

## **Діалогічні методи у формуванні ціннісного ставлення підлітків до власного фізичного здоров'я**

Показником соціально-економічного становища суспільства, цивілізованості держави – є здоров'я нації.

Підлітковий вік – складний етап у процесі становлення та розвитку особистості. Цей етап характеризується незрілістю суджень, імпульсивністю, бажанням приймати власні рішення, зміною моделі поведінки, пошуком власного «Я» у світі. Саме у цей період відбувається переоцінка цінностей, формування ставлення до себе та оточуючих, становлення ціннісних орієнтацій, які у подальшому детермінуватимуть поведінку зрілої особистості.

Особливістю підліткового віку є сильні коливання емоційного стану, страх зіткнення з реаліями життя, відчуженість у спілкуванні з дорослими та прагнення всебічної підтримки в однолітків. Тому набуває актуальності проблема підбору тих методів навчання та виховання, які забезпечують рівнозначну взаємодію всіх учасників освітнього процесу. Адже, на часі важливим є збереження здоров'я учнів за допомогою впровадження особистісно орієнтованих технологій навчання, які сприятимуть усвідомленню ідеї, що найвища цінність як кожної окремої людини так і держави, та формуванню ціннісного ставлення до власного здоров'я.

Державна політика у сфері охорони здоров'я молодого покоління, його збереження і зміцнення простежується у низці нормативно-правових документів, зокрема у Державній національній програмі «Діти України», Національній стратегії розвитку освіти в Україні на 2012-2021 рр.; Міжгалузевій комплексній програмі “Здоров'я нації”, Національній доктрині розвитку фізичної культури і спорту, Концепції загальнодержавної цільової

соціальної програми “Здорова нація”, Основних орієнтирах виховання учнів 1-11 класів загальноосвітніх навчальних закладів.

У зв'язку з цим освітній процес повинен бути направлений на розширення теоретичних знань учнів про здоров'я, шляхи, що забезпечують його зміцнення, чинники, що викликають погіршення його стану та практичних умінь та навичок, які виявляються у поведінці особистості, яка сприятиме збереженню власного здоров'я.

З цією метою у загальноосвітніх навчальних закладах широко впроваджуються здоров'язберігаючі технології, які «дозволяють зберігати наявний стан учнів, формувати більш високий рівень їхнього здоров'я, навичок здорового способу життя, здійснювати моніторинг показників індивідуального розвитку, прогнозувати можливі зміни здоров'я і проводити відповідні психолого-педагогічні, корегувальні, реабілітаційні заходи з метою забезпечення успішності навчальної діяльності та її мінімальної фізіологічної «вартості», поліпшення якості життя суб'єктів освітнього середовища [1, с. 2].

Особливістю реалізації здоров'язберігаючих технологій у сучасному навчально-виховному процесі – є міжособистісне спілкування. Застосування діалогічних методів дозволяє учителю та учням постійно знаходитися у тісній взаємодії, при цьому можливе залучення до навчально-виховного процесу велику кількість співрозмовників. До діалогічних методів відносять: бесіду, диспут, дискусію, аналітичне обговорення проблеми.

Важливим є те, що учасники мають змогу висловити свої думки, розкрити рівень усвідомлення досліджуваної проблеми. Точка зору, яку висловлює підліток у процесі обговорення відображає ставлення особистості до питання, розкриває систему його ціннісних орієнтацій. Вдало проведена, продуктивна дискусія має велике виховне значення, вона розкриває більш глибоке бачення проблеми та направлена на формування світогляду вихованців. «Одне з головних значень дискусій – не стільки глибоке і всебічне вирішення проблеми, скільки спонукання учасників замислитися

над нею, і тим самим самоздійснити перегляд своїх переконань і уявлень, уточнити і визначити свою позицію, навчитися аргументовано відстоювати власну точку зору і в той же час усвідомлювати право інших мати свій погляд на обговорювану тему, бути індивідуальністю» [4, с. 190].

В. Масич зазначає, що використання діалогічних методів, коли кожен учасник керується власною ініціативою, доводить і обґрунтовує своє бачення досліджуваної проблеми, сприяють утвердженню у кожного учасника «своєї концепції, часто навіть збереження власної, відмінної від інших, думки, але підживлення новими знаннями, виправленими та уточненими» [2, с. 55]. Їх застосування сприяє формуванню цілісного уявлення про питання, що обговорюється, створенню ситуації, коли знання і переконання стають власним надбанням учнів.

Діалогічні методи перетворюють підлітків на суб'єктів освітнього процесу. Вони отримують знання, уміння, навички, що направлені на розвиток їх пізнавальних можливостей, зокрема у здобуванні, аналізі та застосуванні інформації, перенесені власних надбань у повсякденне життя. За таких умов педагог виступає як організатор, консультант, безпосередній учасник освітнього процесу, що забезпечує демократичне, рівноправне партнерство всіх учасників. Підлітки приймають важливі рішення щодо навчально-виховного процесу, мають можливість спілкуватися та обирати цікаві для них види діяльності [3, с. 12-13].

Цінним у застосуванні таких методів є те, що інтерес самого учня до теми, яка досліджується, слугує внутрішньою мотивацією до пізнання, розширення знань, а саме вони лежать в основі сприйняття довкілля, а відповідно забезпечують формування їх ставлення до визначеної проблеми. Ставлення сприяє оцінці світу, що оточує. Обговорення проблеми здоров'я під час міжособистісного спілкування, дає змогу пересвідчитися кожному підлітку, що здоров'я – це не лише власна цінність окремої особистості, а цінність, що важлива для всіх. Таким чином, діалогічні методи сприяють забезпеченню взаємовпливу особистісних цінностей на загальнолюдські та

навпаки. Як показує педагогічний досвід за таких умов формується усвідомлене ціннісне ставлення до власного фізичного здоров'я я до загальнолюдської, загальнодержавної цінності.

Діалогічні методи у виховній діяльності допомагають сформувати у підлітків навички: думати та оцінювати події, явища, інформацію; осмислювати та усвідомлювати сутність речей; прогнозувати наслідки як власних вчинків, так і вчинків оточуючих; аргументовано мотивувати свої дії та поведінку. Застосування діалогічних методів сприяють усвідомленню учнями загальнолюдських цінностей їх перетворення на власні надбання.

### **Література:**

1. Бойченко Т. Валеологія – мистецтво бути здоровим / Т. Бойченко // Здоров'я та фізична культура. – 2005. – №2. – С. 1–4.,
2. Масич В. В. Досвід використання діалогічного навчання в практиці сучасної вищої школи / В. В. Масич // Педагогіка та психологія. – 2013. – Вип. 43. – С. 54–63. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/znpkhnpu\\_ped\\_2013\\_43\\_11](http://nbuv.gov.ua/UJRN/znpkhnpu_ped_2013_43_11)
3. Пометун О. І. та ін. Сучасний урок. Інтерактивні технології навчання: Наук.-метод. посібн./ О. І. Пометун, Л. В. Пироженко. За ред. О. І. Пометун. – К.: Видавництво А.С.К., 2004. – 192 с.
4. Шкільняк Л.І. Дискусія як метод інтерактивного навчання у вищій медичній школі/ Вісник Вінницького національного медичного університету 2015, № 1 Т.19 С 189–192,