

УДК 371.72/378.047:33(043.3).355

ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ ЯК СКЛАДОВОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ОФІЦЕРІВ- ПРИКОРДОННИКІВ

Пантелєєв К.В.

Національна академія Державної прикордонної служби України імені
Богдана Хмельницького, Україна, м. Хмельницький

У статті розкриваються актуальні питання культури здоров'язбереження майбутніх офіцерів-прикордонників. Визначено зміст понять «культура», «здоров'я», «здоров'язбереження». Виокремлено зміст поняття «формування культури здоров'язбереження майбутніх офіцерів-прикордонників». Виділено основні етапи формування культури здоров'язбереження майбутніх офіцерів-прикордонників.

Зміст культури здоров'язбереження майбутніх офіцерів-прикордонників містить такі домінуючі компоненти: дотримання правил гігієни; рівень якості та безпеки освітніх умов, дозвілля та побуту; рівень рухової активності; безпечність інтимного життя; раціональне здорове харчування; рефлексія курсантами важливості здорового способу життя; рівень знань зі збереження здоров'я.

Ключові слова: майбутні офіцери-прикордонники, професійна підготовка, здоровий спосіб життя, культура здоров'язбереження.

Викладач кафедри особистої безпеки, Пантлєєв К. В. Формування культури здоров'язбереження як складової професійної діяльності майбутніх офіцерів-прикордонників / Національна академія Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького, Україна, м. Хмельницький

Пантлєєв К.В. Формирование культуры здоровьясохранения как составляющей профессиональной деятельности будущих офицеров-пограничников / Национальная академия Государственной пограничной службы Украины имени Богдана Хмельницкого, Украина, м. Хмельницкий

В статье раскрываются актуальные вопросы культуры здоровьясохранения будущих офицеров-пограничников. Определено содержание понятий «культура», «здоровье», «здоровьясохранения». Выделены содержание понятия «формирование культуры здоровьясохранения будущих офицеров-пограничников». Выделены основные этапы формирования культуры здоровьясохранения будущих офицеров-пограничников.

Содержание культуры здоровьесбережения будущих офицеров-пограничников содержит такие доминирующие компоненты: соблюдение правил гигиены уровень качества и

безпеки освітніх умов, дозвілля та побуту; рівень фізичної активності; безпека інтимного життя; раціональне здорове харчування; рефлексія курсантами важливості здорового способу життя; рівень знань про збереження здоров'я.

Ключові слова: майбутні офіцери-прикордонники, професійна підготовка, здоровий спосіб життя, культура збереження здоров'я.

Pantleev K.V. Formation of health preservation of culture as part of the professional activity of the future border guard officers / National Academy of State Border Service of Ukraine named after Bogdan Khmelnytsky, Ukraine, Khmelnytsky

The article describes the current issues of cultural preservation of the health of future border guard officers. The content of the concepts of "culture", "health", "health preservation". Highlighted the concept of "building a culture of the future border guard officers staying healthy." The basic stages of creating a culture of health preservation of the future border guard officers.

The content of the culture health preservation for future border guard officers contains such dominant components: compliance with the rules of hygiene level of quality and safety of the educational environment, leisure and everyday life; the level of physical activity; safety of the intimate life; sustainable healthy eating; reflection cadets the importance of a healthy lifestyle; the level of knowledge of health preservation.

Keywords: future officers, border guards, training, healthy lifestyle, health preservation culture.

Вступ. Здоровий спосіб життя є пріоритетними у сучасному освітньому середовищі. Значення культури здорового способу життя обумовлене потребами збереження здоров'я, а також існуючими загрозами щодо погіршення стану здоров'я українського населення та сучасною зовнішньополітичною ситуацією.

Правоохоронна система української держави знаходиться у стані реформування, ефективність якого залежить від багатьох вагомих факторів. Більшість цих факторів у кінцевому результаті повинні забезпечити високий рівень сформованості професійної компетентності майбутніх фахівців. Не є винятком і прикордонне відомство України. В майбутні офіцерів-прикордонників в процесі професійної підготовки слід сформувані надійні соціальні орієнтири, здатність адекватно долати виклики та небезпеки сучасного соціального життя, а також залишатись фізично та психічно здоровими особистостями

Метою статті є аналіз проблеми формування культури здоров'язбереження майбутніх офіцерів-прикордонників як складової їх професійної підготовки.

