

РОЗДІЛ II. ПРОБЛЕМИ ТЕОРІЇ ТА ІСТОРІЇ ОСВІТИ І ПЕДАГОГІКИ

УДК 37.011:373+37.032

А. А. Бєсєдіна

Сумський державний педагогічний
університет імені А. С. Макаренка

ПОНЯТІЙНО-КАТЕГОРІАЛЬНИЙ АПАРАТ У ДОСЛІДЖЕННЯХ З ПРОБЛЕМИ ЗБЕРЕЖЕННЯ ТА ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ

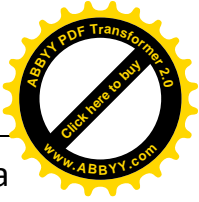
У статті розглянуто понятійно-категоріальний апарат проблем збереження, зміцнення здоров'я та формування здорового способу життя. Проаналізовано різні підходи до тлумачень провідних понять у здоров'яспрямованій діяльності, таких, як здоров'я, здоровий спосіб життя, формування здорового способу життя, культура здоров'я, ціннісне ставлення до здоров'я. Здійснено аналіз літературних джерел щодо визначення поняття «health promotion».

Ключові слова: здоров'я, культура здоров'я, здоров'язбереження, здоровий спосіб життя, формування здорового способу життя, ціннісне ставлення до здоров'я.

Постановка проблеми. Поняття здоров'я виникло давно. Натомість у зв'язку з постійним погіршенням стану здоров'я молоді проблема здоров'язбереження є актуальною в наш час. Здоров'я дітей – найцінніше надбання цивілізованого суспільства. Воно закладає фізичний, духовний, соціальний, інтелектуальний та фізичний базиси країни. Збереження і зміцнення здоров'я дітей, формування духовних потреб і навичок здорового способу життя є пріоритетними напрямками розвитку суспільства.

На сьогодні в Україні кількість людей з фізичними та психічними вадами щороку зростає. Кількість же людей, що займаються фізичною культурою та спортом, різко скоротилася. Спостерігається тенденція до постійного погіршення загального стану здоров'я населення України. Одну з головних причин убачаємо у відсутності співпраці педагогічного колективу та батьків, необізнаності батьків з цієї проблеми, відсутності свідомого ставлення до свого здоров'я як школярів, так і їх батьків, неосвіченості учителів щодо правильних форм та методів формування і зміцнення здоров'я учнів. Тому проблема формування здорового способу життя дітей шкільного віку залишається актуальною.

Аналіз актуальних досліджень. Зазначена проблема набуває ще більшого значення для сучасної школи, про що свідчать документи Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України. Низкою загальноосвітніх шкіл, закладів інтернатного типу, позашкільних закладів



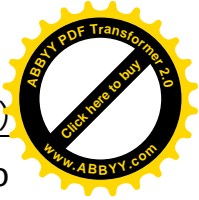
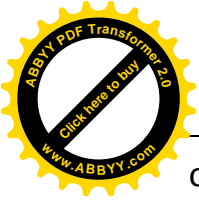
України набуто цінний досвід здоров'яспрямованої діяльності, яка забезпечує збереження, відновлення та зміцнення здоров'я вихованців.

Розглядаються різні підходи до тлумачень провідних понять у здоров'яспрямованій діяльності, таких, як здоров'я, культура здоров'я, здоровий спосіб життя, формування здорового способу життя, ціннісне ставлення до здоров'я. Проблеми збереження здоров'я дітей, підлітків і молоді відображені у працях багатьох науковців. Досліджуваній проблемі присвячені наукові праці вчених за такими напрямками: формування здорового способу життя школярів у навчально-виховному процесі (І. Бех, В. Білик, А. Герасимчук, С. Ігнатенко, С. Лапаєнко, О. Маркова, В. Оржеховська, К. Палієнко, В. Солнцева та ін.); у позакласній діяльності (О. Гауряк, А. Гужаловський, О. Жабокрицька, Т. Лясота, В. Рева, та ін.); у позашкільній діяльності (Б. Брилін, В. Вербицький, В. Кузьменко, Т. Лясота, І. Шеремет та ін.); у сім'ї (Т. Баєва, С. Свириденко, М. Шарапа та ін.). Не можна залишити поза увагою праці М. Амосова, Г. Апанасенка, І. Аршавського, В. Волкова, Т. Данилюк, Л. Звиняковського, М. Саричева, що присвячені медико-біологічним особливостям зміцнення здоров'я підростаючого покоління. Важливе значення та неабиякий інтерес становлять для нас дисертаційні дослідження сучасних педагогів: В. Горащука, Н. Горкуші, А. Дубогай, С. Кириленко, І. Новосьолової, Н. Полтавцевої, С. Тищенко, Н. Хамської, В. Царевського, В. Шахненка, у яких розкриваються різні аспекти формування культури здоров'я та здорового способу життя учнів.

