

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ

ЄРЕСЬКО Олег Вікторович

УДК 373.5.017:613.955

**ВИХОВАННЯ ВАЛЕОЛОГІЧНИХ ЦІННОСТЕЙ ДІТЕЙ-ПІДЛІТКІВ У
ПРОЦЕСІ НАВЧАЛЬНОЇ І ПОЗАУРОЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

13.00.07 – теорія і методика виховання

Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата педагогічних наук



Київ – 2018

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано в Національному університеті біоресурсів і природокористування України.

Науковий керівник - доктор педагогічних наук, доцент
СОПІВНИК Руслан Васильович,
Національний університет біоресурсів і
природокористування України,
завідувач кафедри педагогіки.

Офіційні опоненти: доктор педагогічних наук, професор
ОСІПЦОВ Андрій Валерійович,
Маріупольський державний університет,
завідувач кафедри фізичного виховання,
спорту та здоров'я людини;

кандидат педагогічних наук
ПРАНОВА Євгенія Василівна,
Національний університет фізичного виховання
та спорту України,
викладач кафедри біомеханіки та спортивної метрології.

Захист відбудеться 28 листопада 2018 року о 13.00 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 29.051.06 Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля Міністерства освіти і науки України за адресою: 04053, м. Київ, вул. Січових Стрільців, 52-А, Президія Національної академії педагогічних наук України, конференц-зала (1 поверх).

З дисертацією можна ознайомитись у Науковій бібліотеці Державного вищого навчального закладу «Університет менеджменту освіти» НАПН України за адресою: 04053, м. Київ, вул. Січових Стрільців, 52-Г (3 поверх).

Автореферат розіслано «26» жовтня 2018 року

Учений секретар

спеціалізованої вченої ради



О. Є. Крсек

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми. Ставлення людини до власного здоров'я історично формувалося виключно як до того, що дається від природи, і на що вплинути фактично не можливо. З розвитком медицини це ставлення змінювалося. Здоров'я почали сприймати як об'єкт суто медичного впливу, категорію, що є протилежною терміну «хвороба». Такий підхід застосовувався протягом багатьох десятиліть і сприяв закріпленню у свідомості суспільства міцних зв'язків між здоров'ям і медициною, визначення самого терміну «здоров'я» – виключно як відсутність хвороб.

Техногенний розвиток суспільства, що бурхливо відбувається із середини минулого сторіччя, суттєво змінив соціоекологічне середовище людини, чим вплинув на стан її здоров'я. Штучні умови існування (кондиційоване повітря, штучне освітлення, малорухливий спосіб життя, колосальне інформаційне навантаження) призвели до різкого погіршення стану здоров'я та підштовхнули до пошуку шляхів його поліпшення. Дослідження здоров'я людини показали, що його стан залежить не лише від спадкових ознак і умов її проживання, але і від власного ставлення до нього. У преамбулі до Статуту Всесвітньої організації охорони здоров'я, прийнятому у 1946 року, значно ширше визначений і сам термін «здоров'я», а саме: «здоров'я – стан повного фізичного, психічного, соціального та духовного благополуччя, а не лише відсутність хвороб і фізичних вад». Наведене сприяло тому, що наукова думка почала розглядати проблему здоров'я населення як одну з таких, від ступеню розв'язання якої залежать не лише темпи та напрями подальшого розвитку людства, а й сама можливість його існування в майбутньому як біологічного виду *Homo sapiens*.

Конституцією України життя та здоров'я людини визначені як найвищі соціальні цінності. Подібні норми знайшли своє відображення й у новій редакції Закону України «Про освіту», прийнятому у вересні 2017 року. Так, у статті 6 «Засади державної політики у сфері освіти та принципи освітньої діяльності», однією із засад визначено: «формування культури здорового способу життя».

Спираючись на світовий і український досвід, вітчизняні науковці (В. Кремень, Н. Бібік, О. Локшина, О. Овчарук, О. Савченко та інші) обґрунтовують необхідність переходу системи освіти до компетентісного підходу. Даний підхід передбачає формування в учнів і студентів у навчально-виховному процесі певних компетентностей, серед яких однією з найважливіших визначають здоров'язбережну компетентність (характеристики, властивості учня, спрямовані на збереження свого фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я, а також здоров'я оточуючих).

Українські науковці – І. Бех, О. Вишневський, Р. Сопівник, Г. Шевченко та інші розкривають у своїх працях підходи до виховання цінностей у підростаючого покоління та формування у нього ціннісного ставлення до здоров'я, а Т. Бойченко, Л. Ващенко, О. Савченко, О. Сакович та інші виділили життєві навички, формування яких в учнів сприяє здоровому способу життя. У практичній площині цього напрямку в нашій країні працюють О. Балакірева,

Т. Воронцова, С. Кириленко, В. Морозова, В. Пономаренко, О. Пурік, С. Страшко, О. Шиян та інші. Широко відомі в світі роботи, присвячені формуванню життєвих навичок, науковців: Leena Mangrulkar, Cheryl Vince Whitman, Marc Posner та інших, видрукувані переважно під егідою ВООЗ. Роботи вказаних дослідників переконливо доводять, що виховання валеологічних цінностей є важливою умовою оздоровлення суспільства. І здійснювати цей процес важливо зі школи, бо саме вона є єдиною структурою, через яку проходить усе населення країни. Продовження зазначеної роботи в інших закладах освіти, після отримання базової, стає запорукою закріплення навичок здоров'язбережної поведінки, сприятиме подальшому вихованню валеологічних цінностей. У системі освіти дитина не просто готується до життя – вона переживає дитячий і юнацький періоди. Заклад освіти, який для учнів є моделлю зовнішнього соціуму, фактично покликаний виконувати роль своєрідного фільтру. Основними завданнями сучасного закладу освіти є збереження та зміцнення здоров'я дітей, формування навичок здоров'язбережної поведінки, створення сприятливих умов для гармонійного розвитку особистості та надання кожній дитині допомоги щодо пошуку власного життєвого шляху в суспільстві.

Реалізація зазначених завдань у закладах освіти здійснюється вже тривалий час, але поруч із цим Міністерство охорони здоров'я України продовжує публікувати не втішну офіційну статистику, згідно якої з початком навчання дітей у школі спостерігається різке погіршення показників захворюваності, в тому числі майже вдвічі більше виявляється дітей із дефектами мови, у 3,4 рази збільшується кількість дітей із зниженням гостроти зору та в 4,2 рази збільшується кількість дітей із порушенням постави; завершення навчання у школі учнів 9-11 класів характеризується прогресуванням цих і інших патологій, а понад 70% випускників наших шкіл мають рівень здоров'я нижче за середні показники. Аналіз діяльності сучасних закладів середньої освіти також свідчить, що проблема ціннісного ставлення до здоров'я і здорового способу життя не стала об'єктом належного теоретико-методологічного її осмислення.

Найбільш уразливими до впливу негативних суспільних явищ є учні та студенти підліткового віку. Вони живуть у середовищі, до якого не завжди вміють адаптуватись, на яке часто не можуть впливати. Це призводить до погіршення не лише фізичного, а й психічного здоров'я молодого покоління. Саме тому одним із головних завдань сучасної освіти є виховання здорового підростаючого покоління, забезпечення реалізації конституційних цінностей – життя і здоров'я людини.

