

стовувати асоціативні зв'язки навчальних понять, забирає менше часу ніж на конспектування, дозволяє розвинути творче мислення, розвиває логіку і вміння згортати весь навчальний матеріал до найважливішого, підвищує якість та інтенсивність навчання, тренує пам'ять, підвищує концентрацію уваги, поєднує логіку і креативність, відкриває нестандартні способи мислення, процес генерації ідей стає швидшим і ефективнішим тощо [8, с. 16-17].

Ментальні карти можна створювати як самостійно, так і використовуючи різноманітні програми. Наразі є велика кількість сервісів для створення ментальних карт: Caco.com, Comapping, Coogle, FreeMind, FreeMindMap-Freeware, The Personal Brain, XMind, BubblUs, Dabbleboard, Fishbone, iMindMap, Popplet, SpiderScribe, MindMeister, Mind42, Mindomo Basic, MAPMYself, LOOPY, Wisemapping, Concept Draw Mind Map та ін. Усі вони мають однакову логічну структуру, різняться лише особливостями графіки й дизайном побудови структурних елементів.

Таким чином, використання ментальних карт під час дистанційного навчання здобувачів вищої освіти має свої переваги, які сприяють самостійному опрацюванню навчального матеріалу, скороченню часу на конспектування, створенню когнітивних образних схем за різними темами, які допомагають краще запам'ятовувати й відтворювати потрібні знання, підвищують мотивацію до навчання, допомагають створювати довготривалі мнемічні асоціативні зв'язки з уже вивченими попередніми темами, що значним чином позначається на тривалості та якості засвоєння і збереження опрацьованого навчального матеріалу.

Список використаної літератури

1. Барабаш-Ревак О. Візуалізація мислення у процесі викладання УМІ: ментальні мапи. ТЕКА Komisji Polsko-Ukraińskich Związków Kulturowych. 2021. 6(16). С. 117 – 136. <https://doi.org/10.31743/tpuzk.12919>
2. Заїка В.М., Клевака Л.П., Чернов А.А. Проблема вивчення когнітивних карт міста в психологічній науці. International scientific and practical conference «Prospects for the development of psychology as a science in EU countries and Ukraine»: Conference proceedings, February 1–2, 2019. Warsaw: Izdevnieciba «Baltija Publishing». P. 115 – 118.
3. Заїка В.М. Створення ментальних карт України в якості сприяння соціо-культурному розвитку її території. Моделі соціокультурного розвитку території: перспективи та можливості у світлі історичної спадщини сучасного та майбутнього: матеріали міжн. наук.-практ. конф., м. Суми, 25-27 вересня 2019 р.: у 2 т. Т. 1. Суми: СНАУ, 2019. С. 103 – 107.
4. Кіндрат І. Використання інтелект-карт у плануванні та організації освітнього процесу. Нова педагогічна думка. 2012. №4. С. 153 – 156.
5. Машкіна В. В. Використання ментальних карт як інноваційних засобів викладання географії. Проблеми безперервної географічної освіти і картографії. 2012. Вип. 16. С. 72–76.
6. Мерзлякова О. Використання ментальних карт (mind-map) в психолого-педагогічному супроводі розвитку учнівської молоді. Професійно-технічна освіта. 2012. №1. С. 41 – 44.
7. Оксентюк Н.В. Можливості застосування ментальних карт у навчальному процесі. Технології навчання. 2015. №15. С. 194-208.
8. Позднякова Т.Є. Візуалізація та структурування інформації за допомогою ментальних карт на уроках біології: науково-методичний посібник. Рівне: РОІППО, 2018. 50 с.
9. Саган О.В., Раєвська І.М., Блах В.С. Ментальні карти як метод покращення якості навчальних результатів здобувачів освіти. Інноваційна педагогіка. 2021. Вип. 35. С. 125 – 128.

ДОЦІЛЬНІСТЬ УПРОВАДЖЕННЯ КУРСУ «ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я» В ОСВІТНІЙ ПРОЦЕС НАВЧАЛЬНО-НАУКОВОГО ЦЕНТРУ З ПІДГОТОВКИ ІНОЗЕМНИХ ЗДОБУВАЧІВ

Савицька Т.В., Горбенко Є.В., Маджар Н.М.

