

УДК 304.3:37.011.32:371.3

Людмила Соколенко

## **СУЧАСНІ КОНЦЕПЦІЇ ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО ВІДНОШЕННЯ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІЧНИХ КАДРІВ У ВИЩІЙ ШКОЛІ**

Проблема збереження й зміцнення здоров'я підрастаючого покоління й формування в нього здорового способу життя за всіх часів була однією із ключових проблем людства. Події, що відбулися в світі за останній час (кардинальні перетворення в соціально-економічній сфері держави, зміни в культурній і духовній сферах життя людини, стихійні екологічні й соціальні потрясіння), роблять її особливо гострою. Поряд із цим наявний багаж знань про формування здорового способу життя дітей і молоді, запозичений з народних традицій, укладів життя, донедавна носив емпіричний характер і не мав науково-педагогічного обґрунтування. Численні спроби, що пропонуються педагогами різного рівня (ученими, викладачами вузів, шкільними вчителями) у сфері формування здорового способу життя, дотепер не принесли відчутних результатів, пов'язаних з поліпшенням у стані здоров'я учнів і студентської молоді.

У зв'язку з цим набуває актуальності проблема формування ціннісного відношення до здорового способу життя, виховання здорового молодого покоління, здатного збільшувати його духовні й матеріальні цінності на соціально-педагогічному рівні, яка зумовлюється в умовах сьогодення багатьма чинниками, а саме: недостатнім усвідомленням суспільства загалом і молоді зокрема високої цінності людського здоров'я; погіршення екологічних умов життя людини, що спричинено загально-світовою кризою, енергетичною і продовольчою проблемами, антигігієнічними умовами праці і побуту; наданням здоров'ю грошового еквіваленту; зниженням рівня задоволеності людей життям, зростанням злочинності, наркоманії, алкоголізму, схильності до суїциду, нестримної гонитви за матеріальними вигодами, появою хвороб, властивих представникам певних соціальних верств і груп; соціально-психологічними настановами, характерними для українського суспільства, серед яких пріоритет надається таким, як достаток та кар'єра.

Аналіз наукової літератури засвідчив, що подолання цих негативних чинників пов'язується дослідниками з ознайомленням студентів із сутністю людської життєдіяльності, вихованням у них правильного ставлення до свого тіла з урахуванням біоритмів, усвідомленням важливості дотримання режиму та умов навчання і відпочинку, раціональною організацією рухової активності, наданням інформації щодо способів корекції психічної сфери та ін. (Я. Іванушко, Н. Паньків, Г. Пилип, М. Солован, Н. Стратійчук); оволодінням способами і методами зміцнення здоров'я, профілактики захворювань, свідомого і вольового дотримання принципів здорового способу життя, формуванням ціннісної мотивації на

дотримання відповідної поведінки (Б. Ананьєв, О. Бодальов, А. Ганджин, А. Деркач, О. Захаренко, А. Щедрина). Результатом активних пошуків педагогів-дослідників кінця 20-го століття з'явилися численні публікації (Р. Айзман, І. Брехман, В. Бузян, Е. Вайнер, Г. Зайцев, Е. М. Казін, В. Колбанов, Г. Кураєв, Ю. Лісичин, Л. Сущенко, Л. Татарнікова, Б. І. Чумаків та ін.), у яких розглядаються науково-теоретичні положення, що розкривають концептуальні основи змісту процесу формування здорового способу життя на всіх етапах навчання й виховання молодого покоління. Однак питання формування ціннісного відношення до здорового способу життя у майбутніх педагогічних кадрів у вищій школі на сучасному етапі залишаються недостатньо висвітленими.

