

ФОРМУВАННЯ В УЧНІВ ПТНЗ КУЛІНАРНОГО ПРОФІЛЮ ЗНАТЬ ТЕХНОЛОГІЙ РАЦІОНАЛЬНОГО ХАРЧУВАННЯ

специвипуск. – К., 2012. – С.6 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://shvidko172.narod.ru/olderfiles/2/download_free.pdf

3. Закон України “Про загальну середню освіту” (Відомості Верховної Ради України (ВВР), 1999, №28, ст. 230) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/651-14>

4. Кремень В. Освіта в контексті цивілізаційних змін // Шлях освіти. – 2012. – №4(58). – С. 2 – 4.

5. Навчальні програми. 1 клас: методичні рекомендації щодо організації навчально-виховного

процесу в 2016/2017 навчальному році з коментарем відповідних фахівців. – Х: Вид-во “Ранок”, 2016. – 160 с.

6. Сухомлинский В.А. Избранные произведения: В 5-ти т. – Т. 1: К.: Радянська школа, 1976. – 686 с.

7. Сухомлинский В.А. Избранные произведения: В 5-ти т. – Т. 2: К.: Радянська школа, 1976. – 718 с.

8. Сухомлинський В.О. Серце віддаю дітям / В.О. Сухомлинський. – К.: Рад. школа, 1985. – 189 с.

9. Сучасний словник інішомовних слів / Укладачі: О.І. Скопненко, Т.В. Цимбалюк. – К.: Довіра, 2006. – С. 309.

Стаття надійшла до редакції 20.09.2016

УДК 377.3:641.5:6132

Людмила Мартиненко, старший викладач вищої категорії Вищого комерційного училища Київського національного торгово-економічного університету, відмінник освіти України, аспірант Інституту педагогічної освіти і освіти дорослих НАПН України, м. Київ

ФОРМУВАННЯ В УЧНІВ ПТНЗ КУЛІНАРНОГО ПРОФІЛЮ ЗНАТЬ ТЕХНОЛОГІЙ РАЦІОНАЛЬНОГО ХАРЧУВАННЯ

У статті розглядаються головні пріоритети сучасного процесу навчання, розвиток у молоді здібності пристосовуватися до гнучких умов ринку, забезпечення їх знаннями, які дають їм можливість більш ефективно працювати на малих і середніх підприємствах, формування умінь організовувати роботу на підприємствах, налагоджувати і підтримувати тісні зв'язки між навчальними закладами і суспільством.

Ключові слова: ринок праці, ПТНЗ, робітник, раціональне харчування, діяльність.

Рис. 1. Літ. 16.

Людмила Мартыненко, старший преподаватель высшей категории Высшего коммерческого училища Киевского национального торгово-экономического университета, отличник образования Украины, аспирант Института педагогического образования и образования взрослых НАПН Украины, г. Киев

ФОРМИРОВАНИЕ В УЧАЩИХСЯ ПТУЗ КУЛИНАРНОГО ПРОФИЛЯ ЗНАНИЙ ТЕХНОЛОГИЙ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ

В статье рассматриваются главные приоритеты современного процесса обучения: развитие у молодых людей способности приспосабливаться к гибким условиям рынка, обеспечение их знаниями, которые дают им возможность более эффективно работать на малых и средних предприятиях, формирование умений организовывать работу на предприятиях, налаживать и поддерживать тесные связи между учебными заведениями и общественностью.

Ключевые слова: рынок труда, ПТУЗ, рабочий, рациональное питание, деятельность.

Lyudmyla Martynenko, Senior Lecturer of the Higher Qualification of the Higher Commercial College Kyiv National Trade and Economic University, Excellence in Education of Ukraine, Postgraduate student Institute of Pedagogical Education and Adult Education, National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, Kyiv

THE FORMATION IN STUDENTS OF CULINARY PROFILE THE KNOWLEDGE ON TECHNOLOGIES OF RATIONAL NUTRITION

The article deals with the main priorities of the modern teaching process. They are the followings: the development of young people's possibility the adaptation to flexible market conditions, to provide them with the knowledge that gives them the possibility to work more effectively on small and middle size enterprises, the development of their possibility to organize work on enterprises, to make and support the close contacts between the educational establishments and the public.

Keywords: labor market, a vocational technical school, working, the balanced diet, an activity.

Постановка проблеми. Динамічний розвиток галузей виробництва надає кожному з нас безліч шансів для працевлаштування, але передусім це стосується тих, хто “рухається”, потенційно готовий або готується до того, щоб отримати нову роботу.

