

УДК 613.9 : 37

КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ КАК ОСНОВА ВОСПИТАНИЯ ЗДОРОВОГО ПОКОЛЕНИЯ В СОВРЕМЕННОЙ ШКОЛЕ

В.П. Горашук

Статья посвящена теоретической и методологической разработке нового современного направления формирования культуры здоровья личности; освещаются структурные компоненты: программно-содержательный, потребностно-мотивационный, деятельно-практический и дается их содержательная характеристика.

***Ключевые слова:** культура здоровья, программно-содержательный компонент, потребностно-мотивационный компонент, деятельно-практический компонент.*

Развитие современного общества сопровождается изменением всех сторон его жизни, что вынуждает по-новому, более широко взглянуть на проблему здоровья. По мнению специалистов, здоровье людей, продолжительность жизни являются показателями социально-экономического благополучия страны.

Успешному разрешению проблемы здоровья нации будет способствовать понимание у представителей государства и общества в целом того, что потенциал здоровья человека зависит от четырех групп факторов. Учеными установлено, что на 20 - 25% здоровье человека зависит от состояния окружающей среды; на 15 - 20% - обусловлено генетическим фактором; на 50 - 55% - определяется образом жизни и лишь на 8 - 10% здоровье зависит от деятельности системы здравоохранения, ее служб и учреждений.

Цель медицины как науки и практики – лечение и предупреждение болезней человека. Медицина изучает различные психологические, физиологические отклонения в состоянии организма, но менее всего ее интересует состояние человека, которого можно назвать здоровым. В силу объективных и субъективных причин здоровый человек остается на периферии врачебных интересов.

Развитие современного общества сопровождается изменением всех сторон его жизни, что вынуждает по-новому, более широко взглянуть на проблему здоровья. Практика показывает: путем преимущественно лечебной медицины и больничного здравоохранения дальше идти нельзя.

Нужно больше затрачивать средств и прилагать усилия к еще небольшому человеку, привлечь на помощь ему все силы и средства общества и государства. Эта задача не укладывается в рамки медицины, как показывает практика, медицина не справляется с этой задачей, поэтому нужна консолидация различных социальных служб, которые формируют здоровое поколение.

Как видим, здоровье людей зависит далеко не только от медицины и здравоохранения, а от всего комплекса естественных и социально-экономических условий жизни человека.

Проблема здоровья индивида как субъекта современного общества всегда была предметом неослабленного внимания ученых и практиков, медиков и педагогов. В соответствии с современным развитием и состоянием науки и практики о формировании здоровья человека, естественно, изменяются и представления об этом феномене.

Если раньше сущность здоровья человека рассматривалась только с позиции естественных научных знаний, то современный уровень развития науки, культуры, социума предполагает рассмотрение сущности здоровья человека с гуманитарной позиции в единстве с естественно научной и культурологической, что может свидетельствовать о системности, аксиологичности, целостности изучения феномена здоровья. Назрела историческая необходимость расширения представлений и знаний о здоровье (духовное, психическое, физическое).

Под определяющим воздействием культуры осуществляется развитие общества, и в первую очередь человека. Вне культуры, вне культурного оформления поведения и деятельности человека утрачиваются целесообразность и целенаправленность развития, смысл его существования, поскольку в них выражается человеческий опыт, общественные традиции и механизмы, их реализации на практике. Поэтому самый опасный дефицит общества – это дефицит культуры. Состояние культуры – это лицо, душа, общество, наиболее характерная, общезначимая ценность. Уровень развития культуры является решающим условием прогресса общества и человека.

Культура как универсальное явление пронизывает все сферы общественной жизни и виды человеческой деятельности. В зависимости от этого выделяют различные виды культуры: политическую, экономическую, духовную, правовую, физическую, культуру здоровья и др. На основе этого можно выделить культуру здоровья как относительно самостоятельное и особое социальное явление.

Одно из ведущих мест в решении проблемы формирования здорового поколения должно занимать новое направление в системе образования – формирование культуры здоровья человека, которое является составным компонентом общей культуры личности.