Зазначене переконливо свідчить про необхідність визначення нових підходів до виховання валеологічних цінностей, що умотивовує проведення дослідження разом із необхідністю розв'язання низки *суперечностей* між:

- об'єктивною потребою суспільства у здоровому молодому поколінні та реальним станом справ у сучасних закладах освіти із організацією відповідної роботи з виховання валеологічних цінностей;

- численними науково-теоретичними розробками в галузі виховання на засадах компетентнісного підходу, формування здоров'язбережної

компетентності у підлітків і реальним втіленням цих напрацювань, у першу чергу, у сучасних школах, непослідовністю, фрагментарністю їх використання на практиці;

– запитом освітньої галузі в обґрунтуванні сучасних технологій у процесі виховання валеологічних цінностей і недостатньою розробленістю педагогічних умов та інтерактивних технологій у вихованні здорового способу життя дітей-підлітків.

Актуальність і важливість окресленої проблеми, її суспільно-педагогічне значення та недостатнє висвітлення в сучасній літературі обумовили тему дисертаційного дослідження: **«Виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків у процесі навчальної і позаурочної діяльності».**

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дослідження виконано відповідно до науково-дослідної теми кафедри педагогіки Національного університету біоресурсів і природокористування України «Теоретико-методичні основи навчально-виховної роботи у природоохоронних та аграрних вищих навчальних закладах» (номер державної реєстрації 0115U003561). Тема дослідження затверджена вченою радою НУБіП України (протокол № 2 від 26.03.2015 р.).

Мета дослідження – на основі теоретичного аналізу досліджуваної проблеми та вивчення практики функціонування сучасного закладу, що забезпечує здобуття загальної середньої освіти, виокремити, обґрунтувати та експериментально перевірити педагогічні умови виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків у навчальній і позаурочній діяльності.

Гіпотеза дослідження базується на тому, що ефективність виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків значно підвищиться за дотримання таких педагогічних умов: забезпечення готовності учасників освітнього процесу до виховання валеологічних цінностей; залучення учнів, студентів до активної участі в суспільно-корисній діяльності з метою формування життєвих навичок; насичення навчальних дисциплін і виховних заходів змістом, який підкреслює цінність здоров'я, як необхідної передумови успішної самореалізації.

Відповідно до мети та гіпотези визначено такі **завдання дослідження**:

1. Здійснити ретроспективний аналіз підходів до виховання валеологічних цінностей особистості.

2. Уточнити сутність і структуру поняття «валеологічні цінності дітей-підлітків».

3. На основі виокремлених критеріїв і показників розробити методику діагностики рівня вихованості валеологічних цінностей дітей-підлітків.

4. Виокремити, обґрунтувати та експериментально перевірити ефективність педагогічних умов виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків.

Об'єкт дослідження – процес виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків у процесі навчальної і позаурочної діяльності.

Предмет дослідження – педагогічні умови виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків у процесі навчальної і позаурочної діяльності.

Для розв'язання поставлених завдань було використано комплекс **методів наукового дослідження**, а саме: *теоретичного рівня* (аналіз літературних,

нормативно-правових та практичних джерел, синтез, порівняння й узагальнення наукових положень для обґрунтування педагогічних умов ефективної реалізації методики формування валеологічних цінностей дітей-підлітків); *емпіричного рівня* (метод експертних оцінок, анкетування, спостереження, бесіда, інтерв'ю, експеримент констатувальний і формувальний тощо); *статистичні методи* для опрацювання отриманих експериментальних даних.

Експериментальна база дослідження. Дослідно-експериментальна робота здійснювалася на базі Вишнівської загальноосвітньої школи I-III ст. №2 Київської області, Комунального закладу «Харківська гімназія №169 Харківської міської ради Харківської області» та відокремлених підрозділів Національного університету біоресурсів і природокористування України: «Боярський коледж екології і природних ресурсів» (Київська область), «Мукачівський аграрний коледж» (Закарпатська область), які також забезпечують здобуття загальної середньої освіти. Загалом дослідженням було охоплено учнів і студентів закладів середньої і вищої освіти (всього 571 особа).

Наукова новизна та теоретичне значення дослідження полягає в тому, що у роботі:

уперше виокремлено і обґрунтовано педагогічні умови реалізації методики виховання валеологічних цінностей у дітей-підлітків у процесі навчальної і позаурочної діяльності (забезпечення готовності учасників освітнього процесу до виховання валеологічних цінностей; залучення учнів до активної участі у різних видах суспільно-корисної діяльності з метою формування життєвих навичок; насичення навчальних дисциплін і виховних заходів змістом, який підкреслює цінність здоров'я, як необхідної передумови успішної самореалізації).

уточнено поняття «валеологічні цінності дітей-підлітків», під якими розуміємо світоглядну орієнтацію учнів і студентів, що визначає ставлення до здоров'я як до особистої і соціальної вартості та виявляється у поведінці, спрямованій на збереження та зміцнення здоров'я;

подальшого розвитку набули зміст, форми, методи, прийоми виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків у процесі навчальної і позаурочної діяльності.

Практичне значення дослідження полягає в упровадженні педагогічних умов виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків, розробленні рекомендацій щодо змісту нового державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти та виокремленні значущих змістових елементів програми навчального предмета «Основи здоров'я».

Матеріал дисертаційного дослідження використано для підготовки державних стандартів початкової, базової і повної загальної середньої освіти (здоров'язбережна складова), при оновленні навчальної програми «Основи здоров'я» (довідка департаменту загальної середньої та дошкільної освіти Міністерства освіти і науки України № 2.2-1924 від 20.07.2018 р.), а також для розроблення робочих програм і підготовки навчальних матеріалів (лекцій, семінарських занять) із навчальних дисциплін: «Валеологія та основи медичних

знань» і «Вікова фізіологія та шкільна гігієна», що викладаються для студентів I-II курсів спеціальності: «Соціальна робота» та «Професійна освіта» в Національному університеті біоресурсів і природокористування України.

Результати дослідження **впроваджено** в навчально-виховний процес закладів загальної середньої освіти України (довідки Вишнівської загальноосвітньої школи I-III ст. № 2 Київської області № 26 від 03.07.2018 року, Комунального закладу «Харківська гімназія № 169 Харківської міської ради Харківської області» № 01-40/273 від 22.08.2018 року, ВП НУБіП України «Мукачівський аграрний коледж» № 282-25-И від 25.06.2018, «Боярський коледж екології і природних ресурсів» № 167 від 25.06.2018).

Апробація результатів дисертації. Основні положення і результати дослідження були представлені на науково-практичних конференціях різного рівня: *міжнародних* – II Міжнародна науково-практична конференція «Розвиток сучасної освіти: теорія, практика, інновації» (Київ, 2016), I та II Міжнародні симпозиуми «Освіта і здоров'я підростаючого покоління» (Київ, Чернігів, 2016, 2018), *всеукраїнських* – «Запровадження Національного плану дій щодо неінфекційних захворювань відповідно до стратегії «Здоров'я – 2020: Європейська політика здоров'я і благополуччя» (Київ, 2015), «Доступність інтегрованих профілактичних, медичних і соціальних послуг (зокрема КіТ на ВІЛ та медико-соціального супроводу) підліткам, які вживають наркотики, практикують ризиковану поведінку та безпосередньо стикаються з проблемою ВІЛ/СНІДу» (Київ, 2015), «Профілактика поширення ВІЛ-інфекції та інших соціально-небезпечних захворювань у середовищі підлітків, які мають ризиковану поведінку (споживачів наркотиків; хлопців, які мають секс з чоловіками, та підлітків, залучених до комерційного сексу)» (Київ, 2016), «III Всеукраїнський освітянський форум «Інтелект України» (Харків, 2016), а також обговорювалися на засіданнях кафедри педагогіки Національного університету біоресурсів і природокористування України (2016-2018 рр.).