Саме це спонукає до постійного підвищення кваліфікації, що спостерігається найчастіше у процесі прагнення отримати нову чи вдосконалену спеціальність, якої потребують ринкові відносини. Ситуація професійної невідповідності працюючого населення вимогам ринку у більшості викликає певні зміни, і настає момент, коли для того, щоб обійняти нову посаду, необхідні кардинально нові знання і досвід.

Перепідготовка і підвищення кваліфікації – це найважливіший чинник переходу від укорінених стереотипів до нового мислення. Тепер ті, хто бажає отримати нову роботу, можуть здобути необхідну професію на курсах підготовки та перепідготовки кваліфікованих робітників у чисельних державних і приватних навчальних закладах.

Аналіз основних досліджень і публікацій.

Аналіз літератури показав, що в останні роки в нашій країні почали видаватися праці з дієтології, в яких пропонуються різні системи харчування, часом діаметрально протилежні. Деякі з них, на думку медиків, дієтологів, заслуговують на увагу. Це вегетаріанство, свіжоїдіння, сироїдіння, роздільне харчування, енергетичне харчування, макробіотика та ін. (ці теорії харчування висвітлено у працях Ю. Андреева, П. Брега, М. Бірхер-Беннера, В. Іванченка, В. Михайлова, Дж. Осави, Г. Шелтона, Г. Шаталової [1; 4; 5; 7; 16]).

Спеціалістами в галузі харчування об'єктивно констатується той факт, що, не зважаючи на все це раціональне, що закладене в тих чи інших теоріях харчування, наявний такий недолік – невелика кількість спостережень і відсутність ретельної статистичної обробки отриманих даних. З огляду на це науковці відзначають, що беззаперечно слідування тій чи іншій дієті навряд чи буде корисним, найбільш правильним є розумне використання всього того раціонального, що міститься в цих системах, з урахуванням віку, стану здоров'я, місцевих традицій, умов, тобто харчування, з одного боку, має бути достатньою мірою індивідуальним, а з іншого – базуватися на наукових розробках [10, 182].

Особливості провідних теорій правильного харчування як запоруки довголіття, сучасні напрацювання медиків, дієтологів доводять до відома учнів з одночасним проведенням паралелей до системи харчування українців. Яким чином викладається навчальний матеріал у ПТНЗ із таким взаємозв'язком загальнолюдського та національного, сучасного та минулого? Наведемо приклад: у даний час широкою популярністю користується теорія видатного американського вченого, лікаря-дієтолога Г. Шелтона, вихідним положенням якої є правильне поєднання харчових

продуктів [16]. На основі особистих багатолітніх досліджень і робіт І. Павлова Г. Шелтон розробив правила прийому їжі та дав рекомендації стосовно того, які поєднання харчових продуктів є корисними для організму, а які – шкідливими [14].

У навчальному процесі розкриття сутності даної теорії супроводжується демонстрацією плакатів “Правила поєднання продуктів харчування”, “Хімічний склад і харчова цінність овочів”, “Хімічний склад і харчова цінність м'яса”, “Хімічний склад і харчова цінність риби”, розроблених на основі наукового матеріалу, в якому систематизовано рекомендації Г. Шелтона та інших дієтологів стосовно сумісності продуктів [5; 7,40]. Використання у навчальній роботі такої наочності викликає мимовільну увагу учнів, зосереджує їх свідомість на об'єкті. Як зазначають психологи, новизна подразника викликає мимовільну увагу, стимулює пізнавальний інтерес учнів, що й спостерігалось у даному випадку [3; 8].

Ринки всього світу, як ніколи в історії людства, забиті різними продуктами харчування. Вчені підраховали, що на одну людину, яка страждає від недоїдання, припадає 99 таких, хто гине від переїдання [16, 66]. “Обжерливе ставлення до їжі приводить ...до бродильних процесів і веде до отруєння крові, що, у свою чергу, зменшує резерви організму, призначені для збереження здоров'я та сили [16,58]. У нашій країні поширена концепція збалансованого харчування (акад. О. Покровський), наведена у багатьох наукових виданнях [2; 4; 9; 13].

Мета статті. Розглянути навчальний процес підготовки та перепідготовки фахівців кулінарного профілю в ПТНЗ за державними навчальними програмами. Метою даного процесу є формування робітника для сучасного ринку праці, що характеризується високим динамізмом, швидкою зміною технологій, появою нових продуктів і добавок у сфері харчування.

Важливим для подальшого навчання й активної соціальної та професійної діяльності є вивчення майбутніми фахівцями кулінарного профілю основ здорового харчування дорослого населення, яке потрібне не лише самим учням, а й тим, кого вони будуть обслуговувати.