Виклад основного матеріалу статті. Одним з пріоритетних показників, що визначає специфіку діяльності прикордонного відомства країни є здоров'я його персоналу. Проблеми, що пов'язані зі здоров'ям українських прикордонників, на сьогодні, не відображені у фундаментальних наукових працях. Узагальнений аналіз наукової літератури щодо проблеми формування культури здоров'язбереження свідчить про існування наукових доробок педагогів, психологів, філософів, культурологів, соціологів, медиків та генетиків.

Аналіз світових нормативно-правових актів, а також вітчизняного законодавства щодо сприяння впровадженню здорового способу життя, свідчить про те, що світова спільнота активно усвідомлює необхідність забезпечення права людини на збереження та зміцнення здоров'я. Таке право передбачене Декларацією прав людини, Європейською соціальною хартією та багатьма іншими міжнародними документами. Проблема сприяння здоровому способу життя відображена у низці спеціальних документів, що приймалися під час міжнародних конференцій з проблем пропаганди здорового способу життя [4].

Аналіз наукової педагогічної літератури свідчить, що у ХХ столітті актуалізувались дослідження пов'язані із проблемою ефективних методів у збереженні здоров'я людини. Особливої актуальності набувають надбання Г. Ващенко, П. Лесгафта, О. Сухомлинського [1]. Вчені І. Матюшин, Ю. Мельник, В. Скумін започатковують рух, що передбачає формування здоров'я через культуру [3]. Сучасні дослідження проблеми формування здоров'я представлені працями В. Горащука [2], О. Маркова [3] та ін. Загальновизнаним стає твердження про те, що потреба в здоров'ї повинна перетворюватись в культурну потребу та стати нормою життя особистості.

Існують різноманітні погляди на сутність поняття «здоров'я» та не вдалість спроб створити єдине та узгоджене визначення цього поняття. Пояснюється така ситуація складністю, неоднозначністю та багатогранністю явища «здоров'я». Всеосяжність поняття створює труднощі у використанні його в науковому дослідженні.

У понятті «здоров'я» відтворено чимало різних смислів та відтінків, що належать до різних наукових галузей. Проте незмінним є той факт, що це поняття відображає характеристику людського існування, а вона, в свою чергу, існує в будь-якій культурі та переживає зміни, переоцінки, оновлення тощо [2].

Популярним, на сьогодні, є поняття «практично здорова людина», що виникло у 1998 році та визначається як стан людини, за якого патологічні зміни не впливають на її життєве світосприйняття та

працездатність. Водночас, нас зацікавили компоненти, що виділено у здоров'ї людини:

- фізичне здоров'я – рівень росту та розвитку органів та систем в організмі, а також морфологічні та функціональні особливості, що полегшують адаптаційні процеси;

- психічне здоров'я – рівень розвитку емоційної, вольової та мотиваційної сфер, самосвідомості, рівень адекватної поведінкової реакції тощо;

- соматичне здоров'я – біологічна програма існування людини;

моральне здоров'я – являє собою систему цінностей, поглядів, переконань, мотивів поведінки.

Вчений В. Розін в своїх наукових дослідженнях запропонував поєднати проблему формування культури та здоров'я особистості. На його думку здоров'я є культурним феноменом, який пов'язаний не з природними факторами, а соціальними. Вчений розглядав здоров'я як філософську проблему, зокрема як феномен культури [5].

Вирішення проблеми формування культури здоров'язбереження у процесі професійної підготовки передбачає створення умов для майбутніх фахівців щодо усвідомлення значення здоров'я для повноцінного професійного та повсякденного життя та орієнтації на збереження здоров'я.

У понятті культура «здоров'язбереження» термін «культура» відображає освіту, спосіб життя та світогляд, мораль, тобто є комплексом багатьох наук.

Культура у представленому дослідженні виступає як специфічна сфер життя, що відчула бурхливий історичний розвиток. У зв'язку із цим, культура тривалий час у наукових працях пов'язувалась із уявленнями про дії, зусилля, що покликані щось змінити.