Публікації. Основні положення та результати дослідження викладено у 9 одноосібних і 2 колективних публікаціях, з яких: 6 відображають основні наукові результати дисертації, 5 – апробаційного характеру.

Структура та обсяг дисертації. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до розділів, висновків та списку використаних джерел (187 найменувань, з яких 14 – іншомовних), 7 додатків на 24 сторінках. Загальний обсяг дисертації – 187 сторінок, основна частина складає 129 сторінок. Робота містить 8 таблиць та 7 рисунків.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У **вступі** проведено аналіз стану розробки проблеми, доцільність її дослідження, обґрунтовано актуальність, визначено мету, гіпотезу і завдання дисертаційної роботи; сформульовано об'єкт і предмет, окреслено наукову новизну і практичне значення одержаних результатів; схарактеризовано експериментальну базу дослідження; наведено відомості про апробацію та

впровадження результатів дослідження, публікації, структуру та обсяг роботи.

У першому розділі – *«Виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків як наукова проблема»* – проведено ретроспективний аналіз підходів до виховання валеологічних цінностей особистості, досліджено стан розробленості проблеми, уточнено сутність і структуру поняття «валеологічні цінності дітей-підлітків», показано їх роль як основи формування здорової нації, проаналізовано сучасний етап становлення валеологічної освіти в галузі загальної середньої освіти України.

На основі дослідження стану розробленості даної проблеми встановлено, що виховання у підростаючого покоління валеологічних цінностей – це організація системної роботи, спрямованої на діагностику, корекцію функціонального, психофізіологічного та духовно-морального стану людини. Сформовані знання, уміння, навички забезпечують необхідний рівень працездатності, моралі та духовності кожної особистості, і в першу чергу – дитини. Багато дослідників (О. Балакірева, Т. Бойченко, Т. Воронцова, Л. Горяна, В. Пономаренко, С. Страшко) вважають основним завданням сучасного навчального закладу збереження та зміцнення здоров'я дітей, формування навичок здоров'язбережної поведінки, створення сприятливих умов для гармонійного розвитку особистості та надання кожній дитині допомоги щодо пошуку власного життєвого шляху в суспільстві.

Суттєвий поштовх зміні поглядів на здоров'я виключно як на медичну проблему дав документ, опублікований у Канаді 1974 року, відомий у світі як «Звіт Лалонда» (the Lalonde Report). Цей звіт розроблений на основі кількарічних досліджень канадських фахівців, широко популяризований на Заході з ініціативи М. Лалонда (Marc Lalonde), на той час міністра охорони здоров'я і добробуту Канади. Він уперше на урядовому рівні аргументовано довів, що традиційна система охорони здоров'я зокрема і медицина взагалі відіграють не головну роль у комплексі чинників, які визначають здоров'я людини. Загалом цей звіт, названий «Новий підхід до охорони здоров'я канадців» («A new perspective on the health of Canadians») розпочав нову історію поглядів на здоров'я, започаткувавши формування здорового способу життя (Health promotion) у світі.

Сучасна система шкільної валеологічної освіти в Україні, якій передували різні за ефективністю спроби включити до шкільної програми питання здорового способу життя, сформувалася в 2005 році, коли почалася реалізація першого Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти, на підставі якого запровадження вивчення як обов'язкового предмета «Основи здоров'я», й продовжує своє активне становлення і сьогодні. Для з'ясування можливих шляхів її вдосконалення було проведено ретроспективний аналіз становлення подібної системи в світі. Проаналізовано ряд документів, серед яких: звіт міністра охорони здоров'я і добробуту Канади М. Лалонда «Новий підхід до охорони здоров'я канадців» («A new perspective on the health of Canadians», 1974 р.), «Оттавська хартія» та інші документи I Міжнародної конференції з формування здорового способу життя (1986 р.), Люблінська хартія з реформування охорони здоров'я (1996 р.), Всесвітня декларація охорони здоров'я та Концепція «Здоров'я для всіх у XXI столітті» («Здоров'я

21», 1998 р.) та інші. Зазначені документи забезпечили набуття формуванням здорового способу життя статусу загально визнаної системи дій і наукової дисципліни зі своєю ідеологією, теорією, методологією, методикою і практикою, відповідною системою управління.

На сьогодні фактично всі українські вчені-педагоги визнають важливість формування здорового способу життя у підростаючого покоління. Проте варто зазначити різницю у підходах до цього питання. Деякі вчені вбачають підтримання доброго стану здоров'я метою виключно фізичного виховання, як складової частини загального виховання, спрямованого на зміцнення здоров'я й загартування організму, гармонійний розвиток форм, функцій і фізичних можливостей людини, формування життєво важливих рухових навичок і вмінь. Інші – виокремлюють різні види здоров'я: а) фізичне, що визначає повноцінне і правильне функціонування організму; б) психічне, що зумовлює рівновагу і нормальне протікання психічних процесів; в) духовне – як прагнення до ідеалу, що є головним джерелом сили і енергії людини. Деякі також відносять до видів здоров'я соціальне, що включає ставлення людини до правових норм суспільства, від чого залежить безконфліктна взаємодія з оточенням. Ця група вчених до навичок, що забезпечують здоровий спосіб життя і саме здоров'я, відносять не лише фізичне вдосконалення та відсутність шкідливих звичок, а й вміння приймати рішення, критично мислити, підтримувати добрі стосунки з оточуючими людьми, здатність давати собі раду в різних життєвих ситуаціях тощо. Саме такий, на наше переконання, широкий підхід і дозволяє піднести в педагогіці формування здоров'я до ієрархії цінностей, виокремивши наряду із соціальними (абсолютні, вічні цінності, національні, громадянські, сімейного життя) валеологічні цінності.

Як відомо, термін «валеологія» як назву науки про здоров'я, запропонував І. Брехман. У науковій педагогічній літературі дедалі частіше зустрічається термін «валеологічні цінності». Адже саме підхід до формування здорового способу життя дітей і підлітків на основі ціннісних орієнтацій на думку більшості фахівців є результативним. Проте проведений огляд літератури показав необхідність уточнення цього терміну. Для визначення сутності поняття «валеологічні цінності дітей-підлітків» нами було застосовано метод експертної оцінки. Ґрунтуючись на визначенні цінностей як значущих для людини властивостей буття, а валеології як міжнаукового напрямку знань про здоров'я людини, про шляхи його забезпечення, формування і збереження в конкретних умовах життєдіяльності; та результатах опитування експертів, ми приходимо до висновку, що *валеологічні цінності дітей-підлітків – це світоглядна орієнтація учнів і студентів, що визначає ставлення до здоров'я як до особистої і соціальної вартості та яка виявляється у поведінці, спрямованій на збереження і зміцнення здоров'я людини.*

До складових валеологічних цінностей дітей-підлітків ми включаємо: ведення здорового способу життя; правильне харчування; фізичну активність; гігієнічні навички; моральність; розумовий і творчий розвиток; соціалізацію, правильне поводження серед людей, нормальні стосунки із близькими; бережливе ставлення до природи.

Оскільки для педагогічної експертизи значимими є не лише факти, а й коментарі, думки експертів, наведемо коментар одного з експертів цієї групи: «валеологічні цінності не зміряти з жодним багатством (грошима). Здоров'я неможливо купити, багато хвороб передається спадково, але більшість ми набуваємо в повсякденному житті. Для мене та моїх близьких найважливіше – здоров'я, гарне самопочуття та взаємоповага».

