

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ЯК ВАЖЛИВА ЧАСТИНА ВИХОВАННЯ ТА СОЦІАЛІЗАЦІЇ ПІДРОСТАЮЧОГО ПОКОЛІННЯ

У статті здійснено теоретичний аналіз чинників, які сприяють формуванню здорового способу життя молоді у процесі виховання та соціалізації підростаючого покоління.

Метою статті є визначення основних чинників формування здорового способу життя як частини процесів виховання та соціалізації молоді.

Методологія. Методологічною основою дослідження є системний та особистісно-орієнтований підходи до аналізу психолого-педагогічної літератури та педагогічного досвіду з питань мотивації молоді до формування здорового способу життя. У роботі використано багаторівневий системний аналіз наукових джерел, що ґрунтується на філософському, загальнонауковому та частково-науковому та конкретно-науковому рівнях пізнання. До методологічних засад дослідження також внесено положення про єдність педагогічної теорії й практики, необхідність використання єдиних понятійно-термінологічних, логічних, змістовних і критеріальних підстав, на яких будується дослідницька робота. Таким чином, методологічна основа дослідження ґрунтується на системному, аксіологічному, діяльнісному, культурологічному підходах до вивчення взаємодії соціальних інститутів суспільства у формуванні здорового способу життя учнів загальноосвітніх навчальних закладів.

Наукова новизна полягає у встановленні основних підходів до формування здорового способу життя як частини процесів виховання та соціалізації молоді, підґрунтям для чого є аналіз основних факторів впливу освітнього середовища, єдності навчання та виховання.

Висновки. При взаємодії соціальних інститутів суспільства з метою формування в молоді здорового способу життя необхідно виходити з того, що найважливіша роль у збереженні й формуванні здоров'я належить самій людині, її способу життя, системі цінностей, настановам, рівню гармонізації внутрішнього світу і стосунків з оточенням. Вищезазначене повинно стати основою діяльності системи взаємодії соціальних інститутів суспільства у формуванні здорового способу життя учнів, їх соціального, психологічного та соматичного здоров'я. Першочерговим завданням при вирішенні питань підвищення рівня здоров'я молоді є мотивація цілеспрямованої роботи різних соціальних інститутів з метою відновлення та розвитку життєвих ресурсів молодої людини, створення таких умов, коли здоровий спосіб життя стає насальною потребою. Вказані дії повинні бути розраховані як на широкий загал, на окремі групи ризику, а також – на викладачів, що безпосередньо взаємодіють з молоддю.

Ключові слова: здоров'язбережувальне освітнє середовище, здоровий спосіб життя, молодь, здоров'язбережувальна парадигма.

Постановка проблеми. Формування здорового способу життя як умови збереження української нації, духовного оновлення майбутніх поколінь, запоруки перетворень на краще у масштабах держави є першочерговим завданням української школи [2]. В той же час трансформація сучасних способів поведінки ініціює зміну базових цінностей, орієнтацій та стратегій життєдіяльності в студентському середовищі. Пріоритетними соціальними цінностями є високий дохід, освіта, професійна кар'єра. Прагнення, за будь-яку ціну, досягти високого матеріального благополуччя і життєвого успіху витісняє важливі природно-життєві цінності, в тому числі і здоров'я [6].

Аналіз державних документів – Національної доктрини розвитку освіти України у XXI столітті (2002 р.), Наказу Президента України «Про невідкладні додаткові заходи щодо зміцнення моральності у суспільстві та утвердженні здорового способу життя» (2002 р.), Наказу Міністра охорони здоров'я України «Про поліпшення діяльності органів і закладів охорони здоров'я з питань формування здорового

способу життя, гігієнічного виховання населення» (1999 р.), Постанови Кабінету Міністрів України «Про затвердження Національної програми патріотичного виховання населення, формування здорового способу життя, розвитку духовності та зміцнення моральних засад суспільства» (1999 р.) – свідчить про те, що пріоритетним завданням системи освіти є виховання людини в душі відповідального ставлення не лише до власного здоров'я, а й до здоров'я оточуючих як до найбільшої індивідуальної й суспільної цінності [2].

Оскільки здоров'я людини – складна категорія, що має прояв на фізичному, психологічному та соціальному рівнях, питання формування здорового способу життя підростаючого покоління не вичерпується лише педагогічним та психологічним аспектами, а включає в себе медичну та соціальну складові тощо [3].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Пошук можливостей для ефективної взаємодії різних соціальних інститутів з метою формування здоров'язберігаючого освітнього середовища та його підтримки вимагає проведення психолого-розвивальних, корекційних, оздоровчо-реабілітаційних заходів, спрямованих на виховання, розвиток і соціалізацію особистості школяра, що відповідально ставиться до власного здоров'я та здоров'я оточуючих [5].