У контексті нашого дослідження особливе значення мають праці Т. Андрющенко, В. Горащука, О. Єжової, В. Оржеховської, С. Свириденко, які присвячені проблемам ціннісного ставлення до здоров'я у дітей та підлітків. Серед праць зазначених науковців відсутній єдиний підхід до трактування провідних понять, таких, як здоров'я, культура здоров'я, здоровий спосіб життя, формування здорового способу життя, ціннісне ставлення до здоров'я.

Мета статті – розглянути сучасний стан понятійного апарату проблеми збереження і зміцнення здоров'я дітей.

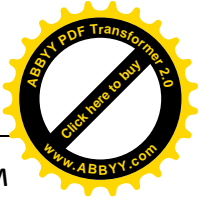
Виклад основного матеріалу. Сучасний стан здоров'язбережувальної функції освіти дозволяє виявити очевидну суперечність між позитивними установками та реальним рівнем здоров'яспрямованого виховання



особистості. У зв'язку з цим проблема формування ціннісного ставлення до здоров'я є однією з найбільш складних і ключових проблем у педагогіці. Розкриваючи її, нам необхідно розглянути суть таких понять, як здоров'я, спосіб життя, культура здоров'я.

У тлумачному словнику здоров'я – це правильна, нормальна діяльність організму, його повне фізичне та психічне благополуччя [6]. У своїх працях М. Амосов наголошує на тому, що здоров'я організму визначається його кількістю, яку можна оцінити максимальною продуктивністю органів за збереження якісних меж і функцій [1]. В. Скарбників трактує здоров'я як процес збереження та розвитку біологічних, фізіологічних і психічних функцій, оптимальної працездатності, соціальної активності за максимальної тривалості життя [9]. В. Лободина відзначає, що здоров'я – це безконфліктна, безпечна, щаслива діяльність організму на біологічному, психологічному, соціальному й духовному рівнях людської природи [9]. Згідно з визначенням В. Казначеева, здоров'я індивіда – процес життєвого циклу, вітальної достатності (життєдіяльності) з адекватною природі людини реалізацією фізіологічних, психічних, біологічних потреб особистості в оптимальній соціально-трудовій активності, репродуктивності, максимальній тривалості життя [5]. Ця думка співзвучна з думкою Г. Апанасенка, що біологічне начало – реалізатор усього соціального в людині, саме виконання індивідом своїх біологічних і соціальних функцій можна трактувати як прояв здоров'я [3].

Ми поділяємо погляди науковців О. Вакуленко, Л. Жаліло, В. Оржеховської, О. Яременка та ін., які характеризують чотири складові здоров'я, а саме: фізичне, психічне, соціальне та духовне. Фізичне здоров'я включає такі показники, як індивідуальні особливості анатомічної будови тіла, перебігу фізіологічних функцій організму в різних умовах спокою, руху, довкілля, генетичної спадщини, рівня фізичного розвитку органів і систем організму. До сфери психічного здоров'я відносять індивідуальні особливості психічних процесів і властивостей людини, наприклад збудженість, емоційність, чутливість. Духовне здоров'я залежить від духовного світу особистості, зокрема складових духовної культури людства – освіти, науки, мистецтва, релігії, моралі, етики. Соціальне здоров'я пов'язано з економічними чинниками, відносинами індивіда зі структурними одиницями соціуму – сім'єю, організаціями, з якими



створюються соціальні зв'язки, працею, відпочинком, побутом, соціальним захистом, охороною здоров'я, безпекою існування тощо. Зрозуміло, що у реальному житті всі чотири складових – соціальна, духовна, фізична, психічна діють одночасно і їх інтегрований вплив визначає стан здоров'я людини як цілісного складного феномену [10].

