

## ПРОБЛЕМА ВАЛЕОЛОГІЗАЦІЇ ОСВІТИ НА СУЧАСНОМУ ЕТАПІ РОЗВИТКУ ПЕДАГОГІЧНОЇ НАУКИ

*У статті наведено докладний аналіз сучасних науково-методичних джерел в галузі валеологічної освіти та зроблено висновки щодо рівня сформованості валеологічної спрямованості сучасної освіти.*

*Ключові слова: валеологічна спрямованість, здоровий спосіб життя, валеологічна освіта.*

На сучасному етапі розвитку молодшої науки валеології її засади використовуються в навчанні, вихованні, лікуванні, психічній реабілітації та багатьох інших сферах життєдіяльності людини. При цьому необхідно зазначити, що порівнювати валеологію і медицину, ототожнювати їх, буде некоректно хоча б тому, що предметом медицини є хвороба людини, тоді як предметом валеології – її здоров'я та здоровий спосіб життя.

**Мета статті** – зробити аналіз сучасних науково-методичних джерел у галузі валеологічної освіти, а саме: розробок, що стосуються освітнього процесу ВНЗ та приділяють увагу формуванню навичок здорового способу життя крізь призму професійної діяльності.

Оскільки предмет валеології включає в себе різноманітні аспекти життя людини, то його вивченням і розвитком мають займатися спеціалісти з різних галузей науки: фізіологи, психологи, соціологи та ін. І безумовно науково-педагогічний загал не може стояти осторонь цієї проблеми.

Так, низка авторів вважає, що з усіх інших розділів на особливу увагу заслуговує саме розділ педагогічної валеології, називаючи його одним з найбільш прикладних й універсальних. Деякі вчені висловлюють думку, що за рівнем значущості педагогічну валеологію можна порівняти з розділом медичної валеології. Слід зазначити, що наразі педагогічна валеологія розвивається найбільш інтенсивно разом з іншими розділами валеології, зокрема медичним. Цей факт легко пояснити тим, що в суспільстві назріла потреба в оздоровленні, яке значною мірою може бути забезпечено через створення системи формування здорового образу життя підростаючого покоління.

Дослідження проблеми валеологічної педагогіки активно розробляються в сучасному науковому середовищі, не припиняються дискусії про її місце в системі знань. Так, у 1995 р. Л. Татарникова вперше запропонувала до розгляду нову галузь педагогіки – педагогічну валеологію [1]. У своїй праці вона акцентує увагу на тому, що процес навчання має бути організований таким чином, щоб не тільки зберігалось здоров'я учнів та викладачів, а й проводилася планомірна робота над формуванням у молоді позитивної мотивації до здоров'я та здорового способу життя. Т. Іванова також розглядає педагогічну валеологію виключно як розділ педагогіки, що присвячений питанням збереження й примноження здоров'я (використовуючи особливі методи навчання) [2]. Але ж М. Смирнов вважає педагогічну ва-

леологію розділом загальної й називає її предметом процес і організацію навчання молодих спеціалістів у сфері валеологічної підготовки [3].

Таким чином можна зробити висновок про те, що процес диференціації напрямів педагогічної валеології ще не завершено й продовжується визначення місця педагогічної валеології в системі знань. Але вже можна констатувати, що єдність авторів у визначенні сутності педагогічної валеології досягнуто.

Аналіз наукових джерел дав змогу зробити висновок, що під педагогічною валеологією мається на увазі така система знань, умінь та навичок, що здатна ініціалізувати розвиток базових процесів здорового способу життя особистості, її потреби в подальшому підтриманні ЗСЖ. Тобто вже в процесі навчання майбутніх фахівців фізичного виховання необхідно формувати вміння вирішувати педагогічні завдання крізь призму валеологічних знань.

Б. Зисманов у своїй праці [4] стверджує, що відображення педагогічна валеологія отримує в процесі валеологічної освіти й навчання, валеологічного виховання, які мають за основу валеологічну культуру та знання. При цьому він підкреслює, що валеологічна освіта взаємодіє з розумовим, фізичним, професійним та іншими видами освіти. Тільки за умови подібної взаємодії стає можливим ефективне виконання функцій кожного виду освіти.