Полтавський державний медичний університет

Висвітлено питання доцільності введення в навчальний план навчально-наукового центру ознайомчого курсу «Основи здоров'я». Розглядаються мета, завдання, матеріали і прогнозовані результати впровадження нової дисципліни. Обґрунтовано актуальність і необхідність формування відповідальності здобувачів за здоров'я своє й оточення.

Ключові слова: здобувач освіти, курс «Основи здоров'я», життєзабезпечувальні навички, здоров'язберігальна компетентність.

The article highlights the question of the expediency of entering into the curriculum The Educational and Research Center for Foreign Citizens Training an introductory course "Fundamentals of Health". The purpose, objectives, materials and projected results of the introduction of the new discipline are considered. The relevance and necessity of forming the responsibility of applicants for the health of their own and others are substantiated.

Keywords: obtaining education, the course "Fundamentals of Health", life-supporting skills and health-saving competence.

Умови сучасного рівня розвитку інформаційного, демократичного і громадянського суспільства зумовлюють необхідність формування самодостатньої особистості, здатної критично мислити, самостійно приймати рішення й розв'язувати соціальні проблеми. Навчання й виховання здобувачів вищої освіти (вітчизняних та іноземних) покликане створити умови для набуття й розвитку соціально значущих компетенцій, зокрема вміння адаптуватися до змін навколишнього середовища. Адаптація іноземних здобувачів до нового соціокультурного середовища – досить складний і довготривалий процес, провідна роль у якому належить викладачам початкового етапу навчання. Викладацький склад навчально-наукового центру перебуває в постійному пошуку шляхів удосконалення процесу навчання, створення нових програм і навчальних курсів, які допоможуть іноземним здобувачам освіти швидко адаптуватися до нових умов і вимог, сприятимуть підвищенню якості їхньої підготовки до подальшого навчання

в закладі вищої освіти.

Навчати ефективно можна лише за умови довіри. Важливо навчитися оцінювати знання не за академічними балами, а за тим, наскільки в окремого здобувача освіти розвинене неординарне мислення, яке в майбутньому він застосовуватиме в певній галузі. Іноземні громадяни першого року навчання потребують супроводу для формування в них позитивного сприйняття оточення. Слухачі мають чітко розуміти, де і як у майбутньому будуть застосовувати свої знання й навички.

Перевага освіти перед іншими суспільними сферами полягає в тому, що взаємодія відбувається з молоддю, яка має інше мислення. Це не тільки любов до гаджетів і непосидючість, це необхідність жити у швидшому темпі, в умовах набагато ширшої свободи й необхідності приймати самостійні рішення. Чи не найважливіша вимога до сьогоднішнього педагога – гнучкість, здатність до розвитку як один зв шляхів до порозуміння зі студентами.

Війна змінила плани переважної більшості українських працівників освіти. Падаючи на будівлі університетів, бомби частково зруйнували й саму систему освіти, що дало поштовх до реформування й упровадження великої кількості інновацій в українську систему вищої освіти. Складність завдання полягає в тому, щоб, модернізуючи систему, використати кращі західні практики й не втратити позитивних аспектів власного досвіду. Кожна зміна в програмах певних дисциплін має пройти крізь фільтр актуальності XXI століття.

На сьогодні кожен педагог чітко усвідомив, що наше суспільство не захищене від викликів і проблем: нам судилося жити в цей непростий час, працювати в несприятливих умовах, тому ми маємо вносити зміни до навчальних планів і програм з урахуванням нових життєвих реалій.

З огляду на ланцюг подій останніх років вважаємо за доцільне ввести в навчальний план доуніверситетської підготовки іноземних громадян предмет «Основи здоров'я», який, на нашу думку, конче потрібен інокомунікантам, вихідцям із різних країн Африки й Азії. Оволодіння знаннями про здоров'я й безпеку, практичними навичками здорового способу життя й безпечної поведінки, виховання ціннісного ставлення до життя і здоров'я допоможуть їм легше адаптуватися до нових побутових умов; підготують до подальшого навчання й набуття компетентностей XXI століття щодо здоров'я, безпеки й соціальної інтеграції.

Досвід роботи з іноземними студентами арабських і африканських країн свідчить про недостатню сформованість компетентності щодо збереження здоров'я. Опинившись у незвичних для себе умовах без досвіду самостійного життя, здобувач освіти потребує підтримки й супроводу. Зазвичай ці обов'язки покладені на куратора групи, який покликаний скорегувати вже сформовану здатність особи застосовувати всі належні компетенції в конкретних життєвих і навчальних умовах та обставинах на користь збереження, зміцнення й формування здоров'я. З початком пандемії Ковід-19 стало зрозумілим, що у стресовій ситуації студенти стають абсолютно безпорадними не лише через стрес, а й через відсутність належних навичок, які формуються в сім'ї та школі.

