

Гаврилькевич В. К. Культура здоров'я: проблеми та пошуки // Соціально-гуманітарні та психолого-педагогічні науки : збірник наукових праць викладачів гуманітарного інституту (підготовлено за результатами науково-дослідної роботи 2005 року). Хмельницький: Хмельницький національний університет, 2005. С. 29-31.

УДК: 378.17 : 615.851.4

В. К. ГАВРИЛЬКЕВИЧ

Хмельницький національний університет

КУЛЬТУРА ЗДОРОВ'Я: ПРОБЛЕМИ ТА ПОШУКИ

У статті розглядаються проблеми, пов'язані зі збереженням і зміцненням здоров'я людини та нові напрямки наукових досліджень у цій сфері. Зокрема, проводиться короткий огляд наукових пошуків, які стосуються феномену культури здоров'я, та визначаються проблемні питання, які потребують подальших досліджень. На рівні гіпотези окреслені психологічні умови, що сприятимуть підвищенню ефективності формування культури здоров'я у студентів.

Здоров'я належить до групи явищ, які називають вічними або фундаментальними загальнолюдськими цінностями. Воно дає людині можливість найбільш повно реалізувати свій внутрішній творчий потенціал, створювати духовні й матеріальні культурні надбання, ефективно втілювати у життя вічні ідеї краси, почувавши себе при цьому щасливою. Тому проблеми вивчення феномену здоров'я, його збереження і зміцнення завжди були актуальними для людства.

У нашій країні, яка прагне будувати свою державність на вічних екзистенційних ідеях, питання, пов'язані з вихованням здорової людини, знайшли своє законодавче закріплення в Конституції, “Основах законодавства України про охорону здоров'я”, Державних національних програмах “Освіта (Україна XXI століття)”, “Діти України”, Законі України “Про загальну середню освіту”. Забезпечення у кожному навчально-виховному закладі відповідних умов для навчання і виховання здорової особистості є одним із пріоритетних напрямів реформування освіти, оскільки саме в молодому віці формуються основні засади відношення людини до життя та система фундаментальних життєвих цінностей.

На жаль, дані медичних статистичних досліджень свідчать, що стан здоров'я населення нашої держави, в тому числі молоді, бажає бути кращим. Так, за даними Міністерства охорони здоров'я України майже 90 відсотків дітей, учнів, студентів мають відхилення у здоров'ї [1, с.3]. Зростає рівень соматичної і психічної захворюваності. Такий

стан обумовлений багатьма факторами: соціальними проблемами, погіршенням екологічного середовища, малорухомим способом життя, низькою освіченістю у сфері психологічних закономірностей, самопізнання і самооздоровлення.

Проблема здоров'я стосується багатьох наук. Вона виявляє свою міждисциплінарність в тому, що її дослідженню присвячують праці філософи і соціологи, психологи, педагоги, медики, спеціалісти у галузі фізичного виховання, екологи, біологи та ін.

У зв'язку із тим, що сучасна медицина зосередилася на патології та хворобах і виявила свою неспроможність стосовно збереження здоров'я у здорових людей, виникла нова наука про здоров'я – *валеологія*, про яку вперше почав говорити І. І. Брехман [2].

Окремо піднімаються питання про концепцію *освіти, яка формує і зберігає здоров'я* (Ю. Науменко [3]; М. Романцев, Н. Лисовська, С. Рибалкин [4]), та *валеологічне і превентивне виховання* (Н. Побірченко [5]; І. Калиниченко, О. Єжова [6]; В. Безпалько, О. Коган [7]; Н. Завидівська [8] та ін.), про *психологію здоров'я* (О. Васильєва, Ф. Филатова [9]; О. Хлівна [10] та ін.).

Протягом останнього десятиліття об'єктом наукових досліджень став новий феномен – *культура здоров'я*. Він також є міждисциплінарним. Дослідженню його педагогічних аспектів присвятили свої праці: В. Скумин, Л. Бобина [11], Г. Кривошеева [1], С. Свириденко [12], Ю. Мельник [13-16]; Ю. Мельник, С. Свячена [17]; С. Кириленко [18]; О. Ахвердова, В. Магин [19]; Г. Зайцев, А. Зайцев [20]; О. Трещева [21]; В. Горащук [22]; В. Бабич [23]; Ю. Драгнев [24] та ін. Ю. Б. Мельник розглядає також філософські основи дефініції культури здоров'я [13]. Соціологічні аспекти даної проблеми досліджує Е. Семенова [25].

Метою даної статті є короткий огляд основних досягнень у науковому вивченні феномену культури здоров'я та виділення актуальних проблем у цій сфері.