Виклад основного матеріалу. Сучасні відкриття у галузі науки і техніки дозволяють створити ряд нових прогресивних технологій, харчових продуктів, біологічних добавок, що впливають на якість і термін зберігання страв і кулінарних виробів швидкого приготування та мають один загальний для них недолік: мала кількість спостережень і відсутність суворої статистичної обробки отриманих даних. Цей недолік притаманний розробленій концепції

ФОРМУВАННЯ В УЧНІВ ПТНЗ КУЛІНАРНОГО ПРОФІЛЮ ЗНАТЬ ТЕХНОЛОГІЙ РАЦІОНАЛЬНОГО ХАРЧУВАННЯ

збалансованого харчування, що зводиться до визначення рівня енерговитрат, та визначення кількості енергії, яка міститься в тій чи іншій їжі.

Сьогодні необхідно не лише вивчати, як раціонально застосовувати харчові продукти, а й створювати нові страви, нові харчові добавки, технології обробки і приготування страв, використовуючи в галузі сфери обслуговування найновіші досягнення науки і техніки [5].

Цілком природно, що перед нами сьогодні постають нові завдання: сформувані у молоді потребу поглиблення знань про закони харчування, що мають великий вплив на здоров'я людини; розвинути творче мислення, творчий підхід до навколишніх явищ і подій; підготувати до самостійного вирішення творчих завдань відповідно до своєї професії (кухаря, кондитера, офіціанта тощо).

Усе це зумовлює необхідність використання такої структури пізнавальної діяльності учнів, яка максимально сприяє вирішенню зазначених завдань. Вона властива проблемному навчанню, основу якого становить творча пошукова діяльність. Наприклад, написання творчих рефератів, звітів з екскурсії, інформації про новинки продуктів, про нові технології у виробництві, пошук інформації про історію виникнення того чи іншого харчового продукту, його вплив на здоров'я людини, поєднання його з іншими харчовими продуктами; складання структурно-логічних схем із кожної теми спеціальної технології, фізіології харчування або опорних конспектів, написання письмових випускних робіт, елементарне вирішення проблемних питань і ситуацій на уроці.

Проблемне навчання – це спільна цілеспрямована активна діяльність учителя й учнів, що полягає у створенні проблемних ситуацій, їх самостійному усвідомленні та вирішенні учнями. Наприклад, вивчаючи тему “Хімічний склад та енергетична цінність продуктів харчування”, добре знайомі учням харчові продукти (овочі, м'ясо, риба, яйця, птиця та ін.) пропонуємо класифікувати за відповідними ознаками (за призначенням, особливістю використання, поєднанням, соціальною значущістю, харчовою цінністю, складністю приготування тощо). Як правило, учні досить успішно виконують це завдання.

Досить часто на уроках спеціальних дисциплін проблемний виклад поєднується з евристичною бесідою. Наприклад, шукаючи відповідь на питання “Що необхідно знати і пам'ятати про джерела харчування?”, учень робить для себе відкриття, що, крім харчових продуктів (м'яса, риби, овочів тощо), на отримання енергії для

життєдіяльності людини впливає світло, повітря, вода. Фахівці констатують, що основу потреб людини складають матеріальні (фізіологічні) потреби, необхідні для її існування (вода, повітря, їжа, одяг, помешкання тощо). Це усвідомлені біологічні потреби організму, тобто вітальні потреби, що забезпечують фізичне існування людини. Більшість дослідників вважає, що відносно цих потреб поняття “розумні” чи “нерозумні” не застосовується, оскільки такими можуть бути лише міра і спосіб їх реалізації [11, 215]. Потреба людини в їжі спонукає до діяльності, спрямованої на її задоволення, але перш ніж потреба спричинить дію, особистість переживає складний психологічний процес мотивації [8]. Схематично процес задоволення людиною потреби у харчуванні на основі дотримання нею вимог зображений на рис. 1.

Вибір раціональних засобів, шляхів задоволення потреби у харчуванні ґрунтується на усвідомленні людиною важливості дотримання засад правильного харчування.

Враховуючи вік учнів і те, що ними краще сприймаються не прямі методи впливу, ми дійшли висновку щодо доцільності використання у навчально-виховному процесі вплетених повідомлень. У даному випадку інформація подається не прямо, а опосередковано: “викладач знаходить такий момент і підбирає такий контекст, щоб корисна інформація була сприйнята учнями у формі безпосереднього записування у пам'яті, тобто, уникаючи опору вже сформованих установок, регулюючи поведінку на підсвідомому рівні” [2, 6].