Проте, на сьогодні, культура відчула глибокий аналіз своєї сутності. Нам імпонує таке визначення культури, за якого вона є культурною реальністю, системним способом буття, є спектром практичної та духовної діяльності людини, її ставлення до об'єктивної реальності та самої себе [4].

Отже, аналіз понять «здоров'я» та «культура» дає можливість дослідити сутність поняття «культура здоров'язбереження».

Культурна особистість є зобов'язана бути «творцем здоров'я», а тому культура здоров'язбереження, на нашу думку, є певним обсягом знань, умінь та навичок про здоровий спосіб життя, гуманістичні орієнтації, а також вміннями правильно використовувати фізичні, психічні та духовні резерви організму людини.

Для майбутніх офіцерів-прикордонників значення культури здоров'язбереження значно зростає у зв'язку із особливостями освітньої діяльності та специфікою майбутньої професійної

діяльності. Особливостями освітньої діяльності майбутніх офіцерів-прикордонників є:

- зв'язок між освітньою діяльністю та виконання службових обов'язків, (іноді в умовах повної бойової готовності);
- обов'язкове вивчення військово-спеціальних дисциплін;
- професійна підготовка майбутніх офіцерів-прикордонників має практичну спрямованість, що втілено у виїздах на полігони, польовий навчальний центр;
- застосування реальної бойової техніки та озброєння щодо охорони та захисту державного кордону;
- освітній процес реалізується в межах статутної організації, для якої характерна ієрархія, регламентовані керівні документи тощо.

У зв'язку із вищеподаним, формування культури здоров'язбереження майбутніх офіцерів-прикордонників є передумовою їх самореалізації, активної професійної та повсякденної діяльності, довголіття, реалізації внутрішніх резервів організму.

Формування культури здоров'язбереження майбутніх офіцерів-прикордонників є складовою їх загальної культури та професійної компетентності.

Поняття культури здоров'язбереження майбутніх офіцерів-прикордонників тісно пов'язане із поняттям їх здорового способу життя. У представленому дослідженні здоровим способом життя майбутнього офіцера-прикордонника є поєднання способів та форм його життєдіяльності, що забезпечують збереження та зміцнення здоров'я.

Формування культури здоров'язбереження майбутніх офіцерів-прикордонників містить такі домінуючі компоненти: дотримання правил гігієни; рівень якості та безпеки освітніх умов, дозвілля та побуту; рівень рухової активності; безпечність інтимного життя; раціональне здорове харчування; рефлексія курсантами важливості здорового способу життя; рівень знань зі збереження здоров'я.

Формування культури здоров'язбереження майбутніх офіцерів-прикордонників проаналізоване нами на основі змістовного вивчення термінів «культура», «здоров'я», «здоровий спосіб життя», вивчення особливостей їх освітньої діяльності.

Взагалом, слід зазначити що формування культури здоров'язбереження майбутніх офіцерів-прикордонників ґрунтується на декількох ключових етапах:

1. Когнітивний етап – характеризується поглибленням знань про здоров'я та здоровий спосіб життя, підвищення рівня культури щодо вивчення індивідуальних особливостей свого організму. На цьому етапі відбувається створення основи формування установок щодо здорового способу життя, формування початкового рівня культури здоров'язбереження. Основними психолого-педагогічними

методами є спостереження, лекції, диспути, бесіди, тестування та анкетування.

2. Оцінний етап характеризується появою самостійної адекватної оцінки власного стану здоров'я та відповідного рівня культури здоров'язбереження. Науково-педагогічний склад на цьому етапі повинен залучати майбутніх фахівців прикордонного відомства до самостійної роботи, навчити таким методам як самооцінка, самоаналіз, самопрогнозування власного здоров'я. Слід також спрямовувати курсантів-прикордонників на пошуки методів збереження, загартування та зміцнення здоров'я.

3. Активний етап характеризується активним відношенням до себе, зокрема до свого здоров'я. Науково-педагогічному складу та командирам підрозділів варто створити такі умови, що забезпечать вироблення потреби в проведенні заходів щодо самооздоровлення курсантів-прикордонників.

Таким чином, формування культури здоров'язбереження є одним з важливих факторів у формуванні, збереженні та зміцненні культури здоров'я майбутніх офіцерів-прикордонників. Оскільки освітня діяльність курсантів-прикордонників проходить у динамічній інформаційно-енергетичній атмосфері, то важливо сформувати їх високий рівень культури здоров'язбереження.