У роботі висвітлено різні підходи науковців до питань класифікації життєвих навичок. Так, Л. Мангруккар, Ч. Вінс Вітманн і М. Познер (Leena Mangrulkar, Cheryl Vince Whitman, Marc Posner), розподіляють життєві навички у три групи: соціальні (комунікативні, вміння відмовитися від небажаних пропозицій, співробітництва), когнітивні (прийняття рішення, розуміння наслідків, критичного мислення) та емоційні (керування стресом, самоконтроль). Вітчизняні дослідники, зокрема Т. Воронцова, базуючись на світовому досвіді та адаптувавши його до наших традицій, розподіляє життєві навички у дві групи: психологічні, які у свою чергу об'єднують інтелектуальні (самооцінка, усвідомлення цінностей, аналіз проблем, прийняття рішень, критичне мислення, креативне мислення) та емоційно-вольові (самоконтроль, керування стресами, мотивації успіху, гартування волі), соціальні (ефективне спілкування, асертивність, протистояння тиску однолітків, колективна робота, лідерство, розв'язання конфліктів, емпатія і надання допомоги). На основі проведеного аналізу показано, що багато життєвих навичок взаємопов'язані, деякі з них необхідно одночасно формувати у освітньому процесі. Життєві навички є комплексними, тобто, фактично кожна з життєвих навичок для свого формування потребує попереднього опанування іншими навичками. На прикладах показано, що прийняття рішень включає у себе низку необхідних навичок: збору інформації, оцінки наслідків дій для себе та оточуючих, визначення альтернативних рішень, аналізу впливу цінностей і ставлень на мотивацію тощо.

Процес отримання знань, формування відповідних умінь включає в себе опанування учнями необхідною інформацією, розуміння конкретних життєвих ситуацій. Знання та уміння є необхідною, але недостатньою умовою формування навичок. Наступним необхідним кроком у реалізації освіти на основі життєвих навичок є вироблення ставлення до набутих знань, розуміння їх життєвої необхідності. Ставлення – це особистісні погляди конкретної особистості, її уявлення, переконання, заботони, суб'єктивні оцінки суперечностей: що подобається, що не подобається, добре чи погане, важливе чи неважливе, потребує уваги чи не потребує тощо.

На основі знань, умінь та ставлень формуються необхідні для збереження здоров'я життєві навички, які лягають в основу відповідних моделей безпечної поведінки та виховання валеологічних цінностей. Вони включають життєві та специфічні практичні навички, які мають відношення до здоров'я, наприклад: надання першої медичної допомоги, дотримання гігієни, правильне користування протизаплідними засобами тощо. Отже, освіта на основі життєвих навичок щодо формування здорового способу життя поєднує набуття необхідних знань, умінь, вироблення певного ставлення і на цій базі

формування конкретних навичок позитивної безпечної поведінки, збереження та зміцнення здоров'я.

У другому розділі роботи – «*Методичні засади виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків*» охарактеризовано критерії та показники вихованості валеологічних цінностей дітей-підлітків, описано авторську методику їх діагностики, проаналізовано стан вихованості валеологічних цінностей дітей-підлітків, теоретично обґрунтовано та експериментально перевірено педагогічні умови ефективної реалізації методики формування валеологічних цінностей дітей-підлітків на основі формування життєвих навичок у процесі навчання та позаурочній діяльності, проаналізовано хід та результати дослідно-експериментальної роботи (констатувального та контрольного етапів), обґрунтовано модель виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків на основі розвитку життєвих навичок у процесі навчання та позаурочній діяльності.

Із метою діагностики сформованості валеологічних цінностей у дітей-підлітків за визначеними критеріями та показниками нами застосовано комплекс методів науково-педагогічного дослідження, зокрема анкетування, тестування, спостереження, експертну оцінку, бесіду.

Загалом у експериментальній роботі взяли участь учні і студенти закладів середньої і вищої освіти (всього 571 особа), зокрема учні 7-11 класів Вишнівської загальноосвітньої школи I-III ст. №2 Київської області, Комунального закладу «Харківська гімназії №169 Харківської міської ради Харківської області» та студенти 1-2 курсів відокремлених підрозділів Національного університету біоресурсів і природокористування України: «Боярський коледж екології і природних ресурсів» (Київська область), «Мукачівський аграрний коледж» (Закарпатська область). Така база дозволила забезпечити репрезентативність статистично-достовірної вибірки.

На основі аналізу наукових психолого-педагогічних джерел і відповідно до мети нашого дослідження визначено критерії та показники, які характеризують сформованість валеологічних цінностей дітей-підлітків: *когнітивний* (поінформованість про комплексний підхід до визначення здоров'я, розуміння його природи та чинників, які на нього впливають; готовність до ведення здорового способу життя; наявність рівня знань, необхідного для формування власної системи здорового способу життя), *ціннісний* (сформованість ставлення до здоров'я як до однієї із найважливіших життєвих цінностей; негативне ставлення до тютюнопаління, вживання алкоголю, наркотиків; позитивне ставлення до цінностей здорового способу життя (активна життєва позиція; задоволення процесом навчання, фізичний і духовний комфорт, повноцінний відпочинок; збалансоване раціональне харчування; регулярна рухова активність; психофізіологічне задоволення в сім'ї; прагнення до економічної і матеріальної незалежності; дотримання особистої гігієни, раціонального добового режиму; відсутність шкідливих звичок), *емоційно-мотиваційний* (усвідомлення потреби в турботі про своє здоров'я; намір дотримуватися здорового способу життя, не вживати алкоголь і інші наркотики; намір утримуватися від позашлюбних статевих стосунків), *діяльнісний* (уміння розв'язувати конфлікти, відстоювати свою точку зору; уміння відмовитися від

пропозиції вжити алкоголь, спробувати інші наркотики, сказати «ні» на інші небажані пропозиції; уміння прийняти усвідомлене рішення щодо створення індивідуальної системи здорового способу життя).

Спираючись на визначені критерії і показники сформовано трирівневу шкалу діагностики вихованості валеологічних цінностей дітей-підлітків:

Високий рівень характеризується яскраво вираженим прагненням до ведення здорового способу життя, усвідомленням необхідності гармонійного розвитку усіх складових здоров'я: фізичної, психічної, духовної та соціальної. Учні та студенти з високим рівнем вихованості валеологічних цінностей свідомо відтворюють і розуміють навчальну інформацію; можуть вести дискусію з конкретного питання здорового способу життя й безпечної поведінки; самостійно оцінюють і характеризують різноманітні явища та процеси, які розкривають сутність здорового способу життя й безпечної поведінки; обирають безпечний варіант розв'язання нестандартної ситуації; уміють знайти компроміс у можливих конфліктних ситуаціях; виявляють особисту позицію щодо здорового способу життя й безпечної поведінки; обґрунтовують цінність набутих знань і сформованих розумових, практичних умінь і життєвих навичок для власного здоров'я; цінність здоров'я превалює у ієрархії життєвих цінностей.