Для прикладу наведемо варіант вплетеного повідомлення стосовно одного з розглянутих під час навчання учнів за програмою питань, зокрема про шляхи задоволення людиною потреб у харчуванні.

Як констатують медики, дієтологи, характер задоволення потреби в їжі може бути патологічним і призводити до розвитку психосоматичних захворювань. Звертаючись до способів і засобів задоволення потреби у харчуванні, викладач зазначає, що, з огляду на їх вплив на організм людини, вони можуть бути охарактеризовані як розумні чи нерозумні. Повідомляючи учням про те, що неправильне, надмірне харчування, зменшення фізичної активності призводять до такого захворювання, як ожиріння, у вигляді вплетеного повідомлення, викладач наводить такі статистичні дані, надлишкова маса у чоловіків при перевищенні норми на 10% знижує передбачувану тривалість життя на 13%, при 20% – на 25%, при 30% – на 42%, а у жінок відповідно – на 9%, 21% та 30%.

**ФОРМУВАННЯ В УЧНІВ ПТНЗ КУЛІНАРНОГО ПРОФІЛЮ ЗНАТЬ ТЕХНОЛОГІЙ
РАЦІОНАЛЬНОГО ХАРЧУВАННЯ**



Рис. 1. Схема зв'язку між потребою та діяльністю

що зумовлено наявністю у людей з надлишковою масою тіла хвороб, які є супутніми при ожирінні (захворювання серця, судин, печінки, цукровий діабет) [15, 88]. На основі отриманої інформації учні усвідомлюють, що оптимальна маса тіла є першим показником культури харчування та загальної культури людини, характеризує її спосіб життя. У контексті даного питання наведений викладачем вислів Сократа “їдять, щоб жити, а не живуть, щоб їсти” сприяє залученню учнів до дискусії стосовно ієрархії життєвих пріоритетів людини.

Звернення до спеціальної літератури показало, що “ставлення до їжі, спосіб життя, вживання малої або надмірної кількості їжі передусім залежить від особливостей психіки людини” [8, 58]. Ознайомлення з сутністю методу психічної саморегуляції дає підстави судити про його доступність для засвоєння учнями та доцільність

використання даного методу в навчально-виховній роботі [12].

Активізації пізнавальної діяльності учнів сприяє виконання творчих завдань, варіантами яких були такі види робіт: створення реклами на тему “Здоровий спосіб життя” саме в аспекті культури харчування; “Здорова родина” – складання меню на добу з урахуванням основ правильного харчування тощо. Застосування отриманих знань у процесі вирішення нестандартних навчальних завдань забезпечує реалізацію учнями творчих здібностей, вияв ними більшої міри самостійності.

Висновки. Таким чином, одним із основних напрямів удосконалення навчально-виховного процесу в ПТНЗ є пошук нових методик, виробничих технологій. Зміни, які відбуваються в системі професійно-технічної освіти, спонукають нас до цього, адже підвищення якості професійної підготовки майбутніх кваліфікованих робітників можливе лише за умови ефективної організації навчально-виховного процесу. Вирішенню цього завдання сприяє робота викладачів. Тому викладач повинен не лише досконало володіти своїм предметом, а також вільно орієнтуватись у відповідній галузі знань, здійснювати їх інтеграцію в межах суміжних

спеціальних дисциплін для вирішення будь-якої проблемної ситуації. На основі цього учні зможуть у майбутньому зробити усвідомлений, виважений вибір стосовно організації власного індивідуального харчування й організації харчування людей на підприємствах масового харчування.

Введення даного матеріалу в зміст навчання створює основу для усвідомлення учнями того, що знання в галузі харчування не є сталими, вони весь час оновлюються завдяки науковим дослідженням, новим фактам, ігнорування яких неприпустиме для кожної культурної людини, оскільки харчування є тим суттєвим фактором, що має безпосередній і постійний вплив на здоров'я, самопочуття, настрої і працездатність людства.

1. Брегг П. Чудо голодани / П. Брегг. – изд. 2-е перераб. – СПб: СДС, 1998. – 320 с.