Метою статті є характеристика й наступний порівняльний аналіз існуючих концепцій формування здорового способу життя підростаючого покоління й студентської молоді й ціннісного до нього відношення. Педагогічна стратегія формування здорового способу життя в майбутнього педагога сполучена з вихованням ціннісного відношення до нього. Завдяки ціннісному відношенню в студента педагогічного вузу створюються стійка мотивація здорового способу життя, готовність і активність у формуванні свого здоров'я, а так само готовність до пропаганди здорового способу життя серед майбутніх його учнів. Успішна реалізація цієї стратегії багато в чому залежить від розвитку системи педагогічної освіти, внесення змін і доповнень у традиційні розділи педагогіки й створення нового напрямку в педагогічній науці – педагогічної валеології. Необхідність і доцільність цього напрямку роботи підказана ще й тими глобальними змінами, які відбулися в житті української держави в 90-ті роки двадцятого століття. Змістом їх з'явилися процеси розвитку й зміцнення виробничо-ринкових відношень на основі усе повної реалізації принципів волі й демократії. Як наслідок названих суспільних явищ відбувається глибока переоцінка загальнолюдських цінностей, формується новий зміст суспільного буття й суспільна свідомість. Поряд із зазначеними процесами, що відбуваються в суспільстві, закономірно намічаються зміни й у системі освіти, у якій відповідно до нової національної доктрини, як стратегічне завдання, передбачається створення різноманіття освітніх програм, що забезпечують індивідуалізацію особистісного орієнтованого навчання й виховання [1, с. 18]. Разом з тим особливого значення набуває гуманітарне знання, орієнтоване на визнання права людини на вільний розвиток й прояв своїх здібностей.

Демократизація громадського життя породжує необхідність подолання стереотипів авторитарної моделі освіти, в основі якої лежить не мотиваційний, а інформаційний підхід. У цьому зв'язку актуальною стає проблема введення нових компонентів, спрямованих на вирішення глобального завдання – осмислення цінності життя, цінності кожної людини в системі світобудови [2, с. 72]. Одним з таких компонентів освіти є валеологічний компонент, що отримав в останні роки широке поширення на всі рівні освіти, починаючи зі школи й закінчуючи системою вищого

---

педагогічного навчання, що повинна забезпечити підготовку педагога нового типу.

Ціль створення валеологічного аспекту освіти полягає в здійсненні валеологічного виховання учнів (студентів). При цьому під валеологічним вихованням розуміється спеціально організований і цілеспрямований процес формування валеологічного світогляду (системи поглядів і переконань на факти і явища здорового способу життя); почуття відповідальності за своє здоров'я й спосіб життя; навичок формування здорового способу життя й діяльності, що сприяє оздоровленню організму, розкриттю резервних можливостей людини.

Створення валеологічного компонента зажадало міждисциплінарної інтеграції зусиль вчених і фахівців (педагогів, психологів, валеологів), які були спрямовані на розробку концептуальних основ формування здорового способу життя учнів (студентів). Рішенню цього завдання присвятили свою діяльність Ю. Варшамов, Г. Зайцев, В. Колбанов, А. Семенов, Н. Смирнов, В. Соломин, Л. Татарнікова. Створені концепції лягли в основу численних моделей валеологічної освіти й виховання (або моделей навчання здоровому способу життя).

Розробці концепцій формування здорового способу життя передували глибокий валеологічний аналіз традиційної освіти, що припускав детальний розгляд методів, умов, компонентів й етапів освітнього процесу. Результатом проведеного науковцями аналізу є наступні висновки:

1. Існуюча авторитарна-репродуктивна система освіти, в основі якої лежить примус, суперечить потребам зростаючого організму. Примус здатний призвести до збиткової трансформації потребо-мотиваційної сфери особистості. І тоді домінуючими можуть стати не природно обумовлені потреби в саморозвитку, самопізнанні, самовдосконаленні, здоров'ї, а помилкові потреби. Помилкові потреби можуть виявитись у вигляді мотивації досягнення формальних цілей або мотивацій комфортного (пасивного) виконання навчальної діяльності. У результаті дитина виростає або в покірною виконавця волі вчителя й інших дорослих, або в імітатора активності й діловитості. Помилкові потреби людей виражаються в прагненні суперечити думці більшості або в прагненні до одержання сильних відчуттів. На цій основі в дитини може відбуватися деформація свідомості, і як результат цього виникнуть відхилення поведінки, починаючи від порушень шкільної дисципліни й закінчуючи серйозними провинами й навіть злочинами.

