

ЦІННІСНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Бойко Ю.С.

канд. пед. наук доцент Уманського державного педагогічного
університету імені Павла Тичини

Анотація

У статті проводиться аналіз психолого-педагогічної літератури в якій вивчається досвід досліджень науковців щодо ціннісного підходу до проблеми формування здорового способу життя студентів закладів вищої освіти. Виявлені позитивні тенденції на користь аксіологічного підходу в організації процесу навчання та виховання підростаючого покоління.

Ключові слова: здоров'я, здоровий спосіб життя, ціннісні установки.

На державному рівні пріоритетними напрямками оздоровлення суспільства є заняття фізкультурою, спортом, туризмом, громадською діяльністю тощо. Але практика показує, що пропаганда спорту і здорового способу життя є далеко не основним критерієм покращення суспільного здоров'я. Духовний, фізичний та моральний занепад в нашій державі, алкоголізація суспільства спричинюють досить високий рівень захворюваності і смертності населення та руйнування сім'ї як основи здорового суспільства. В останні десятиліття спостерігається тенденція до омолодження алкоголізму, що спричинило необхідність створення підліткової і навіть дитячої наркології.

На сьогодні в Україні відсутня єдина система формування здорового способу життя населення й молоді зокрема, яка враховувала б усі напрямки діяльності – навчання й виховання, інформування й оздоровлення, контроль та самоконтроль стану здоров'я, профілактику й прищеплення навичок відмови від шкідливих звичок, пропагування й опанування навичками

здорового способу життя – з метою сприяння реалізації потенціалу фізичного, психічного та духовного здоров'я молодого покоління українців.

Цю проблему в стані вирішити професійна підготовка вчителів закладів вищої освіти, в яких існують теоретичні передумови: студенти вивчають філософсько-гуманітарні, психолого-педагогічні й медико - біологічні блоки навчальних дисциплін. Протириччя полягає в тому, що час пред'являє сучасному вчителю, як фахівцеві вищої кваліфікації, наявність ряду нових якостей у його професійній діяльності, які вимагають високої педагогічної культури, яка фактично відсутня у сучасних випускників педагогічних ВУЗів..

Одним із пріоритетних напрямків є створення таких умов у закладах вищої освіти, які сприятимуть формуванню фізично, психічно, духовно та соціально здорової особистості. Підтвердження цієї думки можна знайти у працях Г.Апанасенко, В.Бобрицької, О.Ващенко, В.Горячого, С.Здіорука, В.Кузя, Б.Мокіна, Н.Побірченко, Н.Сопневої, С.Омельченко та ін., які наголошують на важливості залучення молоді до культури здорового способу життя, формування у студентів ціннісних орієнтацій в галузі здоров'я.

Результатом активних пошуків педагогів – дослідників кінця 20-го століття з'явилися чисельні публікації (Р.І.Айзман, В.К.Бальсевич, І.І.Брехман, В.В.Бузян, Є.Н.Вайнер, І.А.Гудалов, Г.К.Зайцев, Є.М.Казін, О.Н.Московченко, Л.П.Сущенко, Д.З.Шибкова та ін.), у яких розглядаються науково – теоретичні положення, що розкривають концептуальні основи змісту процесу формування здорового способу життя на всіх етапах навчання і виховання молодого покоління. Однак у цих дослідженнях не використаний у повній мірі ціннісний підхід до досліджувальної проблеми.

Висвітленню особливостей формування окремих аспектів здорового способу життя присвячені праці С.Болтівця (педагогічна психогігієна), М.Віленського (психолого-педагогічні основи формування здорового способу життя студентів), Н.Голевої (психологічні критерії занять фізичними

вправами у студентів), В.Доскіна (залучення студентів до занять фізичною культурою та спортом), О.Дубогай (формування у студентів інтересу до занять фізичними вправами), О.Зайцева (потребово – мотиваційна сфера фізичного виховання студентів), В.Заплатинського, В.Петренко (підвищення компетентності майбутнього педагога в галузі збереження здоров'я), С.Омельченко (педагогіка здоров'я), Є.Чернишова (підготовка вчителя до формування в учнів основ знань про здоров'я й безпеку життєдіяльності) та ін..

Позитивною тенденцією в розробці проблеми здорового способу життя на сучасному етапі варто визнати прагнення учених до його культурологічного й аксіологічного аспектів. Якщо розглядати культуру, як здатність бачити світ у всьому різноманітті його взаємин, у яких особлива роль належить людині [В.І. Вернадський 1967, В.С.Семенов 1996], то на думку Є.В. Вайнера, не знати свій організм, не усвідомлювати свого місця в природі, не вміти регулювати свій стан – не гідно культурної людини [4,с.27]. Тому в останні роки активно пропагувалася необхідність формування валеогенної культури особистості, що представлена Є.Н. Вайнером через ієрархію цінностей:

1. Інтелектуальні цінності (знання про здоровий спосіб життя)
2. Діяльнісні цінності (досвід людства, суспільства, особистості в сфері здоров'я).
3. Педагогіко – технологічні цінності (психолого – педагогічні методики і технології).
4. Соціально – мобілізаційні цінності (мотивація на здоров'я й установки на здоровий спосіб життя).
5. Нормативні й матеріально – економічні цінності (правове та фінансово – економічне забезпечення здоров'я).

Цінності виникають і формуються внаслідок взаємодії індивіда з різними сторонами дійсності, з системою знань, норм і правил і являються детермінантами її поведінки, спрямовують дії та вчинки. Особистісні

цінності слід розглядати як суб'єктивне утворення, тобто таке, яке водночас належить і суб'єкту і об'єктивному навколишньому світу.[1, 278с.]