Интерес к проблеме здоровья личности никогда не пропадал, а, напротив, существенно возрос в связи с вступлением нашего общества в новую, чрезвычайно ответственную стадию своего исторического развития, принципиальная новизна которой связана с глобальными преобразованиями в социально-экономической сфере страны. Это вызывает необходимость осуществления качественных преобразований во всех сферах общественной жизни. В том числе в системе образования, что обеспечит и быстрые темпы прогрессивного развития страны.

По нашему мнению, на современном этапе развития системы образования нельзя говорить о несовершенстве ее, необходимо говорить о слабой подвижности, лабильности ее путей и связей с изменением социально-экономической жизни общества. Формирование культуры здоровья личности современного общества выступает, на наш взгляд, центральной научной и практической проблемой современной системы образования Украины.

Что же представляет собой культура здоровья? Культура здоровья – не просто механическая связь этих слов, понятий, а синтез, образующий новое качество, новый смысл.

Одна из проблем культуры здоровья – это проблема определения сущности понятия «культура здоровья».

Культура здоровья понимается нами как часть общей культуры личности.

Культура здоровья существенно отличается от других разновидностей культуры своими структурными элементами и содержанием, которые находятся в сфере познания педагогической науки. Следовательно, она является самостоятельным педагогическим феноменом.

Анализ основных философских, социологических, культурологических и педагогических концепций культуры вообще и культуры личности в частности дает нам солидную научную основу для понимания сути категории культуры здоровья человека.

Нами предложена структура модели культуры здоровья личности, которая состоит из трех блоков: потребностно-мотивационного, программно-содержательного и деятельностно-практического. Думается, в структуре модели культуры здоровья школьника целесообразно выделить эти же блоки, имеющие следующие особенности.

Программно-содержательный блок характеризует все виды знаний и представлений школьника, которые являются отражением сознания человека объективных явлений в физическом воспитании и валеологической действительности. Они включают подготовку школьников к разработке, анализу и выполнению индивидуальной оздоровительной системы на основе валеологических закономерностей и физического воспитания, взаимосвязи содержания и подбора индивидуальных оздоровительных технологий в соответствии с возрастными, половыми особенностями.

Успешное формирование культуры здоровья школьника можно осуществлять лишь при условии оптимально подобранного программно-содержательного блока модели культуры здоровья личности школьника.

При определении структуры и наполнения содержания этого блока мы исходили прежде всего из сущности понятия «здоровье», рассматривали человека и его здоровье как систему с пирамидальным принципом построения. Опираясь на принципы системного подхода, мы выделили три аспекта содержательной стороны культуры здоровья личности – духовный, психический и физический, где определяющим и направляющим в этой системе является духовный аспект. В соответствии с этим мы стремились подобрать содержательное поле так, чтобы приобретая и усваивая объем знаний по физическому воспитанию, валеологии и безопасной жизнедеятельности, человек мог формировать, сохранять и укреплять свое здоровье с учетом возрастных, половых, индивидуальных особенностей и вероисповедания.

В основу современных взглядов на культуру здоровья личности школьника заложена идея, в соответствии с которой учебные предметы физического воспитания, валеологии, безопасной жизнедеятельности и другие функционируют как социально необходимое содержательное

поле, метод, способ образования и воспитания здоровой личности учащегося, как программа обучающая, способствующая разработке индивидуальной оздоровительной системы с гуманистическими ценностными ориентациями. Личность школьника с гуманистическими ценностными ориентациями должна выступать целью осуществления физкультурного, валеологического и культурологического образования и воспитания в школе.

В наполнении содержанием этого компонента культуры здоровья большое значение приобретает овладение национальными традициями физического и валеологического воспитания, связанными с закономерностями формирования здоровья человека. Проникновение в духовную сокровищницу народной медицины физического воспитания и спорта, которая включает в себя многовековой опыт и имеет значительный интерес для изучения не только национальных, но и мировых оздоровительных систем. Это может стать основой для формирования национального самосознания и развития способности у школьников к диалогу различных оздоровительных культур.

Нам представляется, что теоретический компонент знаний о культуре здоровья должен быть личностно ориентированным и окрашенным эмоционально-ценностным отношением их к физической культуре и здоровью.