Середній рівень вихованості валеологічних цінностей дітей-підлітків виявляється у достатньо розвиненій здатності до ведення здорового способу життя, достатньо глибоких знаннях про усі складові здоров'я, уяву про його комплексний характер. Учні та студенти відтворюють навчальний матеріал, розкривають сутність понять; розв'язують типові ситуаційні задачі; характеризують ситуації, що містять загрозу й потребують практичних дій для забезпечення людей; висловлюють окремі оцінні судження про стан здоров'я, поведінку в різних ситуаціях, свою та інших, міжособистісні стосунки. Їх відрізняє наявність не досить широкого досвіду формування особистісних траєкторій щодо ведення здорового способу життя, недостатня активність у соціальній сфері. Цінність здоров'я у таких учнів і студентів посідає середнє місце в ієрархії цінностей.

Низький рівень вихованості валеологічних цінностей дітей-підлітків характеризується недостатньо розвиненою здатністю до ведення здорового способу життя, відсутністю уявлень про необхідність формування індивідуальної життєвої траєкторії щодо ведення здорового способу життя, недостатністю усвідомлення комплексного характеру здоров'я, виникнення помилок у визначенні його складових. Учні та студенти дають визначення окремих понять, відтворюють навчальний матеріал, характеризуючи ознаки здоров'я, шляхи та методи його зміцнення та збереження життя; уміють виконувати практичні дії, пов'язані з формуванням здорового способу життя й безпечної поведінки; повторюють почуті від інших найпростіші оцінні судження про здоровий спосіб життя й безпечної поведінки. На означеному рівні прагнення до здорового способу життя залежить переважно від настрою і наявності особистого інтересу до розв'язання проблеми зі здоров'ям. Здоров'я учнями та студентами, які демонструють низький рівень вихованості валеологічних цінностей, не сприймається як життєва цінність взагалі.

Кількісні та якісні результати констатувального етапу дослідження засвідчили, що значна частина контрольних і експериментальних груп учнів і студентів мають низький рівень вихованості валеологічних цінностей – 41,5 % та 39,1% відповідно, середній рівень встановлено у 46,2 %, а високий – лише 12,3% та 14,6%. Такий рівень вихованості валеологічних цінностей корелюється й з оцінками фахівців стану здоров'я цієї вікової категорії дітей-підлітків: за даними Міністерства охорони здоров'я України понад 70% випускників шкіл мають рівень здоров'я нижче за середні показники (таблиця 1). Доведення статистичної значущості результатів експериментальної роботи відбувалося за критерієм Пірсона (χ^2).

Таблиця 1.

Рівневий розподіл даних експериментальних та контрольних груп щодо вихованості валеологічних цінностей

Рівні	Контрольні групи						Експериментальні групи					
	К1		К2		Разом		Е1		Е2		Разом	
	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%
Високий	16	13,2	18	11,5	34	12,3	18	15,4	25	14,1	43	14,6
Середній	56	46,3	72	46,2	128	46,2	57	48,7	79	44,6	136	46,2
Низький	49	40,5	66	42,3	115	41,5	42	35,9	73	41,3	115	39,2

На формуальному етапі експериментальної роботи нами здійснювалася практична реалізація педагогічних умов виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків на основі формування життєвих навичок у процесі навчання та позаурочній діяльності. Педагогічні умови ми розуміємо як сукупність внутрішніх і зовнішніх чинників, які забезпечують ефективність і результативність процесу формування здорового способу життя, ґрунтуючись на принципах методики освіти на основі життєвих навичок. Саме такий підхід до визначення цього терміну, на нашу думку, дозволяє включити до нього можливості змісту, різноманітність форм, методів і прийомів навчальної і позаурочної діяльності, що слугують основою для забезпечення підвищення результативності виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків.

На основі проведеного аналізу літературних джерел і результатів експерименту ми виокремили наступні *педагогічні умови* виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків на основі формування життєвих навичок: забезпечення готовності учасників освітнього процесу до виховання валеологічних цінностей; залучення учнів, студентів до активної участі в суспільно-корисній діяльності з метою формування життєвих навичок; насичення навчальних дисциплін і виховних заходів змістом, який підкреслює цінність здоров'я, як необхідної передумови успішної самореалізації.

Перша педагогічна умова забезпечення готовності учасників освітнього процесу до виховання валеологічних цінностей реалізована в двох площинах. У першу чергу, відповідна робота проводилася з вчителями предмета «Основи здоров'я», факультативного курсу «Профілактика ризикованої поведінки» (попередня назва курсу – «Школа проти СНІД»), класними керівниками та

кураторами студентських груп. Застосовувалися як масові (виступи на педагогічних радах, семінарах, секціях класних керівників) так і індивідуальні форми роботи – консультування, бесіди, анкетування. Під час роботи зазначені категорії педагогічних працівників знайомилися з основами методики виховання валеологічних цінностей на основі життєвих навичок, кращим міжнародним і вітчизняним педагогічним досвідом у реалізації зазначеної методики, результатами досліджень, які доводять її високу результативність у вихованні валеологічних цінностей особистості. Педагогічні працівники забезпечувалися методичними рекомендаціями щодо використання освіти на основі життєвих навичок для виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків у процесі навчальної і позаурочної діяльності. Окрім того розроблено та проведено семінар із діагностування вихованості валеологічних цінностей дітей-підлітків. Унаслідок проведеної роботи на 14 % збільшилася частка педагогічних працівників, готових до роботи з виховання валеологічних цінностей.

Відповідна робота проводилася й з учнями та студентами. Так, під час уроків з навчального предмета «Основи здоров'я», виховних, інформаційно-просвітницьких годин, бесід і дискусій їм пропонувалося для обговорення ряд ситуацій, у яких демонструвалися реальні приклади, коли вибір здорового способу життя дозволяв тій чи іншій особистості успішно реалізувати свій потенціал, забезпечити можливість ведення активного фізичного та психічного життя. Спостерігаючи приклади поведінки успішних завдяки веденню здорового способу життя особистостей, студенти орієнтувалися на відповідні зразки для наслідування, отримували відповідний інструментарій для конструювання разом із наставниками власної моделі формування здорового способу життя. Ефективними формами роботи виявилися ділові ігри, проведення конференцій, присвячених проблемам ведення здорового способу життя. Подібні заходи забезпечували збільшення кількості учнів і студентів, готових до виховання валеологічних цінностей, виступали дієвим стимулом самозміни учнів і студентів.

Реалізація другої педагогічної умови – залучення учнів, студентів до активної участі в суспільно-корисній діяльності з метою формування життєвих навичок – забезпечувалася шляхом упровадження методики освіти на основі життєвих навичок у навчальній і позаурочній (позааудиторній) процес в експериментальних групах.

У першу чергу, освіта на основі життєвих навичок щодо формування здорового способу життя передбачає використання власного досвіду учнів і студентів, ставить за мету розвиток знань, формування ставлення та спеціальних навичок, необхідних для діяльності, спрямованої на створення та дотримання здорового способу життя, а головне – передбачає активну участь учня, студента в суспільно-корисній діяльності (процес опанування знань, розвиток умінь і навичок, соціалізації підлітка як особистості).

У закладах загальної середньої освіти, в першу чергу, використання зазначеної методики здійснювалося на всіх уроках із вивчення предмета «Основи здоров'я» (5-9 класи), відповідних тем з біології (8-9 класи), хімії (7-9 класи). З позаурочних форм: факультативні курси, виховні години,

загальношкільні заходи (відзначення Дня боротьби зі СНІД, тижні здоров'я тощо). Для студентів закладів, які забезпечують здобуття загальної середньої освіти (коледжі – відокремлені підрозділи НУБіП України) це: відповідні теми з біології, хімії, медико-санітарної підготовки, безпеки життєдіяльності та виховні години, різноманітні виховні заходи.