2. Шкільне фізичне виховання будується на примусовій підготовці учнів під усереднені, єдині для всіх нормативи, що суперечать потребам особистості. Як результат, відбувається деформація мотиваційних підстав фізкультурної діяльності. Учні починають не охоче відвідувати уроки фізичного виховання, що приводить до зниження їхнього фізичного розвитку й погіршення здоров'я.

3. Інтенсифікація освіти (збільшення кількості навчальних предметів, довільне розширення навчальних програм, збільшення коефіцієнта

заповнюваності уроку, ускладнення завдань за рахунок поглибленого вивчення предметів і збільшення сумарного денного навчального навантаження за рахунок домашніх завдань) як один з варіантів реформування системи освіти здійснюється ціною погіршення здоров'я й учнів і педагогів.

4. Багаторічна заборона на інформацію в сфері статевого виховання була єдиним методом турботи про мораль підрастаючого покоління, що не запобігало ранніх статевих контактів. Дефіцит в знаннях про психологію інтимних стосунків спричиняє трансформацію потреб статевої сфери, затримку сексуального розвитку, що пізніше може перейти в статеві порушення, а останнє серйозно відбитися на майбутньому сімейному житті й здоров'ї.

5. В авторитарній-репродуктивній моделі освіти роль вчителя стала, з одного боку, носієм авторитарно-репресивних відношень у школі, а з іншого боку – жертвою цих відношень. Консервативні установки й педагогічні стереотипи привели до зниження творчої активності вчителя. Його престиж й авторитет значно зменшились. Став помітним відхід від питань виховання (у тому числі виховання здорового способу життя) під час навчання.

Таким чином, аналіз традиційної шкільної освіти дозволив науковцям розкрити психолого-педагогічні причини затримки розвитку учнів і виникнення відхилень у поведінці й здоров'ї. Ці причини криються в системі освіти, основу якої становлять примуси й необґрунтовані заборони, інтенсифікація навчання.

Логіка інноваційних процесів, що відбуваються в суспільному житті з однієї сторони й існуючі недоліки в системі освіти, з іншої, визначили необхідність створення принципово нової концепції освіти й підготовки для її практичного здійснення відповідних педагогічних кадрів. Одним з напрямків рішення даної проблеми є концепція валеологічної освіти (теорія творчості здоров'я) В. Колбанова – Г. Зайцева. Під валеологічною освітою тут варто розуміти систему освітніх заходів, спрямованих на формування валеологічного мислення й здорового способу життя людини [5, с. 75]. Валеологічне мислення має креативну спрямованість відносно власного здоров'я й здоров'я оточуючих людей. Його основою є мотивація здорового способу життя й валеограмотність – стан особистості, обумовлене розумінням сутності здоров'я й здорового способу життя, чітко вираженою мотивацією творчості здоров'я, моральною готовністю створювати, зберігати й зміцнювати своє здоров'я поряд з реалізацією своїх інтересів, здібностей і бережним відношенням до здоров'я інших людей [5, с. 72].

Таким чином, найближчою метою валеологічної освіти є формування в учнів індивідуальної поведінкової стратегії, заснованій на стійкій мотивації здорового способу життя за умови забезпечення рівних стартових можливостей для всіх учнів у виборі індивідуального способу життя. Професійна валеологічна освіта студентів педагогічних вузів

---

призначена для підготовки фахівців до роботи в освітніх установах, спрямованих на пропаганду здорового способу життя серед учнів.