Потребностно-мотивационный блок прежде всего включает такой субъективный фактор, как мотив. Он зарождается в мотивационной сфере сознания школьника, охватывающей стремления, потребности и интересы. В качестве мотива формирования культуры здоровья школьника могут выступать внешние обстоятельства, но ведущее значение в ее формировании имеют такие мотивы: любовь к людям, радость познания, желание быть счастливым, участие в творчестве, стремление быть здоровым, физически сильным и красивым и др.

Мировоззрение понимают также как одну из форм направленности личности – системы её взглядов на себя и своё место в мире и обусловленных убеждений, идеалов, принципов, ценностных ориентаций и жизненных позиций личности.

Мировоззрение представляет основу содержания ценностных ориентаций в культуре здоровья личности.

Воспитывать культуру здоровья личности школьника – это значит, прежде всего, формировать личностный и общественный идеал, в

соответствии с которым духовное и психофизическое здоровье является высшей общечеловеческой ценностью. Воспитание культуры здоровья предполагает обучение молодежи практическим навыкам в формировании физически привлекательного, здорового, одухотворенного образа жизни – эталона естественного поведения.

Формирование культуры здоровья школьника должно основываться на таком мировоззрении, при котором школьник осознает себя на космопланетарном, биосоциальном и национально-личностном уровнях. Необходимо формировать у школьников системное понимание сущности человека, а для этого требуется новое осмысление ценности и смысла его жизни.

Космопланетарный уровень сознания предполагает, что человек живет внутри огромного живого организма – Космоса, и на его здоровье в огромной степени влияет этот фактор. Человек является элементом Космоса, космической сущностью, которая рождается, развивается, живет и подчиняется законам Космоса. Организм человека подчинен всем энергоинформационным колебаниям, происходящим в Космосе, а следовательно, на его существование и здоровье человека влияют различные изменения, происходящие в Космосе и влияющие на человека непосредственно или опосредованно. К примеру, на человека и его здоровье влияют вспышки на Солнце, Лунный цикл также сказывается на функционировании организма человека. Смена дня и ночи влияет на интенсивность деятельности всех систем организма человека, что в свою очередь отражается на состоянии его здоровья.

Под планетарным состоянием здоровья следует понимать, что окружающая человека природная среда сильно воздействует на его здоровье. Такое же влияние оказывают колебания состояния воды на планете (пар, лед, жидкость), передвижение ее по поверхности планеты, изменения внутреннего и поверхностного слоев почвы, ее растительного и животного мира. Особенности климата (температура, влажность, состояние воздуха), движение воздушных потоков и их различные сочетания, времена года, любые энергетические особенности места продолжительного нахождения (гравитация, электромагнитные волны, энергоинформационные воздействия различного характера (природные и техногенные геопатогенные зоны) и тому подобное влияют на здоровье человека.

Под биологическим уровнем здоровья человека необходимо понимать то, что человек является сложной биологической системой, которая рождается, развивается, живет и умирает по законам функционирования физиологических систем. Они в свою очередь являются неотделимой частью Природы, которая задает характер деятельности всех функциональных систем организма человека. Чтобы человек оставался здоровым он должен в своей жизни быть в гармонии с природными ритмами. Нарушение этих ритмов, несоблюдение биологических законов функционирования организма человека приводит его к сбоям и болезням.

Социальный уровень здоровья предполагает, что человек, живя в обществе, постоянно общается с другими индивидами, вступая с ними в идейные, производственные, бытовые, семейные, сексуальные и другие отношения, то есть находится в ментальной среде. Родившись, человек становится членом общества, а общество не всегда формирует здоровые жизненные потребности, интересы, мотивы, ценности, и тем самым порождает много болезней, таких как наркомания, пьянство, курение и др. Для того чтобы не допустить деградации, индивид должен себя осознавать как личность, как представителя исторически определенного общества, который находится в окружении индивидуальностей, живущих по законам конкретного социума, человек должен стремиться своей жизнедеятельностью способствовать созданию социально здоровой среды обитания.