Третя педагогічна умова – *насичення навчальних дисциплін і виховних заходів змістом, який підкреслює цінність здоров'я, як необхідної передумови успішної самореалізації*. Питання добору змісту є досить складним і потребує дотримуватися цілої низки вимог, починаючи від виконання функції зацікавленості здобувачів освіти у вивченні певного матеріалу, їх мотивації, відповідності віковим особливостям, спиратися на власний досвід дітей-підлітків тощо. У процесі експериментальної роботи щодо реалізації даної педагогічної умови базувалися на існуючих нормативно-правових документах. Відповідно до законодавства України, основним документом, що визначає зміст освітньої діяльності в галузі загальної середньої освіти, є освітня програма, яка створюється на основі відповідного Державного стандарту загальної середньої освіти (стаття 15 Закону України «Про загальну середню освіту»). Державним стандартом початкової загальної освіти нової української школи (затвердженим постановою Кабінету Міністрів України від 21.02.2018 р. № 87), чітко визначені цілі соціальної і здоров'язбережної освітньої галузі: формування соціальної компетентності та інших ключових компетентностей, активної громадянської позиції, підприємливості, розвиток самостійності через особисту ідентифікацію, застосування моделі здорової та безпечної поведінки, збереження власного здоров'я та здоров'я інших осіб, добробуту та сталого розвитку. Із наведеним перегукується й основна мета освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура» чинного Державного стандарту базової та повної загальної середньої освіти (затверджено постановою Кабінету Міністрів України від 23 листопада 2011 року № 1392), яка полягає у розвитку здоров'язбережувальної компетентності шляхом набуття учнями навичок збереження, зміцнення, використання здоров'я та дбайливого ставлення до нього. Застосування нормативної бази, у процесі реалізації даної педагогічної умови, забезпечила врахування суспільної потреби у реформуванні сучасного змісту освіти із пріоритетом формування здоров'язбережувальної компетентності дітей-підлітків.

Перевірка реалізації цієї педагогічної умови в експериментальних групах здійснювалася шляхом використання відібраного змісту за результатами експертизи із визначення значимості змістових елементів навчальної програми «Основи здоров'я». Експертиза проводилася з використанням діагностико-кваліметричних методів дослідження. Експертам пропонувалося визначити вагомість розділів навчальної програми відносно усього курсу, вагомість тем відносно розділів і питань відносно тем за допомогою м'якого рейтингового оцінювання. Подібні методи поруч із кластерним конструюванням навчальних програм широко розробляються останніми роками С. Сафонцевим і Н. Сафонцевою, а у нашій країні цей напрям розвиває Л. Ващенко.

Для проведення експертизи нами розроблено експертний бланк, до якого включені теми навчальної програми «Основи здоров'я», згруповані у чотири

розділи: «Здоров'я людини», «Фізична складова здоров'я», «Психічна і духовна складові здоров'я», «Соціальна складова здоров'я».

Експертами ми визначили студентів 1-2 курсів відокремлених підрозділів Національного університету біоресурсів і природокористування України: «Бережанський агротехнічний коледж», «Боярський коледж екології і природних ресурсів», «Заліщицький аграрний коледж імені Є. Храпливого», «Мукачівський аграрний коледж», «Ніжинський агротехнічний коледж». Усього були задіяні 357 студентів коледжів. Вибір саме такої категорії експертів здійснювався з декількох причин. По-перше, вікова категорія відповідає учням 10-11 класів закладів середньої освіти та входить до групи «діти-підлітки», виховання валеологічних цінностей у якої ми досліджуємо; по-друге, вони вивчали предмет «Основи здоров'я» під час навчання в 5-9 класах закладів загальної середньої освіти; по-третє, на відміну від учнів шкіл, значна частина студентів проживає у гуртожитках, часто відірвана від батьківської опіки, постійно стикаються із різноманітними викликами та небажаними пропозиціями, частина з них – з невеличких міст і сіл уперше потрапляє до великих міст із значно більшою кількістю спокус. Саме тому ми вважаємо, що ця категорія експертів може ефективніше за інших, ґрунтуючись вже на власному досвіді самотійного життя, визначити важливість вивчення тих чи інших тем, запропонованих шкільною навчальною програмою.

Експертам належало оцінити важливість для вивчення кожного питання теми, розподіливши між ними бали. Аналогічно визначалася важливість вивчення кожної теми в розділі, та важливість розділу. За результатами, отриманими внаслідок експертизи навчальної програми з «Основам здоров'я», під час вивчення відповідних тем із зазначеного предмету в контрольних групах обох закладах середньої освіти, в яких проводилося дослідження, основна увага акцентувалася на вивченні найбільш значущих за оцінками студентів питань, іншим питанням програми відводилися другорядна роль, або вони переносилися на самотійне вивчення. У результаті встановлено зростання рівня знань із зазначеного навчального предмета.

У результаті проведеної експериментальної роботи по впровадженню виокремлених і обґрунтованих нами педагогічних умов з'ясовано, що в експериментальних групах відбулися суттєві позитивні зміни за всіма критеріями і показниками, а в контрольних – суттєвих змін не зафіксовано (таблиця 2).

Таким чином, високий рівень вихованості валеологічних цінностей дітей-підлітків експериментальних груп зріс на 16,9 % (у контрольних знизився на 0,2 %), а низький зменшився на 10,5% (в контрольних зріс на 1,1 %). У процесі дослідно-експериментальної роботи встановлено, що виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків буде ефективним за умов забезпечення готовності учасників освітнього процесу до виховання валеологічних цінностей; залучення учнів, студентів до активної участі в суспільно-корисній діяльності з метою формування життєвих навичок; насичення навчальних дисциплін і виховних заходів змістом, який підкреслює цінність здоров'я, як необхідної передумови успішної самореалізації.

Таблиця 2.

Динаміка рівнів вихованості валеологічних цінностей дітей-підлітків у контрольних та експериментальних групах

Рівні	Контрольна група					Експериментальна група				
	До експерименту		Після експерименту		Динаміка	До експерименту		Після експерименту		Динаміка
	осіб	%	осіб	%		осіб	%	осіб	%	
Високий	34	12,1	33	11,9	-0,2	43	14,7	93	31,6	+16,9
Середній	128	46,3	126	45,4	-0,9	136	46,2	117	39,8	-6,4
Низький	115	41,6	118	42,7	+1,1	115	39,1	84	28,6	-10,5

ВИСНОВКИ

У роботі здійснено теоретичне узагальнення проблеми виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків у процесі навчальної і позаурочної діяльності, на основі ретроспективного аналізу міжнародного досвіду розбудови системи формування здорового способу життя, аналізу кращих вітчизняних проектів запропоновано нове практичне її вирішення, що полягає в обґрунтуванні та експериментальній перевірці ефективності впровадження організаційно-педагогічних умов реалізації методики виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків на основі формування життєвих навичок. Проведене дослідження підтвердило висунуту гіпотезу та дало об'єктивні підстави сформулювати такі висновки:

1. За результатами здійсненого ретроспективного аналізу міжнародного досвіду впровадження системи формування здорового способу життя (health promotion), на основі теоретичного аналізу наукової психолого-педагогічної, соціологічної, медичної літератури з'ясовано, що формування здорового способу життя як система у сучасному вигляді почала формуватися в світі з 1974 року з публікації звіту міністра охорони здоров'я і добробуту Канади М. Лалонда «Новий підхід до охорони здоров'я канадців» («A new perspective on the health of Canadians»). Подальшому розвитку цієї системи сприяли ряд документів, прийнятих Всесвітньою організацією охорони здоров'я: «Оттавська хартія» (1986 р.), Люблінська хартія з реформування охорони здоров'я (1996 р.), Всесвітня декларація охорони здоров'я та Концепція «Здоров'я для всіх у ХХІ столітті» («Здоров'я 21», 1998 р.), які забезпечили набуття формуванням здорового способу життя статусу загальноновизнаної системи дій і наукової дисципліни зі своєю ідеологією, теорією, методологією, методикою і практикою, відповідною системою управління. Також важливу роль відіграв Всесвітній форум з освіти, що відбувався у Дакарі (Сенегал) у квітні 2000 року. На форумі ВООЗ, ЮНІСЕФ, ЮНЕСКО та Світовий банк дійшли згоди про співпрацю з метою упровадження ефективної освітньої програми в галузі здоров'я у загальноосвітніх школах. Прийнята рамка, названа ФРЕШ «Спрямування ресурсів на забезпечення ефективної охорони здоров'я у школі»,

закликає к одночасній реалізації чотирьох важливих ключових компонентів у всіх школах, серед яких й запровадження освіти в галузі здоров'я на основі життєвих навичок (life skills education).

Сучасна система шкільної валеологічної освіти в Україні, якій передували різні за ефективністю спроби включити до шкільної програми питання здорового способу життя, сформувалася в 2005 році й продовжує своє активне становлення і сьогодні. Позитивним є реалізація трьохкомпонентної моделі за якої виховання валеологічних цінностей здійснюється в рамках самостійного навчального предмета, розширюється у відповідних темах інших предметів і доповнюється позаурочною діяльністю.

Конституцією України життя та здоров'я людини визначені як найвищі соціальні цінності. Подібні норми знайшли своє відображення й у новій редакції Закону України «Про освіту», прийнятому у вересні 2017 року. Загалом огляд літератури дозволяє зробити висновок, що для виконання одного з пріоритетних завдань освіти – формування свідомого ставлення учнів до свого здоров'я, конкретним результатом навчання має бути розвиток життєвих (психосоціальних) навичок учнів, зокрема таких, як вміння прийняття рішень, вирішення проблем, творчого та критичного мислення, спілкування, самооцінки та почуття гідності, чинити опір тиску, міжособистісних відносин, подолання емоцій та стресу, співчуття, відчуття громадянина.

2. У науковій педагогічній літературі дедалі частіше зустрічається термін «валеологічні цінності». Адже саме підхід до формування здорового способу життя дітей і підлітків на основі ціннісних орієнтацій на думку більшості фахівців є результативним. Проте проведений огляд літератури показав необхідність уточнення цього терміну. Для визначення сутності поняття «валеологічні цінності дітей-підлітків» нами було застосовано метод експертної оцінки. Грунтуючись на визначенні цінностей як того, що відчуття людей диктують визнати таким, що стоїть над всім і до чого можна прагнути, споглядати, відноситися з повагою, визнанням; визначенні валеології як міжнаукового напрямку знань про здоров'я людини, про шляхи його забезпечення, формування і збереження в конкретних умовах життєдіяльності; та результатах опитування експертів, ми розуміємо, що *валеологічні цінності дітей-підлітків – це світоглядна орієнтація учнів і студентів, що визначає ставлення до здоров'я як до особистої і соціальної вартості та яка виявляється у поведінці, спрямованої на збереження і зміцнення здоров'я людини. До складових валеологічних цінностей дітей-підлітків ми включаємо: ведення здорового способу життя; правильне харчування; фізичну активність; гігієнічні навички; моральність; розумовий і творчий розвиток; соціалізацію, правильне поводження серед людей, нормальні стосунки із близькими; ставлення до природи.*

3. На основі аналізу наукових психолого-педагогічних джерел і відповідно до мети нашого дослідження визначені валідні критерії та показники, які покладено в основу методики діагностики вихованості валеологічних цінностей дітей-підлітків: *когнітивний* (поінформованість про комплексний підхід до визначення здоров'я, розуміння його природи та чинників, які на нього впливають; готовність до ведення здорового способу життя; наявність рівня

знань, необхідного для формування власної системи здорового способу життя), *ціннісний* (сформованість ставлення до здоров'я як до однієї із найважливіших життєвих цінностей; негативне ставлення до тютюнокуріння, вживання алкоголю, наркотиків; позитивне ставлення до цінностей здорового способу життя (активна життєва позиція; задоволення процесом навчання, фізичний і духовний комфорт, повноцінний відпочинок; збалансоване раціональне харчування; регулярна рухова активність; психофізіологічне задоволення в сім'ї; прагнення до економічної і матеріальної незалежності; дотримання особистої гігієни, раціонального добового режиму; відсутність шкідливих звичок), *емоційно-мотиваційний* (усвідомлення потреби в турботі про своє здоров'я; намір дотримуватися здорового способу життя, не вживати алкоголь і інші наркотики; намір утримуватися від позашлюбних статевих стосунків), *діяльнісний* (уміння розв'язувати конфлікти, відстоювати свою точку зору; уміння відмовитися від пропозиції вжити алкоголь, спробувати інші наркотики, сказати «ні» на інші небажані пропозиції; уміння прийняти усвідомлене рішення щодо створення індивідуальної системи здорового способу життя).

4. Спираючись на визначені критерії і показники сформовано трирівневу шкалу діагностики вихованості валеологічних цінностей дітей-підлітків – високий, середній і низький рівні. Кількісні та якісні результати констатувального етапу дослідження засвідчили, що значна частина контрольних груп учнів і студентів мають низький рівень сформованості валеологічних цінностей – 42,7 %, середній рівень встановлено у 45,4 %, а високий – лише 11,9 %. Такий рівень сформованості валеологічних цінностей корелюється й з оцінками фахівців стану здоров'я цієї вікової категорії дітей-підлітків: за даними Міністерства охорони здоров'я України понад 70% випускників наших шкіл мають рівень здоров'я нижче за середні показники.

5. Теоретично обґрунтовано та експериментально перевірено педагогічні умови виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків на основі формування життєвих навичок у процесі навчання та позаурочній діяльності.

На основі проведеного аналізу літературних джерел і результатів експерименту ми виокремили наступні педагогічні умови виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків у процесі навчальної і позаурочної діяльності: забезпечення готовності учасників освітнього процесу до виховання валеологічних цінностей; залучення учнів, студентів до активної участі в суспільно-корисній діяльності з метою формування життєвих навичок; насичення навчальних дисциплін і виховних заходів змістом, який підкреслює цінність здоров'я, як необхідної передумови успішної самореалізації.

Проведений експеримент переконливо довів важливість забезпечення наведених педагогічних умов для підвищення ефективності виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків.

За результатами дослідження розроблено рекомендації щодо підвищення ефективності виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків у процесі навчальної і позаурочної діяльності і рекомендації щодо відбору змісту освіти для навчання здоровому способу життя у закладах загальної середньої освіти, інших закладів, які забезпечують здобуття загальної середньої освіти.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми виховання

валеологічних цінностей дітей-підлітків. *Потребують подальшого вивчення нові кращі вітчизняні та зарубіжні методики формування здорового способу життя, мотивації на його ведення.* Враховуючи актуальність зазначеної теми, *рекомендовано* при розробленні державних стандартів базової і повної загальної середньої освіти передбачити окрему здоров'язбережну освітню галузь, включити відповідні факультативні курси до програм підготовки здобувачів вищої освіти усіх спеціальностей, у першу чергу, педагогічного спрямування.