ПОЧАТКОВА ШКОЛА У ПРОЦЕСІ СТАТЕВОЇ ДИФЕРЕНЦІАЦІЇ ДІТЕЙ

2. *Життя та здоров'я: книга-коментар до навч. посібника з валеології для учнів 8(9) кл. загальноосвітн. школи та вчителів / Н.Ю. Максимова, К.Л. Матотіна, В.М. Піскун. – Київ: Знання, 1998. – 144 с.*
3. *Запорожець А.В. Избранные психологические труды: в 2 т. Т. I: Психологическое развитие ребёнка. – М.: Педагогика, 1986. – 320 с.*
4. *Мамчур Ф. Овочі і фрукти в нашому харчуванні / Федір Мамчур. – Ужгород: Карпати, 1988. – 197 с.*
5. *Михайлов В. Вегетарианские блюда / В. Михайлов, А. Игнатьев, Л. Сафонова. – М.: Экономика, 1980. – 144 с.*
6. *Михайлов В.С. Культура питания и здоровье семьи / В.С. Михайлов, Л.А. Трушкина, Н.П. Могильный. – М.: Профиздат, 1987. – 208 с.*
7. *Нетрадиционные методы лечения / Сост. Ю.В. Белоусова. – Днепропетровск: Днепркнига, 1991. – 69 с.*
8. *Общая психология / [под ред. В.В. Богословского и др.]. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Просвещение, 1973. – 351 с.*
9. *Пищовська К. Вправно, смачно, корисно / Катерина Пищовська. – Київ: Техніка, 1973. – 168 с.*
10. *Попов С.В. Валеология в школе и дома (о физическом благополучии школьников) / С.В. Попов. – СПб.: СОЮЗ, 1997. – 256 с.*
11. *Романенко А.Е. Главное – здоровье народа / А.Е. Романенко. – Киев: Знание, 1982. – 48 с.*
12. *Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии: в 2 т. Т. I. / Сергей Леонидович Рубинштейн. – М.: Педагогика, 1989. – 488 с.*
13. *Смоляр В.И. Рациональное питание / В.И. Смоляр. – Київ: Наукова думка, 1991. – 368 с.*
14. *Стояновський А. Енциклопедія народної медицини: в 2 т. Т. I / Стояновський А. – Київ: Здоров'я, 1997. – 464 с.*
15. *Формирование здорового образа жизни молодежи (медико-социальные аспекты) / А.В. Мартыненко, Ю.В. Валентин, В.А. Полесский и др. – М.: Медицина, 1988. – 192 с.*
16. *Шелтон Г. Натуральная гигиена / Г. Шелтон. – СПб.: СДС, 1993. – 98 с.*

Стаття надійшла до редакції 17.09.2016

УДК 373.31:159.922

Лілія Вовк, аспірант кафедри загальної педагогіки та дошкільної освіти Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

ПОЧАТКОВА ШКОЛА У ПРОЦЕСІ СТАТЕВОЇ ДИФЕРЕНЦІАЦІЇ ДІТЕЙ

У статті розглянуто роль початкової школи у процесі статевої диференціації школярів початкових класів, проаналізовано суть процесу статевої диференціації, визначено статево-рольове виховання як важливу сторону статево-рольової соціалізації, запропоновано умови формування засад статевої соціалізації.

Ключові слова: *гендерні ролі, статева диференціація, статева соціалізація, статево-рольове виховання, гендерна ідентичність.*

Табл. 1. Літ. 6.

Лілія Вовк, аспірант кафедри загальної педагогіки та дошкільного образования Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА В ПРОЦЕССЕ ПОЛОВОЙ ДИФФЕРЕНЦИАЦИИ ДЕТЕЙ

В статье рассматривается роль начальной школы в процессе половой дифференциации школьников начальных классов, проанализированы суть процесса половой дифференциации, определено полоролевое воспитание как важную сторону полоролевой социализации, предложенные условия формирования основ половой социализации.

Ключевые слова: *гендерные роли, половая дифференциация, половая социализация, полоролевое воспитание, гендерная идентичность.*

Liliya Vovk, Postgraduate student of the General Education and Early Childhood Education Department Drohobych Ivan Franko State Pedagogical University

THE ROLE OF THE PRIMARY SCHOOL IN THE PROCESS OF SEXUAL DIFFERENTIATION OF CHILDREN

The article discusses the role of the primary school in the process of sexual differentiation of the primary school children; the essence of the process of the sexual differentiation is analyzed, the sex-role education as an essential side of the sex-role socialization is defined, the conditions of the formation of the bases of the sexual socialization are proposed.

Keywords: *a gender roles, sexual differentiation, sexual socialization, sex-role education, gender identity.*

Постановка проблеми. Останнє десятиліття характеризується рядом суттєвих змін у розробці проблеми диференційованого підходу у вихованні хлопчиків і дівчаток. Сьогодні дослідження з цієї проблеми носять не поодинокий характер, а формуються в