Проблема здоров'я піднімалась філософами, культурологами, психологами В. Казначєєвим, В. Климовою, В. Скуміним, Є. Спіріним, І. Фроловим, В. Леві, А. Маслоу. У роботах М. Амосова, Г. Апанасенка, В. Волкова, Т. Данилюк, М. Саричева, розглядаються медико-біологічні основи збереження та зміцнення здоров'я підростаючого покоління. Особливої уваги потребують праці В. Бобрицька, М. Болотова, І. Брехман, М. Гончаренко, М. Гриньова, І. Муравов, присвячені валеології. Велику цінність становлять фундаментальні роботи І. Зверєвої, А. Капської, Л. Коваль, О. Кузьменка, Н. Лавриченко, Г. Лактіонової, С. Савченка, С. Харченка, у яких висвітлено соціально-педагогічну роботу з дітьми та молоддю, присвячену, зокрема, збереженню та зміцненню здоров'я.

Проте аналіз можливостей теоретичного розв'язання цього питання та його практичного впровадження дозволяє виявити низку невіршених завдань, що зумовлюється, зокрема, недостатнім орієнтуванням соціальних та освітніх структур на формування здорового способу життя школярів; відсутністю механізмів реалізації своєчасної діагностики стану здоров'я учнів різновікових категорій; усталеними уявленнями, звичками, щоденною поведінкою школярів.

Мета статті – визначення основних чинників формування здорового способу життя як частини процесів виховання та соціалізації молоді.

Методологія. Методологічну основу дослідження становлять філософські, психологічні, педагогічні положення про особистість як найвищу цінність суспільства, закономірності та механізми її розвитку; загальнонаукові теорії системного підходу, фундаментальні концептуальні основи валеології, цілісна система оздоровчих педагогічних технологій, спрямованих на формування ціннісного ставлення до власного здоров'я; державні документи про освіту. До методологічних засад дослідження також внесено положення про єдність педагогічної теорії й практики, необхідність використання єдиних понятійно-термінологічних, логічних, змістовних і критеріальних підстав, на яких будується дослідницька робота. Таким чином, методологічна основа дослідження ґрунтується на системному, аксіологічному, діяльнісному, культурологічному підходах до вивчення взаємодії соціальних інститутів суспільства у формуванні здорового способу життя учнів загальноосвітніх навчальних закладів.

Наукова новизна полягає у встановленні основних підходів до формування здорового способу життя як частини процесів виховання та соціалізації молоді, підґрунтям для чого є аналіз основних факторів впливу освітнього середовища, єдності навчання та виховання.

Результати дослідження. Сучасний стан наукових досліджень проблеми здоров'я людини характеризується спробами системного підходу до реалізації ідей фізкультурно-оздоровчої та освітньо-профілактичної роботи в різноманітних соціальних інститутах суспільства. Більшість науковців при обґрунтуванні положень своїх концепцій та ідей виходять із цілісного розуміння сутності феномену людини, цілісності її здоров'я (фізичного, психічного, соціального, духовного) і здорового способу життя. Серед факторів здоров'я багато вчених виділяють спадковість, деякі – стан природного і соціального середовища. Загальним для всіх теорій є використання системного, особистісно-орієнтованого та діяльнісного методологічних підходів. Освітня та виховна робота, що здійснюється різноманітними соціальними інститутами, покликана сприяти соціальній адаптації учнів, допомогти їм у самовизначенні, виборі стилю життя та формуванні здорового способу життя [4].

Системний підхід при дослідженні взаємодії соціальних інститутів в ході формування здоров'язберігаючого середовища закладів середньої освіти дозволив визначити науково-практичні засади створення та ефективного функціонування соціально-педагогічної системи взаємодії соціальних інститутів суспільства, що має наступні базові аспекти: освітній, що здійснюється через інститути освіти, охорони здоров'я, фізичної культури, сім'ї тощо (передбачає реалізацію педагогічних і психологічних умов, стосовно здоров'язберезувальної компетенції); виховний, що здійснюється через інститути освіти, охорони здоров'я, науки, культури, засобів масової інформації (пов'язаний з формуванням позитивної мотивації до збереження власного та чужого здоров'я) та практичний аспект, спрямований на реалізацію мети та завдань оздоровчих заходів.

Сприятливим підґрунтям для відтворення здорового способу життя, формування самозбережувальної поведінки виступає здорове соціальне середовище, яке ставить знак рівності між потребами людини і суспільства, опосередковує наявність соціальних норм і цінностей. Власне уся система

аудиторних занять та позааудиторних заходів спрямована на підтримку середовища, де здоров'я – найвища цінність.