Метою впровадження курсу «Основи здоров'я» є розвиток і соціалізація особистості здобувачів освіти, формування навичок практичного використання досвіду, здобутого за допомогою читання іноземною мовою, формування екологічного мислення й поведінки, творчих здібностей, дослідницьких і життєзабезпечувальних навичок, здоров'язберігальної компетентності на основі оволодіння ними знаннями про здоров'я й безпеку, практичними навичками здорового способу життя й безпечної поведінки; виховання ціннісного ставлення до життя і здоров'я; сприяння здатності до саморозвитку й самонавчання в умовах глобальних змін і викликів.

Провідним чинником розвитку такої особистості є формування вмінь здобувачів застосовувати знання в реальних життєвих умовах, для розв'язку практичних завдань і здатності визначати й обґрунтовувати власну життєву позицію. Головним засобом реалізації вказаної мети є компетентнісний підхід і студентоцентричні технології.

Для реалізації означеної мети завданням предмета «Основи здоров'я» є формування відповідальності за здоров'я, добробут, безпеку, навколишнє середовище, стабільність у майбутньому і розвиток уміння зарадити собі через власну й культурну ідентифікацію, активну громадянську позицію, підприємливість, усвідомлення цінності життя крізь призму фізичного, психічного, соціального й духовного розвитку.

Завдання курсу «Основи здоров'я»:

- формування в здобувачів мотивації дбайливого ставлення до життя і здоров'я;
- формування в майбутніх студентів стійких переконань щодо пріоритету здоров'я як основної умови реалізації фізичного, психічного, соціального й духовного потенціалу людини з урахуванням її індивідуальних особливостей;
- виховання в здобувачів бережливого, дбайливого й усвідомленого ставлення до власного здоров'я як однієї з найвищих людських цінностей, потреби самопізнання і всебічного самовдосконалення;
- розвиток активної громадянської позиції здобувачів, спрямованої на збереження життя і зміцнення здоров'я згідно з основними принципами й закономірностями життєдіяльності людини в природному й соціальному середовищах;
- формування сталої мотиваційної установки на здоровий спосіб життя як провідної умови збереження і зміцнення здоров'я;
- підготовка здобувачів до збереження життя і зміцнення всіх складових здоров'я майбутніх пацієнтів згідно з основними принципами, шляхами й методами;
- навчання здобувачів методам самозахисту в умовах загрози життю;
- навчання здобувачів методам самооцінки й контролю стану й рівня здоров'я протягом усіх років навчання;
- розвиток життєвих навичок здобувачів, спрямованих на заохочення вести здоровий спосіб життя [3].

Навчальна програма курсу побудована на основі поєднання елементів знань і практичної діяльності щодо збереження й захисту життя і зміцнення здоров'я людини. До кожного розділу програми визначено бажані результати навчання, спрямовані на досягнення здобувачами здоров'язберігальної, соціальної, загальнокультурної й інших компетентностей. Зміст навчального матеріалу в програмі можна розділити на дві частини: понятійну й діяльнсну, які містять вправи для відпрацювання ключових умінь і формування навичок збереження життя і зміцнення здоров'я. Виконання зазначених вправ є обов'язковим елементом занять із відповідної тематики. Ураховуючи те, що іноземні слухачі лише почали вивчати українську мову, їм пропонується базовий текст із рядом перед- і після текстових вправ, які виконуються аудиторно. Під час самостійної роботи слухач переглядає презентації,

виконує завдання, опрацьовує рекомендовані додаткові матеріали.

За необхідності матеріал курсу може змінюватися, доповнюватися або скорочуватися з урахуванням авторського викладу, необхідності своєчасного реагування на конкретні умови, в яких відбувається навчально-виховний процес (наближення епідемій, стихійне лихо, інфекційні хвороби, початок воєнних дій тощо).

