7] відмічає, що спрямованість педагогічної технології на оптимізацію й забезпечення суб'єктності освітнього процесу повинна відповідати принципам технологічності: концептуальності, системності, керованості, ефективності, відтворюваності. Ці принципи були застосовані нами під час визначення мети побудови змісту програми формування готовності майбутніх фахівців до спортивно-оздоровчої діяльності. Такий вибір принципів показав, що суб'єкт-суб'єктна взаємодія у навчально-пізнавальній діяльності є однією з педагогічних умов формування готовності майбутніх фахівців зі спортивно-оздоровчого туризму.

На думку Г. Ю. Ксензової [5, с. 6-8] основними рисами педагогічних технологій є їх розробка на основі конкретного задуму педагога й конкретного очікуваного ним результату; побудова педагогічного ланцюжка чітко у відповідності з обраною метою; забезпечення функціонування технології шляхом взаємозалежної діяльності суб'єктів освітнього процесу з урахуванням інших дидактичних принципів; застосування послідовності

елементів розробленої технології; контроль та корекція за допомогою розроблених засобів і механізмів процесу й результату технології, що застосовується.

Аналіз літературних джерел [1; 2; 3; 4; 6] у контексті нашого дослідження показав, що визначальним у процесі підготовки фахівця є створення певних педагогічних умов.

Виходячи із вищенаведеного, висновуємо, що створення педагогічних умов формування у студентів здорового способу життя засобами спортивно-оздоровчого туризму – це один із шляхів впровадження спеціальної педагогічної технології, спрямованої на формування компонентів готовності студентів до спортивно-оздоровчої діяльності. Результатом такого застосування є покращення теоретичної, практичної та спеціальної підготовки фахівців в умовах вищого навчального закладу.

Базовими принципами й напрямками розвитку спортивно-оздоровчого туризму повинні стати:

– створення цілісної системи взаємодії людини й природного середовища його перебування, що дозволяє гармонійно вирішувати завдання оздоровлення населення й збереження природи засобами спортивного туризму;

– виділення, в першу чергу, масових туристських заходів пішохідного й змагального характеру для дітей і молоді, що активно використовують природне середовище найбільш доступних і традиційних туристських районів країни, якими є Карпати, Крим та інші;

– консолідація дій органів виконавчої й законодавчої влади всіх рівнів, у тому числі органів самоврядування, організацій, суспільних об'єднань і громадян на розробку й реалізацію комплексних програм, спрямованих на розвиток спортивно-оздоровчого туризму;

– міжвідомчий принцип керування й розвитку спортивного туризму, що дозволяє включити всі вікові й соціальні групи населення країни: дітей, школярів, студентів, сіріт, людей з обмеженими життєвими можливостями, тощо, а також родину в цілому, як альтернативи існуючій сьогодні у відомчій системі керування, в якій не перебувають, наприклад, місця сімейного туризму, як однієї із природних і ефективних технологій здорового суспільства;

– добре продумана й зважена система безпеки при проведенні екскурсій, походів, підготовці кадрів і інших заходів спортивно-туристського характеру;

– максимальне охоплення самого масового прошарку потенційних аматорів подорожей за місцем проживання, роботи й відпочинку, тобто там, де гостро поставлено питання профілактики наркоманії, алкоголізму й злочинності;

– використання можливостей спортивного туризму для вирішення великого числа суспільно корисних і прикладних завдань, що супроводжують при реалізації цілей руху й інтересів, що перебувають у сфері, інших міністерств і відомств, у тому числі й для використання можливостей спортивно-оздоровчого туризму при розвитку екстремального туризму в країні (стратегія й тактика туризму, досвідчені гіді-провідники й інструктори, каталоги маршрутних і природних об'єктів, нове спорядження, тощо) [8].

Розвиток фізичних, психічних якостей особистості, її соціального та духовного здоров'я може забезпечуватися шляхом використання засобів фізичного виховання та фізкультурно-оздоровчої роботи.

Під педагогічними умовами формування у студентів здорового способу життя засобами спортивно-оздоровчого туризму ми розуміємо обставини, що сприяють побудові навчально-виховного процесу з урахуванням потреб, інтересів, можливостей майбутніх фахівців, їхньої готовності до реалізації спортивно-оздоровчої діяльності.

Здійснення підготовки фахівця пов'язане з реалізацією педагогічних умов, які містять сукупність елементів, що взаємодіють поміж собою й впливають на результат навчально-виховного процесу. До групи таких педагогічних умов нами віднесені: організація навчально-пізнавальної діяльності студентів на засадах особистісно-орієнтованого підходу, професійна спрямованість змісту загальної та спеціальної підготовки фахівців, суб'єкт-суб'єктна взаємодія у навчально-пізнавальній діяльності, формування професійної компетентності з використанням комплексу ситуаційних завдань, впровадження інтегрованої туристської практики.

На основі вищевикладеного, програму формування у студентів здорового способу життя засобами спортивно-оздоровчої діяльності ми також узгоджували з такими дидактичними принципами навчання: науковістю, виховним характером навчання, систематичністю і послідовністю в навчанні, індивідуальним підходом тощо.

Таким чином, на основі аналізу наукової педагогічної літератури нами визначено специфіку дидактичних принципів та педагогічні умови формування у студентів здорового способу життя засобами спортивно-оздоровчого туризму, спрямовані на покращення організації навчальної та практичної підготовки студентів умовах вищого навчального закладу.

1. Биков В. Ю. Впровадження інформаційних технологій у навчальний процес школи / В. Ю. Биков, Р. А. Осіпа // Нові технології навчання : [наук.-метод. зб.]. — К. : ІСДО, 1995. — Вип. 13. — С. 154–158.

2. Ващенко Г. Г. Загальні методи навчання : підруч. [для педагогів] / Г. Г. Ващенко. — К. : Укр. Вид. Спілка, 1997. — 415 с.

3. Вишневський О. І. Теоретичні основи сучасної української педагогіки : посіб. [для студ. вищ. навч. закладів] / О. І. Вишневський. — Вид. друге, доопр. і доп. — Дрогобич : Коло, 2006. — 608 с.

4. Ерошина Н. А. Дидактические условия управления самостоятельной учебной деятельностью студентов педагогических вузов : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Н. А. Ерошина ; [ЛГУ]. — Липецк, 2001. — 22 с.

5. Ксензова Г. Ю. Перспективные школьные технологи : учеб.-метод. пособ. / Г. Ю. Ксензова. — М. : Пед. общество России, 2000. — С. 6–8.

6. Мороз О. Г. Підготовка майбутнього вчителя: зміст та організація : навч. посіб. / О. Г. Мороз, В. О. Слатьонін, Н. І. Філіпенко. — К., 1997. — 168 с.

7. Селевко Г. К. Современные образовательные технологии : учеб. пособ. / Г. К. Селевко. — М. : Народное образование, 1998. — 256 с.

8. Федорченко В. К. Підготовка фахівців для сфери туризму: теоретичні і методологічні аспекти / В. К. Федорченко. — К. : Вища школа, 2002. — 350 с.