Інтегративна функція школи повинна здійснюватися в умовах урахування таких об'єктивних і суб'єктивних чинників: рівень соціально-економічного розвитку регіону, де відбувається проектування та впровадження соціально-педагогічної системи взаємодії соціальних інститутів формування в дітей і підлітків здорового способу життя; рівень матеріально-технічного забезпечення закладу середньої освіти в аспекті формування в учнів здоров'я та здорового способу життя; рівень професійно-педагогічної підготовки вчителів школи; рівень професійно-педагогічної мотивації в працівників школи. Ефективна взаємодія соціальних інститутів суспільства для формування здорового способу життя молоді можлива за наступних умов: забезпечення оптимальних умов для формування й вдосконалення здоров'я-збережувальної компетенції, реалізації творчого розвитку кожної дитини з урахуваннями різниці в інтелектуальній, емоційно-вольовій, дієво-практичній сферах; забезпечення інтегруючої функції процесів навчання й виховання для формування в учнів культури здоров'я, формування відчуття цінності здорового способу життя; забезпечення організації навчально-виховного процесу, який повинен повністю відповідати, задовольняти провідні духовні, фізичні та предметно-практичні потреби; забезпечення створення умов для формування творчої самореалізації учнів в галузі фізкультурно-оздоровчої діяльності, а також в інших сферах суспільства; забезпечення неперервності валеологічної освіти, що забезпечує єдність усіх ланок системи взаємодії соціальних інститутів, спрямованої на формування здорового способу життя в учнів закладів середньої освіти; забезпечення надання молоді права вибору та реальних можливостей в здійсненні потреб особистості у самореалізації, самовдосконаленні, набутті компетентностей, на основі яких реалізується активність особистості в галузі здоров'язбереження.

Таким чином, для формування здорового способу життя молоді здійснюватиметься оптимізація навчально-виховного оздоровчого процесу, що передбачає досягнення кожним учнем найвищого для нього рівня розвитку здоров'я, культури здоров'я, творчих здібностей, знань, умінь, навичок, психічних функцій, способів діяльності, можливих у певному віці й за певних умов.

Надзвичайно важливим є відчуття партнерства в соціально-педагогічній роботі з формування в учнів здорового способу життя, що передбачає відчуття дитиною себе громадянином, членом певної соціальної групи, накладає відповідальність за власні слова та вчинки.

Висновки. При взаємодії соціальних інститутів суспільства з метою формування в молоді здорового способу життя необхідно виходити з того, що найважливіша роль у збереженні й формуванні здоров'я належить самій людині, її способу життя, системі цінностей, настановам, рівню гармонізації внутрішнього світу і стосунків з оточенням. Вищезазначене повинно стати основою діяльності системи взаємодії соціальних інститутів суспільства у формуванні здорового способу життя учнів, їх соціального, психологічного та соматичного здоров'я. Першочерговим завданням при вирішенні питань підвищення рівня здоров'я молоді є мотивація цілеспрямованої роботи різних соціальних інститутів з метою відновлення та розвитку життєвих ресурсів молодої людини, створення таких умов, коли здоровий спосіб життя стає нагальною потребою. Вказані дії повинні бути розраховані як на широкий загал, на окремі групи ризику, а також – на викладачів, що безпосередньо взаємодіють з молоддю.

References

1. Енциклопедія освіти / Акад. пед. наук України; головний ред. В. Г. Кремень. Київ: Юрінком Інтер, 2008. 1040 с.
Entsyklopediia osvity [Encyclopedia of Education] (2008). Acad. pedagogical. Sciences of Ukraine; main ed. V. H. Kremen. Kyiv, Ukraine: Yurinkom Inter. 1040 p.
2. Концепція формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у дітей та молоді (Затверджена наказом МОН України від 21 липня 2004 року № 605). *Директор школи*. 2004. № 40 (328), жовтень. С. 23–29.
Kontseptsiia formuvannia pozytyvnoi motyvatsii na zdorovy sposib zhyttia u ditei ta molodi (Zatverdzhena nakazom MON Ukrainy vid 21 lypnia 2004 roku # 605) [The concept of positive motivation forming for healthy lifestyle in children and youth (Approved by the order of the Ministry of Education and Science of Ukraine № 605 of July 21, 2004)]. (2004). *Dyrektoreshkoly – School Director*. Vol. 40 (328), october. P. 23–29.
3. Мехед О. Б., Рябченко С. В., Жара Г. І. Аналіз факторів, що впливають на формування здорового способу життя молоді. *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка. Серія «Педагогічні науки»*. 2019. №3 (159). С. 262-267.
Mekhed, O. B., Ryabchenko, S. V., & Zhara, G. I. (2019). Anallz faktoriv, scho vplyvayut na formuvannya zdorovogo sposobu zhittya molodi [Youngsters' healthy lifestyle factors analysis]. *Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu. Serii: Pedagogichni nauky – Bulletin of the T. H. Shevchenko National University «Chernigiv Colehium» Pedagogical sciences*, Issue 3 (159), 262-267.
4. Носко М. О., Гаркуша С. В., Воеділова О. М. Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні: монографія. Київ : СПД Чалчинська Н.В., 2014. 300 с.
Nosko, M. O., Harkusha, S. V., & Voiedilova, O. M. (2014). *Zdoroviazberezhualni tekhnolohii u fizychnomu vykhovanni* [Health-saving technologies in physical education]: monograph. Kyiv, Ukraine: SPD Chalchinska N. V.