На основі аналізу літературних джерел виділено основні завдання педагогічної валеології:

- виховання в студентському середовищі мотивації до ведення здорового способу життя, що базується на освоєнні знаннями про здоров'я та механізми життєдіяльності людського організму;
- навчання молоді методів і засобів, за допомогою яких можливе оцінювання власного фізичного стану;
- вивчення своїх функціональних можливостей і засоби їх правильного використання;
- валеологічне оцінювання та контроль рівня фізичного й соматичного здоров'я молоді, організація заходів з оздоровлення підростаючого покоління, що включають у себе фізичні вправи, психологічні консультації, психокорекцію тощо.

На наш погляд, дуже важливим є те, що В. Бузунов виділяє сім базових принципів, які є основою педагогічної валеології [5]:

- *принцип природньої доцільності*, згідно з яким система освіти має будуватися з урахуванням природньої сутності людини та законів її розвитку;
- *принцип унікальності особистості*. Застосовуючи цей принцип у процесі освіти необхідно пам'ятати про те, що кожна людина унікальна та неповторна. Тому в ході навчання не варто студентів порівнювати один з одним, "підтягувати" один до одного тощо, тому що це може спровокувати в них агресію та інші психологічні розлади;

– *принцип доповнення*. При його реалізації у студентів з'являється розуміння того факту, що людина має взаємодіяти з іншими людьми та без цієї взаємодії людина не в змозі себе реалізувати. Також стає переконанням той факт, що вміння слухати та розуміти іншу людину, вміння приймати та узгоджувати думки й результати діяльності призводять до взаєморозуміння між людьми;

– *принцип безумовної любові*: виховати в людині відповідальне ставлення до свого здоров'я можна тільки в тому разі, коли вона відчуває свою необхідність і любов близьких;

– *принцип невизначеності* передбачає в кінцевому рахунку відмову від готових знань в освіті: викладач та студент результат отримують спільно в творчому процесі навчання;

– *принцип проектувальної освіти*. Реалізація цього принципу передбачає навчання студентів способів організації своєї діяльності. У результаті в них має сформуватися розуміння того, що кожна діяльність складається з аналізу ситуації, постановки мети, планування й реалізації діяльності та закінчується аналізом результату;

– *принцип резонансу* узгоджується з творчою природою особистості. При цьому одним із завдань освіти вважається постійне моделювання ситуацій, у яких студенти можуть проявити свої творчі здібності.

Автор акцентує увагу на тому, що врахування цих принципів дасть змогу сформувати в людині готовність до здоров'ятворіння та самоорганізації, до розвитку її адаптивних властивостей.

Також зазначимо, що, незважаючи на те, що в останні роки багато уваги відводилося проблемі популяризації здорового способу життя, дослідження більшою мірою стосуються питань здоров'я та здорового способу життя різноманітних вікових та/або соціальних груп [6]. При проведенні аналізу літературних джерел виявилось, що вкрай мало досліджень присвячено питанням формування позитивної мотивації до здоров'я в студентському середовищі крізь призму загальної культури особистості.

До того ж більшість досліджень вчених спрямована на вдосконалення та раціоналізацію рухових вмінь та навичок. Завдання подібних досліджень з різною мірою успішності розв'язувались на заняттях фізичною культурою у вищих навчальних закладах. При цьому підкреслимо той факт, що вивченню проблеми формування здорового способу життя молоді в розрізі її майбутньої професійної діяльності (з врахуванням економічних, соціальних, культурних умов) приділяється недостатньо уваги.

На наш погляд, максимального результату у вирішенні цієї проблеми можна досягти лише у випадку комплексного підходу: впровадження та посилення валеологічної спрямованості навчання в процесі фізичної, гуманітарної та природничо-гуманітарної підготовки майбутніх спеціалістів. Протягом освітнього процесу необхідно переконати молодь, яка навчається, в тому, що здоровий спосіб життя є основою у вихованні особистості нового покоління, яка поєднує в собі прагнення до активної життєдіяльно-

сті, моральну зрілість, здоров'я, професіоналізм тощо, особистості, що готова жити в сучасному світі [7].