Певний науковий інтерес представляє концепція школи здоров'я й індивідуального розвитку Л. Татарнікової, у якій валеологічна освіта також є аспектом загальної освіти. Теоретичною основою її служить: ідея особистісно-орієнтованого підходу в області філософії (Г. Батищев, В. Камеров, Н. Сигів й ін.), психології (В. Давидов, Г. Ковальов, А. Петровський, А. Тюків й ін.), педагогіки (Е. Бондаревська, З. Васильєва); концепція загальної валеології (І. Брехман, В. Колбанов, В. Петленко); загальні принципи педагогічної валеології; ідея гуманізму й концепція творчого розвитку особистості.

Л. Татарнікова доповнює вище названий перелік основних ідей створеної концепції ще трьома базовими принципами: валеологічним, антропологічним і системним.

Валеологічний принцип, на думку автора, припускає засвоєння учнями певних медичних знань й умінь, що відповідають біоенергетичним, фізіологічним і нейропсихічним особливостям віку; пізнання законів психічного розвитку людини і його взаємин зі світом; зняття у дітей почуття тривожності; попередження фобій і неврозів, розвиток сенсорних систем [7, с. 53–54].

Розглядаючи антропологічний принцип, Л. Татарнікова приймає за методологічну основу його філософський генезис (Аристотель, І. Кант, Л. Фейєрбах, М. Шеллер й ін.) і характеризує його стосовно до навчальної валеологічної системи. У даному контексті антропологічний принцип спричинює пізнання навколишнього світу через пізнання людини, його систему відносин із собою, суспільством і природою, вивчення суспільної свідомості (моралі, світогляду, політики) і свідомості особистості, що пізнає.

Системний принцип побудові концепції валеологічної освіти Л. Татарнікової припускає інтеграцію знань і формування системи потреб. Він служить орієнтиром на духовний розвиток особистості, формування гуманітарного стилю мислення [7, с. 56].

Дотримуючись традицій, що склались у педагогічній валеології, Л. Татарнікова розробила модель школи здоров'я й індивідуального розвитку дітей, мета якої складається в створенні рівних стартових умов кожній дитині для забезпечення розвитку індивідуальної сфери й формування індивідуально-психологічного здоров'я. Зусилля педагогів такої школи й соціальних інститутів, що беруть участь у вихованні дітей, повинні бути спрямовані на рішення наступних завдань: повноцінна самореалізація й саморозвиток кожної дитини як особистості; самовиховання в напрямку, що відповідає моральним і духовним запитам суспільства; формування соціально позитивних, соціально значимих для здорового способу життя групових і колективних норм, орієнтації й цінностей, що сприяють збереженню референтної значимості саме цього оточення для особистості.

---

Певний інтерес мають дослідження Е. Вайнера, результатом яких є навчання про раціональну організацію життєдіяльності людини, під якою автор розуміє систему життя даної людини, що забезпечує йому високий рівень здоров'я й благополуччя в сфері соціального, професійного, сімейного й культурного буття [4, с. 5].

Метою раціональної організації життєдіяльності, як відзначає Е. Вайнер, є найбільш ефективне використання методів і засобів збереження здоров'я людини будь-якого віку в режимі конкретних умов життя для максимально повної реалізації його можливостей в особистій і суспільній сферах діяльності. Вона, на думку автора, будується з усього різноманіття індивідуальних, вікових, статевих й інших особливостей конкретної людини [4, с. 7]. Таким чином, учений проголошує принцип індивідуалізації в процесі формування здорового способу життя людини.

Розвиваючи наукову думку, цікаву, на наш погляд, валеологічну концепцію людини сформулював В. Петленко. Аналізуючи дві доктрини здоров'я: західну – раціоналістичну, що опирається на сократівську тезу: «людина, пізнай самого себе», і східну – засновану на конфуціанській тезі: «людина, створи себе сама», учений прийшов до висновку про необхідність їхньої інтеграції. Тому, що людина не може створити себе, попередньо не пізнавши свого організму, своїх потенційних можливостей, не визнавши свого місця в системі багатоаспектної взаємодії з навколишнім світом. Створення себе як особистості В. Петленко бачить через розвиток якостей нової позитивної людини, спосіб життя якої повинен існувати на основі індивідуальних потреб, що виступають як біологічний камертон настроювання на довголіття [6, с. 10].