Г. Кривошеева розглядаючи соціально-педагогічну актуальність проблеми формування культури здоров'я особистості, виділяє такі суперечності: між потребами суспільства у здорових громадянах і неухильним погіршенням їх здоров'я; між потребами виробництва у майбутніх здорових фахівцях і відсутністю методик їх оздоровлення під час навчання у вищій школі; між природним бажанням людини бути здоровою і її знаннями про здоров'я та вмінням його зберігати і зміцнювати [1, с.4].

В даному напрямку в певній мірі уже досліджені педагогічні умови, методи і засоби формування культури здоров'я у підростаючого покоління, критерії та показники рівнів її сформованості у різних вікових груп (дітей, підлітків, юнаків) тощо. Розроблені програми факультативних і спеціальних навчальних курсів «Культура здоров'я» для різних навчальних закладів.

Проте, незважаючи на відносно велику кількість наукових досліджень, на сьогоднішній день залишається відсутньою загально визнана концепція феномену культури здоров'я, яка би найповніше відображала його цілісність і багатогранність. Існують різні думки щодо співвідношення понять культури здоров'я та здорового способу життя, культури здоров'я і валеології, культури здоров'я і фізичної культури – від їх ототожнення до уявлення, згідно якого культура здоров'я об'єднує в собі ці поняття і являє собою більш вищий рівень розвитку особистості у сфері здоров'я. Не знайдено нами і психологічних досліджень феномену культури здоров'я. Невизначеними залишаються психологічні основи (умови, механізми, шляхи, принципи тощо) її формування.

Тобто, існує невідповідність між гострою потребою у формуванні культури здоров'я підростаючого покоління, в тому числі в навчальних закладах, і відсутністю науково обґрунтованих психологічних основ її формування.

Беручи до уваги соціально-педагогічну та психолого-педагогічну актуальність досліджуваної проблеми, її недостатню теоретичну і методичну розробленість, потреби виховної практики, ми вважаємо за необхідне продовжувати дослідження в даному напрямку. Зокрема, важливо визначити і обґрунтувати психологічні умови формування культури здоров'я в різних вікових групах, в тому числі у студентів.

Можливими, поки що гіпотетичними, умовами, врахування яких підвищуватиме ефективність формування культури здоров'я у студентів, на нашу думку є:

- 1) взяття до уваги вікових потреб та психологічних особливостей студентів при проведенні з ними заходів, спрямованих на формування культури здоров'я;
- 2) підвищення у студентів рівня суб'єктивного контролю (формування внутрішнього локусу контролю), перш за все у сфері здоров'я;
- 3) формування адекватної позиції здоров'я в ієрархічній системі особистісних цінностей студентів (доцільного і сумірного відношення студентів до здоров'я як життєвої цінності) та потреби і мотивації щодо збереження і зміцнення власного здоров'я;
- 4) розвиток у студентів уміння пізнавати, усвідомлювати і щиро висловлювати власні почуття і емоції (подолання алекситимії).

Висновки:

1. У зв'язку з великою актуальністю проблеми здоров'я в наш час та неспроможністю сучасної медицини, яку вона виявила у справі збереження здоров'я у здорових людей, виникли нові напрямки наукових досліджень, зокрема такі як: валеологія, концепція освіти, яка формує і зберігає здоров'я, психологія здоров'я, культура здоров'я.

2. Феномен культури здоров'я, будучи міждисциплінарним, має багато різних аспектів (педагогічні, філософські, соціологічні, психологічні та ін.), які потребують свого дослідження.

3. На сьогоднішній день найбільш дослідженими є педагогічні аспекти: умови, методи, засоби формування культури здоров'я, критерії та показники рівнів її сформованості у різних вікових груп (дітей, підлітків, юнаків) тощо. Розроблені програми навчальних курсів "Культура здоров'я".

4. Залишається ще багато проблемних питань, які стосуються феномену культури здоров'я, серед них: відсутність загальновизнаної концепції даного феномену, яка би найповніше відображала його цілісність і багатогранність; співвідношення понять культури здоров'я та здорового способу життя, культури здоров'я і валеології, культури здоров'я і фізичної культури; психологічні основи (умови, механізми, шляхи, принципи тощо) її формування.

5. Наявність великої кількості проблемних питань вимагає подальших міждисциплінарних досліджень феномену культури здоров'я.