Цінність детермінована обома сторонами ставлення, оскільки її величина і характер одночасно залежать і від визначень суб'єкта (суб'єктивний фактор цінності) і від властивостей об'єкта – носія цінності (об'єктивний характер цінності). [3, С.41-49]

Цінності є одним із важливіших утворень у структурі свідомості й самосвідомості людини, вони зумовлюють низку її сутнісних характеристик як особистості. Такі характеристики здебільшого спричиняються тим, що являє собою система цінностей окремої особистості, який спектр орієнтацій у ній представлено щодо змісту, спрямованості та психологічної вагомості.

Ціннісний аспект дає уявлення про напрями життєдіяльності особистості, їх збіг чи розбіжності з основною тенденцією суспільного розвитку. Цінності настільки усвідомлюються особистістю, наскільки світогляд адекватно відображує дійсність і на цьому обґрунтовує реальні, відповідні законам розвитку природи і суспільства, ідеали людини і шляхи їх досягнення.[4, С 84-92]

Успішне вирішення завдань ціннісного підходу, потребує формування особистісного і суспільного ідеалу, відповідно до якого здоров'я поставало б найвищою загальнолюдською цінністю, а здоровий спосіб життя – «еталоном природної поведінки людини» [5, с.39]

Важливу роль у реалізації цього завдання відводиться валеологічному вихованню – спеціально організованому процесу формування валеологічного світогляду (системи поглядів і переконань щодо фактів і явищ здорового способу життя) , почуття обов'язку і відповідальності за своє здоров'я і спосіб життя; навичок дотримання здорового способу життя і діяльності, що сприяє оздоровленню організму, розкриттю резервних можливостей людини. [6, с. 74] Заслуговує на увагу думка про те, що програма з валеологічного виховання має передбачати створення таких умов для розкриття суб'єктивного досвіду студентів і його переходу в якісно новий статус –

вітагенний досвід. Під останнім мається на увазі інформація, яку людина одержує в процесі життєдіяльності у вигляді знань, фактів, спостережень, почуттів, вчинків, а також висновків, до яких вона приходять внаслідок аналізу, самоаналізу та оцінки інформації, що становить для неї цінність і надовго зберігається в пам'яті. [6, с. 120]

Найбільшу значущість у вітагенному досвіді, з чим ми не можемо не погодитися, Л. Овчиннікова надає оціночній функції, завдяки якій „відбувається максимальне наближення ціннісного ставлення до здорового способу життя у майбутнього педагога та його життєвого досвіду, одержаного внаслідок стихійного впливу”. З одного боку, оцінка фактів, які створюють життєвий досвід, виявляє ставлення до здорового способу життя, а з другого, - дає змогу оцінити спосіб життя студента, регулювати його. Тому „використання життєвого досвіду, а точніше опертя на нього в процесі формування ціннісного ставлення до здорового способу життя може підвищити ефективність цього процесу” [6, с. 116].

Проведений аналіз літератури в галузі психології й педагогіки, присвяченої проблемі формування здорового способу життя у студентів закладів вищої освіти з позиції аксіологічного підходу дозволив зробити наступні висновки:

- зусиллями багатьох педагогів, психологів, розроблений й представлений в публікаціях зміст здорового способу життя;

- виявлено орієнтацію психолого-педагогічних дисциплін на користь ціннісного (аксіологічного) підходу до організації процесу навчання та виховання підростаючого покоління, але загальна тенденція використання аксіологічного підходу зв'язана більше із психологічним аспектом, а педагогічний аспект усе ще залишається мало вивченим.

Література:

1. Бех І.Д. Виховання особистості / І.Д.Бех.- Кн.1: Особистісно – орієнтований підхід: теоретико – технологічні засади.- К.: Либідь, 2003.- 278с
2. Вайнер Э.Н. Введение в валеологию. Методическое пособие для студентов.- Липецк, 1999.- С.27
3. Василенко В.А. Ценность и ценностное отношение / Василенко В.А. // Проблемы ценности в философии / под. Ред. А.Г.Харчева) – М. – Наука, 1966.- С.41-49
4. Горустович А.С. Понятие о ценностных ориентациях в психологической науке / А.С.Горустович // Психология в ВУЗе.- 2006.- №2.-С.84-92
5. Зайцев Г.К. Валеология: культура здоровья: кн.. для учителей и студ./ Г.К.Зайцев.- Самара: БАХРАМ – М, 2003.- С.15
6. Овчинникова Л.Н. Формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни у будущего педагога: дис.на соиск. ученой степени кандидата пед.. наук: 13.00.01 / Овчинникова Людмила Николаевна .-Екатеринбург, 2003.-188 с.
7. Оглоблін Д.О. Відношення студентів до здорового способу життя./ Матеріали науково-практичної конференції «Актуальні проблеми валеології й профілактичної медицини», 5-6 квітня, 2000.- Усурійськ: УММ,2000, - С.32.
8. Колесникова М.Г. Проектирование профессиональной подготовки валеолога в условиях педагогического колледжа: Автореф. Дисс. на соиск. канд. пед.наук. /13.00.01/ Санкт-Петербург, 1999, С.8-10.
9. Московченко О.Н. Системний підхід до оцінки здорового способу життя // Валеологія, 1999, №2. - С.14-18
10. Перевозчикова Е.В. Педагогические основы формирования здорового образа жизни будущего учителя: автореф. Дис. на соискание ученой степени канд. Пед. Наук: спец. 13.00.01. «Общая педагогика, история педагогики и образования» / Перевозчикова Е.В. – Шуя, 2001.- 20с.

