

**Актуальні концепції формування ціннісного відношення до
здорового способу життя студентської молоді**

Людмила Соколенко,

кандидат педагогічних наук, доцент

кафедри медико-біологічних основ фізичної культури

Уманський державний педагогічний інститут імені Павла Тичини

***Анотація:** В статті розглянуто актуальність проблеми формування ціннісного відношення до здорового способу життя студентської молоді, виховання здорового молодого покоління, здатного збільшувати його духовні й матеріальні цінності на соціально-педагогічному рівні. Висвітлено характеристику й наступний порівняльний аналіз існуючих концепцій формування здорового способу життя підростаючого покоління, студентської молоді й ціннісного до нього відношення.*

***Ключові слова:** формування, ціннісний, здоровий спосіб життя, виховання, студентська молодь, здоров'я, відношення, виховання.*

Прагнення України бути високорозвиненою, правовою, демократичною, авторитетною у світі державою актуалізує необхідність розв'язання не лише економічних і політичних проблем, але й проблем охорони і збереження здоров'я громадян. Адже тільки здорова людина спроможна створювати духовні й матеріальні цінності, генерувати нові ідеї і творчо реалізувати їх.

Проблема збереження й зміцнення здоров'я студентської молоді 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 загальносвітовою 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. Щедріна). 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. Лісицин, Л. Сущенко, Л. Татарнікова, Б. И. Чумаків, й 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.

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.

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 покійного 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 погіршенню 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 був єдиним методом турботи про мораль підростаючого 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 призначена для підготовки фахівців до роботи в освітніх установах, спрямованих на пропаганду здорового способу життя серед учнів.

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 підростаючого 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. – 33с.
5. Колбанов В. В. Валеология. Основные понятия, термины и определения /В. В. Колбанов. – СПб. : ДЕАН, 2000. – 232с.
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. – 167с.
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.