СПИСОК ПУБЛІКАЦІЙ

Публікації, в яких опубліковані основні наукові результати дослідження:

1. Єресько О.В. Ретроспективний аналіз міжнародного досвіду виховання валеологічних цінностей у підростаючого покоління. Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України / Серія «Педагогіка. Психологія. Філософія» / редкол.: Ніколаєнко С.М. (відп. ред.) та ін. – К.: Міленіум 2015. – вип. 208. – Ч. 2. – стор. 396-402.

2. Єресько О.В. Сутність поняття «валеологічні цінності». Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України / Серія «Педагогіка. Психологія. Філософія» / редкол.: Ніколаєнко С.М. (відп. ред.) та ін. – К.: Міленіум 2015. – вип. 209. стор.

3. Єресько О.В. Шляхи підвищення ефективності виховання валеологічних цінностей. Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України / Серія «Педагогіка. Психологія. Філософія» / редкол.: Ніколаєнко С.М. (відп. ред.) та ін. – К.: Міленіум 2015. – вип. 230. стор. 57-62.

4. Єресько О.В. Сутність і структура методики виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків на основі життєвих навичок. Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України / Серія «Педагогіка. Психологія. Філософія» / редкол.: Ніколаєнко С.М. (відп. ред.) та ін. – К.: Міленіум 2016. – Вип. 239. стор. 71-79.

5. Єресько О.В. Педагогічні умови реалізації методики виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків на основі формування життєвих навичок. Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України / Серія «Педагогіка. Психологія. Філософія» / редкол.: Ніколаєнко С.М. (відп. ред.) та ін. – К.: Міленіум 2017. – Вип. 277. стор. 83-88.

6. Єресько О.В. Формування валеологічних цінностей дітей-підлітків у процесі виховуючого навчання. Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання у підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми // Зб.наук.пр. – випуск 52, /ред. кол. – Київ-Вінниця: ТОВ фірма «Планер», 2018. – стор. 332-340.

Опубліковані праці апробаційного характеру:

7. Єресько О.В. Сутність поняття «валеологічні цінності» у контексті формування особистості школяра». Розвиток сучасної освіти: теорія, практика, інновації: зб. матеріалів II Міжнар. наук.- практ. конф., Київ, 25-26 лютого 2016 р. – К.: Міленіум, 2016. стор. 124-125.

8. Єресько О.В. Ретроспективний аналіз міжнародного досвіду виховання валеологічних цінностей. Матеріали Міжнародного симпозиуму «Освіта і здоров'я підростаючого покоління»: Зб. наук. праць. / Київ, 2016. / Вип. 1. стор. 19-22.

9. Єресько О.В. Педагогічні умови підвищення ефективності шкільної валеологічної освіти. Матеріали II Міжнародного симпозиуму «Освіта і здоров'я підростаючого покоління»: Зб. наук. праць. / Київ, 2018. / Вип. 2. стор. 27-29.

Публікації, які додатково відображають наукові результати дисертації:

10. Кlich Л.В., Єресько О.В., Кlich Р.П. Опыт создания здоровьесберегающей среды в учреждениях высшего образования. Материалы XI Международной научно-методической конференции «Перспективы развития высшей школы» редкол.: В. К. Пестис [и др.]. – Гродно: ГГАУ, 2018, стр. 54-61.

11. Кlich Л.В., Єресько О.В., Кlich Р.П. Аналіз розподілу студентів відокремлених підрозділів НУБіП України на спеціальні медичні групи/ Цілі сталого розвитку третього тисячоліття: виклики для університетів наук про життя. Матеріали міжнародної науково-практичної конференції. Том 4. Секція №5 «Якість освіти та гуманітарні науки в умовах трансформації суспільства». Ніколаєнко С.М (відповідальний редактор) та інші. К.: НУБіП України, 2018 р., стор. 136-138.

АНОТАЦІЇ

Єресько О. В. Виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків у процесі навчальної і позаурочної діяльності. - Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук за спеціальністю 13.00.07 «Теорія і методика виховання». – Національний університет біоресурсів і природокористування України, Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля, Київ, 2018.

Дисертаційна робота присвячена виокремленню, обґрунтуванню та експериментальній перевірці педагогічних умов виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків у навчальній і позаурочній роботі. Здійснено теоретичний та практичний аналіз науково-педагогічної літератури з проблеми дослідження.

Висвітлено сутність і структуру базового поняття дослідження «валеологічні цінності дітей-підлітків». Розкрито соціальну потребу виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків у процесі навчальної і позаурочної діяльності.

Визначено критерії (когнітивний, ціннісний, емоційно-мотиваційний і діяльнісний), показники та охарактеризовано рівні вихованості валеологічних цінностей дітей-підлітків.

Теоретично обґрунтовано та експериментально перевірено ефективність організаційно-педагогічних умов виховання валеологічних цінностей дітей-підлітків.

Ключові слова: виховання валеологічних цінностей, життєві навички, здоров'я, здоровий спосіб життя, освіта на основі життєвих навичок, формування здорового способу життя.

Ересько О.В. Воспитание валеологических ценностей детей-подростков в процессе учебной и внеурочной деятельности. - Квалификационный научный труд на правах рукописи.

Диссертация на получение научной степени кандидата педагогических наук за специальностью 13.00.07 «Теория и методика воспитания». – Национальный университет биоресурсов и природопользования Украины.

Диссертация посвящена определению, обоснованию и экспериментальной проверке педагогических условий воспитания валеологических ценностей детей-подростков в учебной и внеурочной работе. Осуществлен теоретический и практический анализ научно-педагогической литературы по проблеме исследования.

Освещены сущность и структура базового понятия исследования «валеологические ценности детей-подростков». Раскрыто социальную потребность воспитания валеологических ценностей детей-подростков в процессе учебной и внеурочной деятельности.

Определены критерии (когнитивный, ценностный, эмоционально-мотивационный и деятельностный), показатели и охарактеризованы уровни сформированности валеологических ценностей детей-подростков.

Теоретически обоснована и экспериментально проверена эффективность организационно-педагогических условий воспитания валеологических ценностей детей-подростков.

Ключевые слова: воспитание валеологических ценностей, жизненные навыки, здоровье, здоровый образ жизни, образование на основе жизненных навыков, формирования здорового образа жизни.

Yeresko O.V. Education of valeological values of children-teenagers in the process of educational and extra-curricular activities. - Qualifying scientific work on the rights of manuscripts.

Dissertation for the Degree of the Candidate of Pedagogical Sciences (PhD) in specialty 13.00.07. Theory and Methodology of education. – National University of Life and Environmental Sciences of Ukraine, Volodymyr Dahl East Ukrainian National University, Kyiv, 2018.

The dissertation is devoted to the isolation, substantiation and experimental verification of the pedagogical conditions of education of valeological values of children-adolescents in educational and extra-curricular work. The theoretical and practical analysis of scientific and pedagogical literature on the research problem is carried out. The essence and structure of the basic concept of research "valeological values of children-teenagers" are highlighted. The social need of education of valeological values of children-adolescents in the process of educational and extra-curricular activity is revealed.

The criteria (cognitive, value, emotional and motivational and activity), indicators and the level of education of valeological values of children-adolescents are defined. The effectiveness of organizational and pedagogical conditions for the education of valeological values of children-adolescents has been theoretically substantiated and experimentally verified.

Keywords: education of valeological values, life skill, life skills education, health, healthy lifestyle, health promotion.