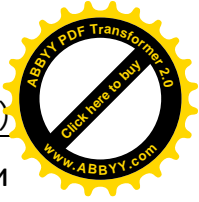
Ми погоджуємося з думкою Н. Башавець про те, що здоров'я – це власна цінність людини, що дозволяє повноцінно проявляти себе за допомогою стійкого біологічного, соціального, психологічного станів у будь-якому виді діяльності (навчальній, професійній, спортивній тощо).

З наведених визначень випливає, що поняття «здоров'я» відбиває якість пристосування організму до умов зовнішнього середовища та є підсумком процесу взаємодії людини та середовища проживання; сам стан здоров'я формується в результаті взаємодії зовнішніх (природних і соціальних) і внутрішніх (духовність, спадковість, стать, вік) факторів.

Здійснивши аналіз досліджень сутності поняття культура здоров'я авторами В. Горашуком, Н. Горкуші, І. Новосьоловою, Н. Полтовцевою, В. Царевським, можна зробити такі висновки: культура здоров'я виражається в конструктивній поведінці людини, що сприяє попередженню й подоланню хвороб; ціннісний потенціал культури здоров'я – це сукупність духовно-моральних суспільних цінностей; цінністю культури здоров'я стає активне тривале життя з реалізацією внутрішнього потенціалу; основа культури здоров'я – усвідомлене ціннісне ставлення людини до власного здоров'я; необхідністю для формування культури здоров'я є ведення здорового способу життя; показник культури здоров'я – загальна культура людини, виражена в достатньому рівні фізичного, психічного, духовно-морального та соціального розвитку.

Ми дотримуємося поглядів Н. Горкуші про те, що культура здоров'я є складовою частиною базової культури особистості, що відбиває усвідомлене ціннісне ставлення людини до свого здоров'я, виражена в достатньому рівні фізичного, психічного, духовно-морального та соціального розвитку, заснована на веденні здорового способу життя [9].

Отже, вивчення педагогічної літератури виявило два опорних поняття: «здоров'я» та «спосіб життя». Причому останнє поняття розглядається як головна причина збереження або втрати здоров'я. Спосіб життя відноситься до соціально-біологічних факторів. Його показниками є

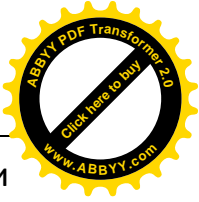
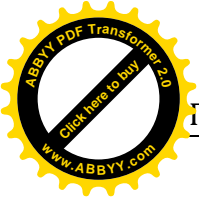


рівень, якість і стиль життя. Рівень життя зумовлений економічними можливостями людини. Якість життя визначається ступенем запиту й комфортабельністю задоволення людських потреб. Ці показники способу життя людини залежать від матеріально-економічних умов життя суспільства й кожної родини.

Аналіз наукових праць М. Амосова, І. Брехмана, Ю. Лісичина, В. Скарбника довів, що здоровий спосіб життя – це такий спосіб життя підлітка, який заснований на принципах моральності, раціонально організованого, активного шкільного життя, що гартує й захищає від несприятливих впливів навколишнього середовища, дозволяє до глибокої старості зберігати моральне, психічне й фізичне здоров'я. Він відбиває типові форми повсякденної життєдіяльності школяра, зміцнюючи та вдосконалюючи резервні можливості дитячого організму, які забезпечують успішне виконання всіх його функцій.