5. Носко М. О., Грищенко С. В., Носко Ю. М. Формування здорового способу життя: навчальний посібник. Київ: Леся, 2013. 160 с.
Nosko, M. O., Hryshchenko, S. V., & Nosko, Yu. M. (2013). Formuvannia zdorovoho sposobu zhyttia: navchalnyi posibnyk [Shaping a healthy lifestyle]: a textbook. Kyiv, Ukraine: Lesya.
6. Тимошенко В. М. Психолого-педагогічні умови формування мотивації досягнення. *Проблема личности в современной науке: результаты и перспективы исследований*. Київ: КНУ. 2000. С. 118–119.
Tymoshenko, V. M. Psykholoho-pedahohichni umovy formuvannia motyvatsii dosiahnennia [Psychological pedagogical conditions of formation of achievement motivation]. *Problema lichnosti v sovremennoy nauke: rezultaty i perspektivy isledovaniy – The problem of personality in modern science: results and prospects of research*. Kyiv, Ukraine: KNU. 2000. 118–119.

Mekhed O.

ORCID ID <https://orcid.org/0000-0001-9485-9139>

Scopus Author ID: 6506181994

Ph.D. in biological sciences, associate professor
Head of the Department of Biology,
T. H. Shevchenko National University
«Chernihiv Colehium»

(Chernihiv, Ukraine) E-mail: mekhedolga@gmail.com

THE HEALTHY LIFE FORMING AS AN IMPORTANT PART OF THE EDUCATION AND SOCIALIZATION OF THE ADULT GENERATION

The article analyzes the theoretical factors that contribute to the formation of healthy lifestyles of young people in the process of education and socialization of the younger generation.

The purpose of the article is to identify the main factors for the formation of a healthy lifestyle as part of the processes of upbringing and socialization of young people.

Methodology. The methodological basis of the study is a systematic and personality-oriented approach to the analysis of psychological and pedagogical literature and pedagogical experience on the motivation of young people to form a healthy lifestyle. The paper uses a multilevel systematic analysis of scientific sources based on philosophical, general scientific and partially scientific and specific scientific levels of knowledge. The methodological foundations of the research also include provisions on the unity of pedagogical theory and practice, the need to use common conceptual and terminological, logical, meaningful and criterion grounds on which the research work is built. Thus, the methodological basis of the research is based on a systematic, axiological, activity, cultural approach to the study of the interaction of social institutions of society in the formation of healthy lifestyles of pupils of secondary schools.

Scientific novelty is to establish the main approaches to the formation of healthy lifestyles as part of the processes of upbringing and socialization of youth, the basis for which is the analysis of the main factors of influence of the educational environment, the unity of learning and upbringing.

Conclusions. When interacting with social institutions of society for the purpose of formation of healthy lifestyles in young people it is necessary to start from the fact that the most important role in maintaining and shaping health belongs to the person, his way of life, system of values, guidelines, level of harmonization of the inner world and relations with the environment. The above should be the basis for the activity of the system of interaction of social institutions of society in the formation of healthy lifestyles of students, their social, psychological and somatic health. The primary task in addressing the issues of improving the health of young people is to motivate the purposeful work of various social institutions in order to restore and develop the vital resources of the young person, to create such conditions when a healthy lifestyle becomes an urgent need. These actions should be targeted at the general public, at particular risk groups, as well as at teachers directly involved with the youth.

Keywords: health saving educational environment, healthy lifestyle, motivational activity, youth, health-saving paradigm.

Стаття надійшла до редакції 19.11.2019

Рецензент: доктор педагогічних наук, професор М. О. Носко