Ми вважаємо, що в освітньому процесі ВНЗ необхідно більше уваги приділяти проблематиці формування навичок здорового способу життя в студентському середовищі з акцентом на застосуванні валеологічних знань у професійній діяльності. Відзначимо також, що ця проблематика є актуальною й при розгляді соціальної захищеності.

Як вже зазначалося, в більшості досліджень останніх років вищеназвані питання розглядались в контексті фізичного (професійного або прикладного) виховання, яке за основну мету мало вдосконалення навичок фізичної підготовки. При цьому про підвищення рівня валеологічної спрямованості в інших видах навчально-виховної діяльності ВНЗ (зокрема у процесі природничо-наукової підготовки) мова не велася.

Водночас через відсутність або низький рівень валеологізації освіти можливі катастрофічні наслідки. Все частіше в літературі згадуються дані про те, що рівень здоров'я людини, прийнятий за 100%, залежить від спадкових факторів (на 20%), від умов зовнішнього середовища (на 20%), від рівня наданих медичних послуг та системи охорони здоров'я (на 10%) та від способу життя людини (на 50%) [4]. Тобто спосіб життя, який веде людина, здатний, якщо не знищити, то великою мірою нівелювати позитивні наслідки інших факторів, що впливають на рівень його здоров'я.

Розмірковуючи про наслідки способу життя сучасного українця, не можна не відзначити такі факти: шкідливі звички з кожним новим поколінням стають "молодшими" (так, рівень алкоголізації підлітків-хлопчиків коливається від 72 до 92% залежно від регіону, підлітків-дівчаток – від 80 до 94%; до 17–18 років палять близько 50% юнаків та 25% дівчат), вік початку статевого життя має стійку тенденцію до зниження (близько 70% старшокласників вже мають сексуальний досвід). Наслідком цього є високий рівень смертності в підлітковому середовищі, який можна порівняти хіба що з віковою групою 65–70 років [8].

Крім цієї невтішної статистики відносно показників здоров'я та способу життя в підлітковому середовищі, зауважимо, що середній вік українців останні десятиріччя постійно знижується, а про покращення ситуації не доводиться говорити навіть у прогнозі на найближче десятиріччя [6]. Таким чином, ВООЗ зараховує Україну до групи країн, у яких відзначений найвищий у Європі та Центральній Азії рівень смертності (регіон Європа – С). При цьому навіть серед цих країн (Білорусь, Угорщина, Казахстан, Латвія, Литва, Молдова, Росія Україна, Естонія) наше місце передостаннє: за роки незалежності Україна втратила близько 6 млн осіб [7].

Проблема здоров'я нації стає настільки нагальною, що про аспекти, з нею пов'язані, говорить прем'єр-міністр України М.Я. Азаров [8]. Так у своєму вступному слові на засіданні Кабінету Міністрів України 31 серпня 2011 р. він відзначив низький стан здоров'я сучасних підлітків: "...Вчора в харківській школі медсестра, людина, яка все життя пропрацювала в шкільній амбулаторії, була вражена тим, наскільки ослабли наші діти. 58% ві-

дсотків – хворі. В першу чергу на серцево-судинні захворювання. Жахливо, що у нас діти помирають на уроках фізкультури – і то не через надмірні навантаження...”. Також пан М.Я. Азаров згадав деякі причини цього явища: “... Проте здоров’я наших дітей залежить не тільки від якості медичного забезпечення. Є ще проблема нерационального і незбалансованого харчування дітей. Не меншою проблемою є малорухливий спосіб життя...”. Одним із шляхів вирішення цієї проблеми прем’єр-міністр вбачає впровадження Концепції Загальнодержавної цільової програми розвитку фізичної культури і спорту на 2011–2016 рр. М.Я. Азаров одним з основних напрямів вирішення цієї проблеми з тих, що зазначені в Концепції, назвав популяризацію здорового способу життя.