Здоровий спосіб життя – це діяльність, спрямована на формування, збереження та зміцнення здоров'я людини як необхідної умови для прогресивного розвитку суспільства у всіх його напрямках [5]. Для здорового способу життя важливе значення має організована боротьба зі шкідливими звичками, які дезорганізують людину, послабляють її волю, знижують працездатність, порушують здоров'я і скорочують тривалість життя. Здоровий спосіб життя здебільшого залежить від рухової активності школярів, віку та режиму дня, а також ставлення учнів до необхідності вести здоровий спосіб життя [8].

У поглядах науковців можна виділити два основні підходи до змісту здорового способу життя. Представники першого підходу розглядають цей термін глобально, тобто як форми людської життєдіяльності (соціальні, фізичні, психічні), які приведені відповідно до гігієнічних вимог (М. Антропова, В. Балієвич, Н. Болдін, Ж. Лабозаєва, М. Ріпа). Ці вчені визначають здоровий спосіб життя як спосіб біосоціальної діяльності людини, який безпосередньо зміцнює її здоров'я. Вони виходять з методологічної установки, що здоровий спосіб життя не можна відривати від його умов. Вони розуміють умови як властивості самого суб'єкта, які відносно до здорового способу життя виступають як зовнішні потенціали життєдіяльності, що можуть бути реалізовані в ній. Під змістом здорового способу життя дослідники розуміють як саму життєдіяльність, так і умови її функціонування.

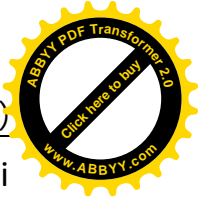
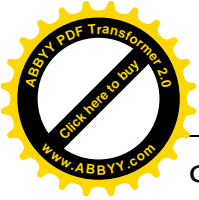


Згідно з другим підходом, здоровий спосіб життя автори розглядають як відносно окрему частину життя людини, на яку відводиться певний час. Прихильники цього підходу (І. Брехман, Д. Ізуткін, О. Куліш) висловлюють протилежну думку щодо включення до структури здорового способу життя його умов, уважаючи, що він є конкретною діяльністю.

Спільною ознакою у визначенні здорового способу життя є його спрямованість на формування здорової людини. Він виступає як дієвий і надійний засіб збереження та зміцнення здоров'я, є основою первинної профілактики захворювань, однією з найбільш ефективних форм запобігання. Ми поділяємо погляд О. Яременко про те, що здоровий спосіб життя – це все в людській діяльності, що стосується збереження і зміцнення здоров'я, все, що сприяє виконанню людиною своїх людських функцій через посередництво діяльності з оздоровлення умов життя – праці, відпочинку, побуту [10].

Медико-біологічні дослідження виявили наявність дієвого засобу попередження загрози здоров'ю людства і досягнення цілей, висунутих політикою здоров'я для всіх. Таким засобом визнано систему заходів, що у загальносвітовий науковий лексикон увійшла під назвою «health promotion». Дослівний переклад цього словосполучення припускає кілька тлумачень (просування, заохочення до здоров'я, сприяння здоров'ю, стимулювання, підтримка здоров'я тощо), що не повно відповідають змісту цієї системи заходів, про яку йдеться. Тому професійні перекладачі вживають досить різноманітні варіанти як лексичний аналог, наприклад «пропаганда здоров'я», «пропагування здоров'я», «пропаганда здорового способу життя» тощо. Як зазначається у навчальному посібнику О. Яременка «Формування здорового способу життя», урахуовуючи суперечливе ставлення вітчизняного суспільства до терміна «пропаганда», фахівці домовилися вживати вислів «формування здорового способу життя» (ФЗСЖ), основу якого становить система «health promotion» [10].

Отже, цю систему на початку ХХ ст. визначали як формування здорового способу життя. ФЗСЖ визначається як процес застосування зусиль для сприяння поліпшенню здоров'я і благополуччя взагалі, зокрема ефективній політиці, розробці доцільних програм, наданню відповідних послуг, які можуть підтримати та поліпшити наявні рівні здоров'я, дати людям змогу посилити контроль над власним здоров'ям і покращити його.