Медична модель навчання здоровому способу життя, часто іменована профілактичною, побудована на інформуванні (когнітивний підхід) учнів про фактори ризику для здоров'я за принципом «знання-ставлення-поведінка». Її прихильники припускають, що знання про користь того або іншого фактора приводять до позитивного відношення до нього. Такий погляд є спрощеним, а самі програми навчання здоровому способу життя нудними, зайво повчальними й нерідко тільки провокують небажану поведінку учнів. Таким чином, медична модель не дозволяє вирішити проблему, пов'язану з формуванням здорового способу життя, тому що однієї тільки інформації не досить для того, щоб вплинути на поведінку людини відносно свого здоров'я.

Із цим завданням частково допомагає освітня модель (Т. Глин, М. Бекер), що припускає не тільки когнітивний підхід у навчанні здоровому способу життя, але й формування навичок, необхідних для ухвалення рішення. Позитивний характер освітньої моделі, на нашу думку, полягає в індивідуалізації навчання, що проявляється в можливості самостійного ухвалення рішення щодо вибору кожним, хто навчається, властивого тільки йому здорового способу життя й в аксіологічному підході до процесу навчання.

Однак навчання здоровому способу життя може бути ефективним

---

тільки тоді, коли будуть виконані умови всіх трьох вище зазначених моделей: а) достовірна інформація, що дає профілактична модель; б) необхідні навички для ухвалення рішення, що розвиваються у рамках освітньої моделі; в) підтримуючий здоровий спосіб життя оточення, який забезпечується радикально-політичною моделлю. Такого роду інтеграція умов навчання здоровому способу життя відбувається в моделі посилення, що робить її більше ефективною, а тому й заслуговує уваги педагогів, що здійснюють керування процесом формування здорового способу життя тих, яких навчають (учнів, студентів).

Враховуючи вище сказане, ми констатуємо, що проблема здорового способу життя і її аксіологічний аспект мають у цей час міцну теоретичну й методологічну основу, представлену численними концепціями здоров'я й здорового способу життя. Істинність останніх підтверджують успіхи їхньої реалізації в практичній педагогічній діяльності.

Однак вважати проблему здорового способу життя підрастаючого покоління й молоді остаточно вирішеною немає підстав, тому що в ній є аспекти, що вимагають подальшої теоретичної й практичної розробки, які будуть спрямовані на виявлення умов формування ціннісного відношення до здорового способу життя в майбутнього педагога.

#### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Афанасьєва Л. В. Формування національних духовних цінностей у вузівській підготовці / Л. В. Афанасьєва, Л. Ф. Глинські // Всебічний розвиток особистості студента / [за ред. акад. АПН України Д. О. Тхоржевського] / Ірпінь, 2001. – С. 16–21.
2. Бех І. Д. Виховання особистості : підручник / І. Д. Бех. – К. : Либідь, 2008. – 818 с.
3. Боренько Я. Особливості громадянських ціннісних орієнтацій студентської молоді / Я. Боренько // Вісник Львівського ун-ту. Серія: педагогічна. – 2006. – Вип. 21. – 4.2. – С. 92–97.
4. Вайнер Е. Н. Рациональная организация жизнеспособности человека : методическое пособие для студентов. – Липецк, 1999. – 33 с.
5. Колбанов В. В. Валеология. Основные понятия, термины и определения / В. В. Колбанов. – СПб. : ДЕАН, 2000. – 232 с.
6. Петленко В. П. Валеология – перспективное научно-педагогическое направление XXI века / В. П. Петленко // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 6. – С. 9–13.
7. Татарникова Л. Г. Валеология в педагогическом пространстве : [монография – эссе] / Л. Г. Татарникова. – СПб. : Крисман, 1999. – 167 с.
8. Формування здорового способу життя молоді: проблеми і перспективи / О. Яременко, О. Балакірева, О. Вакуленко та ін. – К. : Український ін-т соціальних досліджень, 2000. – 207 с.