Под национальным уровнем здоровья понимается то, что любой человек является представителем той или иной нации, которая имеет свой менталитет, культуру, уклад жизни, традиции, обычаи. Зная их и строя свою жизнедеятельность с учетом национальных особенностей, человек будет здоров.

Индивидуальный уровень здоровья означает, что на его особенности влияет уклад жизни, мода, окружение. В зависимости от них меняются взгляды и методы формирования, сохранения и укрепления здоровья. Например, для поддержки здоровья некоторые бегают трусцой, «качаются», занимаются аэробикой, йогой, ушу, различными видами единоборств или голодают по Брегу, питаются отдельно по Семеновой и т.д. Однако каждому человеку необходимо разработать индивидуальную оздоровительную систему с подбором определенных оздоровительных технологий занятий определенными видами физических упражнений,

воздействующих на духовный, психический и физический аспекты конкретной личности с учетом ее половых, индивидуальных особенностей и вероисповедания. Любой человек должен осознавать себя как индивидуальность, которая имеет определенный уровень здоровья, реализует себя на основе этого уровня в творческой деятельности, обладающую определенной степенью духовного, интеллектуального, психического и физического развития, осознающую свое бытие и место в Мире.

Такой уровень сформированности мировоззрения позволит школьникам добиться высокого уровня духовного здоровья, что поможет им прожить плодотворную и счастливую жизнь.

Деятельностно-практический блок можно считать наиболее важным с позиции систематического подхода к формированию культуры здоровья школьника. Известно, что в процессе учебной деятельности школьников осуществляется усвоение знаний, развиваются основные физические умения и навыки, физические качества, развивается его ценностное отношение к миру, формируются, интегрируются и проявляются различные качества личности. Культура здоровья приобретает свой смысл относительно к результатам практической физкультурной деятельности школьников.

Богатство и глубина личности школьника, обладающего высоким уровнем культуры здоровья, определяются тем, что он может, используя современные методы, теории и практики физического воспитания, приемы, способы оздоровления, разработать действенную индивидуальную оздоровительную систему. Такая личность имеет возможность интерпретировать, своевременно корректировать содержание индивидуальной оздоровительной системы в течение всей жизни.

Культура здоровья школьника выражается: в глубине и системности знаний, уровне сформированности гуманистических ценностных ориентаций, развитости разных типов мышления, понимании воспитательных возможностей национальных культурно-исторических традиций, физического воспитания, активности оздоровительной деятельности, проявлении творческой инициативы, эмоционально-ценностном отношении к учению и будущей профессии, способности к общению по валеологической тематике, умении разрабатывать индивидуальную оздоровительную систему.

Творческая позиция личности является высшим показателем культуры здоровья и проявляется в осознании социальной и личностной значимости физкультурного и валеологического образования и воспитания, в умении самостоятельно найти и определить проблему нездоровья, аргументированно и диалектически подойти к ее разрешению, изменять в случае необходимости оздоровительные технологии, виды физических упражнений индивидуальной оздоровительной системы.

Следует подчеркнуть тесную взаимосвязь теоретического, мотивационного и практического компонентов культуры здоровья.

Думается, что личностная позиция школьника, имеющего высокий уровень культуры здоровья, - это своего рода проекция на идеал культуры здоровья в единстве ее компонентов. Она раскрывает целостность культуры здоровья и синтезирует ее компоненты.

Следует отметить, что единство структурных компонентов культуры здоровья школьника характеризуется уровнем его общей культуры в целом. Общая культура школьника и его культура здоровья функционально связаны между собой и определяют развитие друг друга.

Предложенная модель культуры здоровья школьника может служить основой подготовки его к жизни, направленности на общее развитие личности.

Культура здоровья школьника выступает как единство физических способностей, гуманистических ценностных ориентаций, знаний и навыков поведения. Она выражается в наличии и степени развития задатков и способностей быть здоровым: в содержании установок на оздоровительную деятельность; в системе и глубине физкультурных и валеологических знаний, которая проявляется во владении оздоровительными технологиями; в наличии высокого уровня духовности, что позволяет ориентироваться в разновидностях ценностей и формировать через механизмы гуманистических ценностных ориентаций восприятие окружающего мира; в оздоровлении себя и окружающих.