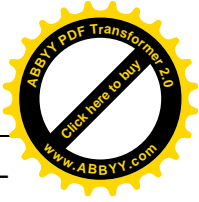
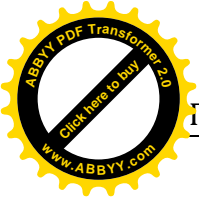
ФЗСЖ ґрунтується на певних ідеологічних засадах: ідея пріоритету цінності здоров'я у світоглядній системі цінностей людини; сприйняття здоров'я не тільки як стану відсутності захворювання або фізичних вад, а дещо ширше – як стану повного благополуччя; ідея цілісного розуміння здоров'я як феномену, що невід'ємно поєднує його чотири сфери [10].

На думку багатьох учених, формування навичок здорового способу життя можна виробити тільки спільними зусиллями педагогів та батьків (Т. Баєва, А. Бондар, Б. Кобзар, В. Кузьменко, С. Лапаєнко, В. Оржеховська, С. Свириденко та ін.).

Проблеми формування здорового способу життя школярів Т. Баєва поділяє на традиційні засоби укладу життя, в яких росте й розвивається особистість (батьки, друзі), та керовані соціальні інститути (школа, позашкільні навчальні заклади) [4]. Вона дотримується думки про те, що ФЗСЖ школярів необхідно займатися лише через просвітницьку роботу серед батьків та обов'язкове врахування того фактора, що кожен з вікових періодів у житті дитини потребує нових підходів до формування здорового способу життя.

Слушною є думка Т. Андрющенко про усвідомлення цінності здоров'я і здорового способу життя, що сприяють становленню активної особистості. Людина, у якої буде сформоване сприйняття власного здоров'я як особистісної цінності, намагатиметься свідомо коригувати свою поведінку щодо здорового існування. Тобто буде бережно ставитися до власного здоров'я і здоров'я оточуючих, прагнути до адекватного сприйняття знань і навичок з його охорони, їх утілення у повсякденне життя [2].

Ми також поділяємо погляди О. Єжової, В. Оржеховської на те, що ціннісне ставлення до здоров'я – системне та динамічне утворення особистості на основі мотиваційно-емоційної сфери і сукупності знань про здоров'я, яке виявляється у свідомо обраному способі життя. Сформоване ціннісне ставлення передбачає дієву свідому поведінку людини щодо ведення здорового способу життя. Ціннісне ставлення до здоров'я є однією з найважливіших якостей внутрішньої структури особистості і є сукупністю індивідуальних вибіркових зв'язків особистості з різними явищами та предметами навколишнього середовища, насамперед з професійними. Позитивне, ціннісне ставлення до здоров'я передбачає усвідомлення особистістю, що саме здоров'я є найважливішою цінністю для людини [7].



На нашу думку, виховання ціннісного ставлення до здоров'я – виховання в учнів особистісних якостей, які сприяють збереженню та зміцненню здоров'я, формуванню уявлень про здоров'я як цінність, посиленню мотивації до ведення здорового способу життя, підвищенню відповідальності за особисте здоров'я, здоров'я родини.

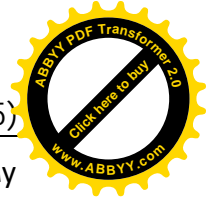
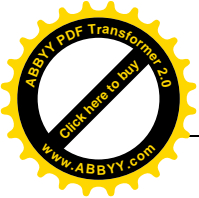
Зарубіжний досвід європейських країн і США свідчить про те, що формування твердої мотивації до збереження і зміцнення свого здоров'я – реальність. Це підтверджено діяльністю освітніх закладів, що входять до Європейської та Національної мереж сприяння здоров'ю.

Отже, освіта в галузі здоров'я має поєднувати засвоєння необхідних знань, формування певного ставлення та конкретних навичок, необхідних для позитивної поведінки, збереження та розвитку здоров'я.