Література

1. Кривошеєва Г. Л. Формування культури здоров'я студентів університету: Автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / Луган. держ. пед. ун-т ім. Т. Шевченка. – Луганськ, 2001. – 20 с.
2. Брехман И. И. Валеология – наука о здоровье. – М.: Физкультура и спорт, 1990. – 208 с.
3. Науменко Ю. В. Концепция здоровьесформирующего образования // Инновации в образовании. – 2004. – № 2. – С. 90-103.
4. Романцев М. Г., Лисовская Н. И., Рыбалкин С. Б. Здоровьесберегающее образование – стратегическая линия развития системы современного образования // Инновации в образовании. – 2004. – № 1. – С. 71-91.
5. Побірченко Н. С. Здоровотворні ідеї Василя Сухомлинського у валеологічному вихованні школярів // Педагогіка і психологія. – 2003. № 3-4. – С. 17-23.
6. Калиниченко І. О., Єжова О. О. Формування здоров'я школярів в умовах навчально-виховного закладу // Довкілля та здоров'я. – 2003. – № 3. – С. 59-61.
7. Безпалько В. В., Коган О. В. Освітні технології профілактики адитивної поведінки учнівської молоді // Педагогіка і психологія. – 2004. – № 3. – С. 62-69.
8. Завидівська Н. Сучасні напрями формування навичок здорового способу життя у студентів вищих навчальних закладів // Рідна школа. – 2005. – № 1. – С. 19-20.
9. Васильева О. С., Филатова Ф. Р. Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки: Учебное пособие. – М.: Академия, 2001. – 352 с.
10. Хлівна О. М. "Психологія здоров'я" для психологів: програма нового спецкурсу // Практична психологія та соціальна робота. – 2004. – № 10. – С. 12-16.

11. Скумин В. А., Бобина Л. А. Пропедевтика культуры здоровья. – Новочебоксарск: Терос. – 1994. – 192 с.
12. Свириденко С. Формування культури здоров'я дитини в сім'ї як чинник соціальної компетентності // Кроки до компетентності та інтеграції в суспільство: науково-методичний збірник. – К.: Контекст, 2000. – С. 135-139.
13. Мельник Ю.Б. Критерії та показники рівнів сформованості основ культури здоров'я у дітей молодшого шкільного віку // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. – 2004. – № 12. – С. 34-39.
14. Мельник Ю. Б. Культура здоров'я. Авторська програма факультативного курсу для учнів 1–4 класів. – Харків: ТОВ „ЕДЕНА, 2002. – 52 с.
15. Мельник Ю. Б. Філософські основи дефініції культури здоров'я // Матеріали науково-практичної конференції молодих вчених „Методологія сучасних наукових досліджень”. – Харків: „ОВС”, 2003. – Вип. 4. – С. 16.
16. Мельник Ю. Б. Формування культури здоров'я учнів початкової школи // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. – 2002. – № 23. – С. 37-49.
17. Мельник Ю. Б., Свячена С. М. Авторська програма спецкурсу „Культура здоров'я” для учнів I–III класу. – Харків: НВК № 12, 2000. – 21 с.
18. Кириленко С. Розвиток педагогічних технологій формування культури здоров'я старшокласників // Рідна школа. – 2003. – № 11. – С. 50-58.
19. Ахвердова О. А., Магин В. А. К исследованию феномена «Культура здоровья» в области профессионального физкультурного образования // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 9. – С. 5-7.
20. Зайцев Г. К., Зайцев А. Г. Валеология: Культура здоровья: Кн. для учителей и студ. пед. спец. – Самара : БАХРАХ-М, 2003. – 268 с.
21. Трещева О. Л. Культура здоровья личности (теоретическая модель) // Международный научный конгресс „Современный олимпийский спорт и спорт для всех”. Том 1. – М.: „Спорт Академ Пресс”, 2003. – С. 177-178.
22. Горащук В. П. Культура здоровья спортсмена и ее сущность // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. – 2004. – № 1. – С. 64-73.
23. Бабич В. І. Культура здоров'я як складова частина професійної підготовки майбутніх вчителів освітньої галузі "Фізична культура і здоров'я" // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. – 2004. – № 1. – С. 134-139.
24. Драгнев Ю. В. Проблеми формування культури здоров'я студентів інституту економіки і бізнесу // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. – 2004. – № 1. – С. 161-166.
25. Семенова Е. Л. Формирование культуры здоровья подрастающего поколения: проблемы становления и развития: Автореф. дис. ... канд. социол. наук: 22.00.06 / Е. Л. Семенова; Науч. рук. А. В. Меренков; Урал. гос. ун-т им. А. М. Горького. – Екатеринбург: Б. и., 2004. – 23 с.