Висновок. Отже, теоретичний аналіз проблеми формування культури здоров'язбереження дало можливості розкрити зміст понять «культура», «здоров'я», «здоровий спосіб життя» як в цілому, так і для майбутніх офіцерів-прикордонників. На основі узагальнення теоретичного аналізу різнопланової наукової літератури визначено зміст поняття «культура здоров'язбереження майбутніх офіцерів-прикордонників».

Перспективами подальших розвідок у цьому напрямку є обґрунтування педагогічних умов формування цієї значущої для професійної діяльності здатності офіцера під час його навчання у ВНЗ; питання, пов'язані з формуванням у майбутніх офіцерів-прикордонників професійних компетентностей щодо формування культури здоров'язбереження; удосконалення діагностичних методик та технологій, спрямованих на виявлення рівнів сформованості культури здоров'язбереження.

Література:

1. Горашук В.П. *Формирование культуры здоровья школьников (теория и практика)* / В.П. Горашук. – Луганск: Альма-матер, 2003. – 376 с
2. Горашук В.П. *Теоретичні підходи до формування культури здоров'я школярів* / В.П. Горашук // *Зб. наук. праць Бердянського*

державного педагогічного інституту ім. П.Д. Осипенко (Педагогічні науки): у 2-х ч. – Ч. 2. – Бердянськ, 2002. – С. 128–136.

3. Маркова О.В. Виховання здорового способу життя учнів старшого підліткового віку з ослабленим здоров'ям: дис.... канд. пед. наук:13.00.07/Маркова Олена Віталіївна.-Кіровоград,2011.-292с.

4. Миценко І.М. Організаційно-економічний механізм регулювання безпеки життєдіяльності: Автореф. дис... д-ра екон. наук: 08.02.03 / І.М. Миценко; НАН України. Ін-т економіки пром-сті. — Донецьк, 2005. — 30 с. — укр. Мойсеюк В.П. Сучасні підходи до вивчення феномену культури здоров'я/ В.П. Мойсеюк // – Тернопіль: Богдан, 2012. – 125 с.

5. Сущенко Л.П. Здоровий спосіб життя людини як об'єкт соціального пізнання: дис. ... канд. філософ. наук: 09.00.03 / Людмила Петрівна Сущенко; Запорізький держ. ун-т. – Запоріжжя, 1997. – 185 с.

References:

1. Horashchuk V.P. Formyrovanye kul'tury zdorov'ya shkol'nykov (teoryya y praktyka) / V.P. Horashchuk. – Luhansk: Al'ma-mater, 2003. – 376 s

2. Horashchuk V.P. Teoretychni pidkhody do formuvannya kul'tury zdorov'ya shkol'nyariv / V.P. Horashchuk // Zb. nauk. prats' Berdyans'koho derzhavnogo pedahohichnoho instytutu im. P. D. Osypenko (Pedahohichni nauky): u 2-kh ch. – Ch. 2. – Berdyans'k, 2002. – S. 128–136.

3. Markova O.V. Vykhovannya zdorovoho sposobu zhyttya uchniv starshoho pidlitkovoho viku z oslablenym zdorov'yam:dys.... kand. ped. nauk:13.00.07/Markova Olena Vitaliyivna.-Kirovohrad,2011.-292s.

4. Mitsenko I.M. Orhanizatsiyno-ekonomichnyy mekhanizm rehulyuvannya bezpeky zhyttyedyal'nosti: Avtoref. dys... d-ra ekon. nauk: 08.02.03 / I.M. Mytsenko; NAN Ukrayiny. In-t ekonomiky prom-sti. — Donets'k, 2005. — 30 s. — укр. Moyseyuk V.P. Suchasni pidkhody do vyvchennya fenomenu kul'tury zdorov'ya / V.P. Moyseyuk // – Ternopil': Bohdan, 2012. – 125 s.

5. Sushchenko L.P. Zdorovyuy sposib zhyttya lyudyny yak ob'yekt sotsial'noho piznannya: dys. ... kand. filosof. nauk: 09.00.03 / Lyudmyla Petrivna Sushchenko; Zaporiz'kyy derzh. un-t. – Zaporizhzhya, 1997. – 185 s.