Нами выделены следующие группы критериев уровня сформированности культуры здоровья школьников:

Теоретическая группа – это знание школьного предмета основы здоровья и физическая культура в полном объеме и других дисциплин школьной программы, в особенности вопросов формирования,

сохранения и укрепления здоровья с учетом возраста; физкультурная валеологическая эрудированность на уровне обобщенных знаний и важнейших понятий теории физического воспитания и науки валеологии; понимании национальной специфики физкультурных и валеологических знаний; овладение широким арсеналом знаний оздоровительных технологий.

Практическая группа включает активное использование на практике физкультурных и валеологических знаний, умение разрабатывать индивидуальную оздоровительную систему, высокий уровень владения умениями и навыками двигательной подготовки и оздоровительных технологий, отсутствие вредных привычек, ведение здорового образа жизни, умение анализировать и оценивать компоненты культуры здоровья, умение вести себя бесконфликтно со сверстниками и взрослыми.

В мотивационную группу входит сформированность у школьников гуманистических ценностных ориентаций, их способность вырабатывать и поддерживать в себе оптимистическое мироощущение, понимание ими смысла и осознание цели жизни, ответственное понимание ценности жизни, осознание себя как целостной личности, систематическое желание заниматься физическими упражнениями, четкое представление своего идеала здоровой личности.

Обобщающая группа включает в себя отсутствие пропусков занятий в школе по причине болезни, почти всегда или всегда приподнятое настроение или отличное самочувствие, уверенность в себе, систематическое занятие физическими упражнениями, правильное понимание поступков и поведения окружающих и адекватная реакция на них.

Вышеуказанные группы критериев сформированности культуры здоровья школьников существуют в единстве, внутренне взаимосвязаны и в своей совокупности образуют целостное системное явление.

Система знаний о формировании, сохранении и укреплении здоровья, получаемая личностью, обеспечивает развитие высокого уровня сознания. Эти знания, проверенные на практике, превращаются в убеждения, в определенную систему общечеловеческих ценностей, руководствуясь которыми личность реализует себя в полной мере в процессе жизнедеятельности.

Культура здоровья функционирует как сложная динамическая система и призвана оказывать воздействие на формирование потребности в систематических занятиях физическими упражнениями, формирование гуманистических ценностных ориентаций и в соответствии с ними поведение личности в обществе. Ведение здорового образа жизни – это показатель практической высокой степени владения культурой здоровья личности школьника. Общество и государство заинтересовано в том, чтобы процесс овладения культурой здоровья школьниками был целенаправленным и эффективным. Отсюда остро возникает проблема формирования культуры здоровья личности школьника, а особенно детей и молодежи, от которой в значительной степени зависит настоящее и будущее Украины.

При всей сложности, динамичности и длительности процесса формирования культуры здоровья школьника этот процесс управляем, о чем свидетельствует отечественный и мировой опыт. Культура здоровья формируется, прежде всего, систематической, целенаправленной, образовательно-просветительской деятельностью системы образования. Овладение теорией и практикой физического воспитания, валеологической наукой – это основной и главный шаг в формировании культуры здоровья личности.

Культура здоровья личности школьника является основным показателем готовности к успешной дальнейшей деятельности в разных сферах жизни выпускника.

Результатом деятельности по формированию культуры здоровья школьника является осознание личности школьника как частицы Вселенной, потребность этой личности в усовершенствовании своей духовной, психической и физической сфер.

Огромное значение, по нашему мнению, в процессе формирования культуры здоровья школьника имеет культурологический компонент. Национальный аспект культурологической подготовки личности школьника является неотделимым элементом физкультурного и валеологического образования и воспитанности в школе.

Таким образом, формирование культуры здоровья школьника не только зависит от социальных факторов, а в значительной мере воздействует на процессы, которые происходят в обществе. Это предполагает рассматривать формирование культуры здоровья, как подсистему в целостной социокультурной, психолого-педагогической и

медико-біологічної системі, де відображаються національні потреби, які звернені до навчання та виховання культури здоров'я школяра.