Висновки. Отже, здоров'я – це власна цінність людини, що дозволяє повноцінно проявляти себе за допомогою стійкого біологічного, соціального, психологічного станів у будь-якому виді діяльності (навчальній, професійній, спортивній тощо); культура здоров'я – складова частина базової культури особистості, що відбиває усвідомлене ціннісне ставлення людини до свого здоров'я, виражена в достатньому рівні фізичного, психічного, духовно-морального та соціального розвитку, заснована на веденні здорового способу життя; здоровий спосіб життя – це все в людській діяльності, що стосується збереження і зміцнення здоров'я, все, що сприяє виконанню людиною своїх людських функцій через посередництво діяльності з оздоровлення умов життя – праці, відпочинку, побуту; «health promotion» – формування ціннісного ставлення до здоров'я, яке лежить в основі формування культури здоров'я. У подальших дослідженнях планується проаналізувати проблеми становлення і розвитку шкіл сприяння здоров'ю в Україні та Європі.

ЛІТЕРАТУРА

1. Амосов Н. М. Раздумья о здоровье / Амосов Н. М. – М : Физкультура и спорт, 1987. – 64 с.
2. Андрющенко Т. К. Формування ціннісного ставлення до власного здоров'я в дітей старшого дошкільного віку : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08 / Андрющенко Тетяна Костянтинівна. – К., 2007. – 258 с.
3. Апанасенко Г. Л. Эволюция биоэнергетики и здоровье человека / Апанасенко Г. Л. – СПб. : МГП «Петрополис», 1992. – 123 с.



4. Баєва Т. Формування здорового способу життя в особистісно орієнтованому виховному процесі життя / Т. Баєва // Соціально-педагогічні проблеми сучасної середньої та вищої освіти в Україні : зб. наук. праць. – Житомир : ЖДПУ, 2002. – С. 172–173.
5. Корінчик Л. Виховання свідомого ставлення до збереження і зміцнення здоров'я / Л. Корінчик // Соціально-педагогічні проблеми сучасної середньої та вищої освіти в Україні. – Житомир, 2002. – С. 189-191.
6. Ожегов С. И. Толковый словарь русского языка / С. И. Ожегов, Н. Ю. Шведова. – М. : Наука, 1994. – 223 с.
7. Оржеховська В. М. Здоровий спосіб життя : навч.-метод. посіб./ В. М. Оржеховська, О. О. Єжова. – Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2010. – 188 с.
8. Педагогічні аспекти фізичного виховання та спорту у формуванні ставлення до здорового способу життя дітей та підлітків / [В. Г. Білик, С. А. Ігнатенко, К. В. Палієнко та ін.] // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. – 2006. – № 35. – С. 431–434.
9. Пузинін В. А. Теоретичні та методологічні основи здоров'я. Вибрані глави. Ч. 1 / В. А. Пузинін, В. С. Скарбників. – К. : СіБАГС, 2000. – 84 с.
10. Формування здорового способу життя : навч. посіб. для слухачів курсів підвищення кваліфікації, державних службовців / [О. Яременко, О. Вакуленко, Л. Жаліло та ін.]. – К. : Укр. ін.-т. соц. дослідж., 2000. – 232 с.

РЕЗЮМЕ

А. А. Беседина. Понятійно-категоріальний апарат в дослідженнях проблеми збереження і укріплення здоров'я дітей.

В статті розглянуто понятійно-категоріальний апарат проблем збереження, укріплення здоров'я і формування здорового образу життя. Проаналізовані різні підходи до трактування ведучих понять в оздоровчій діяльності, таких, як здоров'я, здоровий образ життя, формування здорового образу життя, культура здоров'я, ціннісне ставлення до здоров'я. Здійснено аналіз літературних джерел щодо визначення поняття «health promotion».

Ключевые слова: здоров'я, культура здоров'я, збереження здоров'я, здоровий образ життя, формування здорового образу життя, ціннісне ставлення до здоров'я.

SUMMARY

A. Besedina. The conceptive categorical apparatus in researches of maintenance and strengthening of children's health problems.

The conceptive apparatus category in researches of maintenance problem, strengthening health and formation of healthy life style is depicted in the article. The different approaches to the definitions of leading conceptions in health activities such as health, healthy life style, formation of healthy style, health culture, valued attitude towards health. The analysis of literature sources towards the determination of «health promotion» is carried out.

Key words: health, health culture, health creation, healthy life style, formation of healthy life style, valued attitude towards health.