Тож цей виступ прем’єр-міністра ще раз доводить, що на поточний момент постала необхідність у розробці та впровадженні програм, які формують у молодіжному середовищі моду на здоровий спосіб життя, що створюють позитивне ставлення до здоров’я та фізичної культури. При цьому викладачі фізичного виховання мають бути на чолі цього руху.

**Висновки.** Отже, підсумовуючи наведений вище аналіз науково-педагогічних джерел, ми наголошуємо, що феномен валеологічної спрямованості особистості майбутнього ще не був об’єктом комплексного дослідження в науковому середовищі.

Таким чином можна зробити висновок про те, що підвищення рівня валеологічної спрямованості освіти дасть змогу значною мірою підвищити рівень валеологічної культури (як результат і валеологічної свідомості) в студентському середовищі, що обов’язково приведе до позитивних зрушень у ставленні суспільства до свого здоров’я, форм та засобів його покращення тощо. Крім цього, валеологізація освіти (на всіх етапах) дасть можливість максимально швидко й ефективно впровадити традиції здорового способу життя в суспільство.

#### **Список використаної літератури**

1. Татарникова Л.Г. Педагогическая валеология: генезис, тенденции развития / Л.Г. Татарникова. – СПб. : Петроградский и К, 1995. – 352 с.
2. Смирнов Н.К. Валеология: Триединство актуальных задач / Н.К. Смирнов, Л.Д. Старикова // Здоровье и образование. Проблемы педагогической валеологии : матер. I Всерос. научн.-практ. конф. 28–30 марта 1995 г. – СПб., 1995. – С. 49–50.
3. Зысманов Б.М. Педагогические условия формирования здорового образа жизни студентов в образовательном процессе вуза : дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.01 / Б.М. Зысманов. – Смоленск, 2006. – 213 с.
4. Бузунов В. Оренбургский государственный университет, Банк педагогической информации [Электронный ресурс] / В. Бузунов. – Режим доступа: [http://bank.orenipk.ru/Text/t39\\_178.htm](http://bank.orenipk.ru/Text/t39_178.htm).
5. Давиденко Д.П. Здоровый образ жизни : учеб. пособ. / Д.П. Давиденко, П.В. Половников, Ю.Ю. Глушков. – СПб. : СПбГУ, 1996. – 173 с.
6. Либанова Э.М. Демоскопweekly [Электронный ресурс] / Э.М. Либанова. – Режим доступа: <http://demoscope.ru/weekly/2010/0405/analit03.php>.
7. Державна служба статистики України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://www.ukrstat.gov.ua/operativ/operativ2007/ds/nas\\_rik/nas\\_u/nas\\_rik\\_u.html](http://www.ukrstat.gov.ua/operativ/operativ2007/ds/nas_rik/nas_u/nas_rik_u.html).
8. Офіційний сайт Партії регіонів України, вступне слово Прем’єр-міністра України Миколи Азарова на засіданні Кабінету Міністрів 31 серпня 2011 року [Елект-

ронний ресурс]. – Режим доступа: [http://www.partyofregions.org.ua/ru/news/direct\\_speech/show/5080](http://www.partyofregions.org.ua/ru/news/direct_speech/show/5080).

**Пранова Е.В. Проблема валеологизации образования на современном этапе развития педагогической науки**

*В статье приведен подробный анализ современной научно-методической литературы в сфере валеологического образования и сделаны выводы об уровне сформированности валеологической направленности современного образования.*

*Ключевые слова: валеологическая направленность, здоровый образ жизни, валеологическое образование.*

**Pranova E. The problem of valeology implementation to the educational process at the present stage of development of pedagogical science**

*The paper gives a detailed analysis of current scientific and methodological sources in valeological education and conclusions about the level of formation valeological orientation of modern education in Ukraine.*

*Key words: valeological orientation, healthy lifestyle, valeological education.*