В сучасній духовно-культурній ситуації, характеризуємої поляризацією оздоровчих напрямків, формування культури здоров'я школяра засобами національних традицій, набуває соціальне значення.

Ми вважаємо, що неможливо представити реалізацію завдання формування культури здоров'я школяра без ефективного співробітництва вчителя, учня та батьків.

Єдинство загальної культури школяра та культури здоров'я його в системі відображає рівень духовно-фізичного розвитку школяра. Результат засвоєних ним норм, знань, умінь та навичок та спрямований на гармонізацію особистості з метою забезпечення активної, плідної та щасливої життя.

Високий рівень сформованості культури здоров'я школяра дозволить їм реалізувати свій духовний, інтелектуальний та фізичний потенціал на благо України.

Література

1. Апанасенко Г.Л., Попова Л.О. Медична валеологія (Вибрані лекції). – К.: Здоров'я, 1998. – 248 с.
2. Брехман І.І. Валеологія – наука про здоров'я. – 2-е вид., доп., перероб. – М.: Фізкультура та спорт, 1990. – 208 с.
3. Кириленко С. В. Соціально-педагогічні умови формування культури здоров'я старшокласників: Автореф. дис... канд.пед.наук: 13.00.07. – К., 2004. – 21 с.
4. Климова В.И. Человек и его здоровье. – М.: Знание, 1985. – 192 с.
5. Кривошеева Г.Л. Формування культури здоров'я студентів університету: Автореф. дис... канд.пед.наук: 13.00.04. – Луганськ, 2001. – 20 с.
6. Скумин В.А. Культура здоров'я – фундаментальна наука про людину. – Новочеркаськ: ТЕРОС, 1995. – 132 с.
7. Формування культури здоров'я в освітніх програмах / Видюк А.П., Дем'яненко Е.А., Белогурова Я.В., та ін. // Здоров'я та освіта: проблеми та перспективи: Матеріали Всеукр. наук.-метод. конф. / Гол. ред. А. Г. Рибковський – Донецьк: ДонДУ, 2000. – С. 18 – 20.

Стаття присвячена теоретичній та методологічній розробці нового сучасного напрямку формування культури здоров'я особистості; висвітлюються структурні компоненти: програмно-змістовний, потребнісно-мотиваційний, діяльнісно-практичний та дається їхня змістовна характеристика.

Ключові слова: культура здоров'я, програмно-змістовний компонент, потребнісно-мотиваційний компонент, діяльнісно-практичний компонент.

The article is devoted to theoretical and methodological development of new modern direction of health culture of a personality forming; structural components are being analyzed: program intentional, need motivational, action practical and their description in content are given.

Keywords: culture of health, program intentional component, need motivational component, action practical component .

Горащук В.П. – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри фізичної реабілітації і валеології Луганського національного університету імені Тараса Шевченка (м. Луганськ, Україна)

Рецензент – доктор педагогічних наук, професор Т.М. Ротерс

УДК 373.5.016:331.10124

ПРОБЛЕМА ПРОФЕСІЙНОЇ ОРІЄНТАЦІЇ УЧНІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ЗАКЛАДІВ УКРАЇНИ 20-х – СЕРЕДИНИ 30- х РОКІВ ХХ СТОЛІТТЯ

Т.Л. Гурман

У статті здійснено історико-педагогічний аналіз проблеми профорієнтації школярів у 20-х-30-х роках ХХ століття. За матеріалами вивчення різноманітних джерел розкрито педагогічні засади організації діяльності загальноосвітніх закладів з професійної орієнтації на шляху переходу від трудової до професійно спрямованої політехнічної в контексті реалізації завдань національної освіти в Україні на сучасному етапі її розвитку.

Ключові слова: професійна орієнтація, профконсультаційні установи, вибір професії, трудова школа, професійна школа, профконсультація, навчальні кабінети, шкільні майстерні.

Професійна орієнтація учнів – важлива складова частина навчально-виховного процесу загальноосвітньої школи. Життя показує, що правильний вибір професії для людини є джерелом радості, задоволення, творчого натхнення, що приносить найбільшу користь суспільству. Тому процес реформування і модернізації національної школи в