Конкретним результатом навчання має стати розвиток здоров'язберігальних компетенцій здобувачів освіти, поглиблення життєвих навичок (зокрема прийняття рішень, розв'язання проблем, творчого і критичного мислення, спілкування, самооцінки, протистояння негативному психологічному впливові, подолання негативних емоцій і стресу, а також розвиток співчуття й відчуття себе важливою особистістю), усвідомлення здобувачами необхідності відповідати за життя, здоров'я, безпеку й добробут свої та оточення.

Освітні заклади мають потужний виховний і здоров'язберігальний потенціал. При цьому позитивне сприйняття студентського життя здобувачами розглядається як ресурс для забезпечення здоров'я і благополуччя, тоді як негативне його сприйняття може бути фактором ризику, що впливає на їхнє фізичне і психічне здоров'я. У ситуації позитивного клімату, що передбачає наявність прогресивних, доброзичливих, дбайливих викладачів, спостерігається не тільки вища успішність, а й краща турбота слухачів про своє здоров'я.

Для актуалізації в молоді цінності здоров'я, формування поведінкових установок, необхідних для його збереження і зміцнення, у закладі освіти на всіх рівнях має систематично відбуватися послідовна, цілеспрямована й комплексна навчально-виховна робота. Здобувачі освіти мають бути охоплені програмами з мотивації до здорового способу життя, профілактики вживання психоактивних речовин, збереження репродуктивного здоров'я. На зміну застарілим методам навчання приходять методики, які враховують прогнозовані ризики в навчальному процесі.

Перший адаптивний рік навчання є, за відчуттями іноземного здобувача освіти, стресовим і складним, тому доцільним буде ґрунтовний аналіз актуальних питань, що виникають у процесі адаптації, збереження і зміцнення здоров'я, формування вмінь і навичок самостійно ухвалювати зважені рішення, ефективно спілкуватися, адекватно висловлювати свої почуття й емоції, критично мислити, чинити опір негативному впливові й тиску з боку однолітків і дорослих, обирати моделі поведінки, що сприяють збереженню здоров'я. Супровід викладача набуває особливого значення. Саме педагог покликаний донести до здобувача освіти важливість нетравматичного сприйняття безлічі адаптивних питань і проблем. Багато іноземних студентів несвідомо, а іноді й свідомо приносить здоров'я в жертву досягненню інших цілей – розвагам, отриманню задоволення (від куріння або вживання наркотиків), неефективному навчанню.

Підсумуємо, що метою впровадження на доуніверситетському етапі навчання іноземних здобувачів освіти курсу «Основи здоров'я» є формування відповідальності за своє здоров'я, добробут і безпеку в новій країні; визначення чіткої орієнтації на захист навколишнього середовища; оволодіння основами здорового способу життя; життєвими навичками розвитку самозарадності; ознайомлення з алгоритмом дії в надзвичайних ситуаціях. Важливим завданням викладача початкового етапу навчання є постійний супровід слухачів, своєчасне виявлення проблем адаптації й допомога в їх розв'язанні. Інформативне наповнення курсу «Основи здоров'я» здатне забезпечити формування здоров'язберігальної компетентності здобувачів освіти; розширити їхнє уявлення про безпеку життєдіяльності та її взаємозв'язок зі способом життя й навколишнім середовищем; сприяти засвоєнню правил безпечної поведінки в природному й техногенному середовищі; допоможе навчити користуватися засобами захисту в небезпечних ситуаціях, пришвидшити адаптацію здобувачів освіти до нових умов життя.

Список використаної літератури

1. Абаскалова Н. П. Теория и практика формирования здорового образа жизни учащихся и студентов в системе „школа – вуз” : автореф. дис. на соиск. учен. степ. д-ра.пед. наук : спец. 13.00.01 „Загальна педагогіка та історія педагогіки” / Н. П. Абаскалова. – Барнаул, 2000. – 40 с.
2. Кириленко С.В. Уроки здоров'я. – Х.: Скорпіон, 2004. – С. 5.
3. Єресько О. В. Особливості змісту шкільного предмета “Основи здоров'я” / О. В. Єресько // Основи здоров'я і фізична культура. – 2005. – № 2. – С. 8 – 11.
4. Отрощенко П.Г. Хочу быть здоровым. – К.: Лыбидь, 1991. – 336 с.
5. ANNEX to the Proposal for a Council Recommendation on Key Competences for Lifelong Learning. URL: <https://ec.europa.eu/education/sites/education/files/annex-recommendation-key-competences-lifelong-learning.pdf>. (date of access: 03.11.2022).