

## ІСТОРИЧНІ АСПЕКТИ СТАНОВЛЕННЯ ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ ОСОБИСТОСТІ

*Історія вітчизняної і зарубіжної освіти свідчить, що проблема валеологічної культури молоді виникла з моменту появи людського суспільства і на подальших етапах його розвитку розглядалася по-різному. На перший план виступає завдання виховання в дітей і підлітків потреби в здоров'ї як життєво важливої цінності, свідомого прагнення до ведення здорового способу життя, до "самотворення" і творення навколо себе здорового середовища існування – формування валеологічної культури особи як частини її загальної культури.*

**Ключові слова:** валеологічна культура, здоровий спосіб життя, цінність, здоров'я, гігієна, середовище.

Одним із пріоритетних напрямів державної політики в галузі освіти є життя і здоров'я людини. Адже лише здорова людина може бути творцем суспільства, оскільки має енергоперетворювальний потенціалом, що забезпечує інтелектуальну й фізичну працездатність. Важливо, щоб і дорослі, і діти опановували знання чинників, способів і засобів, які зміцнюють здоров'я, володіли звичкою постійно здійснювати заходи, спрямовані на його збереження, щоб їм було властиве активне ставлення до свого здоров'я і здоров'я інших людей – тобто необхідно формувати соціальну потребу жити і бути здоровим. Історія вітчизняної і зарубіжної освіти свідчить, що проблема валеологічної культури молоді виникла з моменту появи людського суспільства і на подальших етапах його розвитку розглядалася по-різному.

**Мета статті** – на основі аналізу літературних джерел визначити особливості становлення валеологічної культури особистості в різні історичні періоди.

В умовах первісного ладу під час виховання молоді головна увага приділялася підготовці її до життя: умінню переносити нестатки, біль, виявляти хоробрість і витривалість. Характерним був обряд "посвяти", коли хлопці у змаганнях виявляли свої фізичні здібності.

У рабовласницькій Давній Греції виділяли дві системи виховання: спартанську й афінську. Виховання у Спарті мало яскраво виражений військово-фізичний характер. Ідеалом був витривалий і мужній воїн. Яскраву картину спартанського виховання намалював Плутарх у біографії спартанського законодавця Лікурга. Виховання в Афінах передбачало інтелектуальний розвиток і розвиток культури тіла. У працях Сократа й Арістотеля містяться погляди на необхідність формування фізичної культури тіла [2].

У повній відповідності з античним ідеалом людини педагоги епохи Відродження виявляли турботу про здоров'я дітей, розробляли методику фізичного виховання (Т. Кампанелла, Ф. Рабле, Т. Мор, М. Монтень). У педагогічній теорії XVII ст. керівним принципом виховання вважався прин-

цип корисності. Педагоги того часу приділяли велику увагу турботі про зміцнення здоров'я дітей. Дж. Локк у своїй головній праці “Думки про виховання” пропонує ретельно розроблену систему фізичного виховання майбутнього джентльмена, проголошуючи її основне правило: “Здоровий дух у здоровому тілі – ось короткий, але повний опис щасливого стану в цьому світі...” [3]. Дж. Локк детально описує прийоми гартування, обґрунтовує значення суворого режиму в житті дитини, дає поради щодо одягу, їжі, прогулянки, занять спортом.

Уперше в історії російської педагогічної думки російський діяч освіти Е. Славінецький у педагогічному творі “Громадянство звичаїв дитячих” спробував дати зведення правил, якими повинні були керуватися діти у своїй поведінці. Тут зазначено, як ставитись до свого одягу, зовнішності, як дотримувати правил гігієни. Французькі просвітителі XVIII ст. Ж.-Ж. Руссо і К.А. Гельвецій в очікуванні нової ери, царства розуму на Землі, у своїх працях розглядали питання виховання нової людини. Ж.-Ж. Руссо у праці “Еміль, або Про виховання” біологізує процес виховання. Він детально зупиняється на прийомах гартування Еміля, зміцненні його фізичних сил. Відзначаючи важливу роль природних задатків, пише: “Внутрішній розвиток наших здібностей і наших органів є виховання від природи...” [3]. Гельвецій у праці “Про людину, її розумові здібності і її виховання” вбачає завдання фізичного виховання в тому, “... щоб зробити людину сильнішою, міцнішою, здоровішою, отже, щасливішою, такою, що частіше приносить користь своїй вітчизні...” [3].

У період французької буржуазної революції виникли проекти реорганізації народної освіти. Л.М. Лепелетьє бачив виховання нової людини через “будинки національного виховання”, де фізичне виховання пов'язане з працею. Ідеї фізичного розвитку дитини через працю, вправи, військові ігри, походи висували І.Г. Песталоцці і А. Дістервег. У Росії над перебудовою справи виховання працювали прогресивні громадські діячі і педагоги І. Бецькой, М. Новіков, Ф. Янкович. М. Новіков у статті “Про виховання і наставлення дітей” зазначає, що “... першою головною частиною виховання є турбота про тіло, оскільки освіта тіла і тоді вже потрібна, коли інша освіта не має ще місця...” [1]. О. Радіщев розділяв погляди Д. Локка про основні шляхи і засоби фізичного виховання, вважаючи, що воно повинне починатися з наймолодшого віку і здійснюватися за допомогою різноманітних фізичних вправ і гартування. Розвиток і зміцнення фізичних сил, на його думку, дуже важливі і для зміцнення сил духовних.

Після французької буржуазної революції і промислового перевороту на межі нового сторіччя виділилася діяльність соціалістів-утопістів Ш. Фур'є і А. де Сен-Сімона. Вони стали теоретиками соцієнтарного виховання, метою якого було здійснення повного розвитку фізичних і розумових здібностей дітей із залученням їх до продуктивної праці. Р. Оуен реалізував ідею на практиці, організувавши комуністичні громади в Англії й Америці. Фізичний розвиток він ставив на перший план.

У 1840-х рр. у Західній Європі склався капіталістичний лад, загострилися класові суперечності. К. Маркс і Ф. Енгельс розробляють струнку вчення про всебічний розвиток людини, заснований на єдності розумового, етичного, фізичного й естетичного виховання і політехнічної освіти, тісно пов'язаної з участю в продуктивній праці.

У російській педагогіці В. Белінський і О. Герцен створили революційно-демократичний напрям. Усі аспекти виховання вони пов'язували з однією метою – підготовкою безстрашних борців за кращий суспільний лад. В. Белінський завданнями фізичного виховання визначав: охорону здоров'я дітей, розвиток їх фізичних сил шляхом установа правильного способу життя, організацію ігор, гімнастичних вправ, дотримання правил особистої і суспільної гігієни і засвоєння природничонаукових знань про людину. На його думку, фізичне виховання повинне здійснюватися в тісному зв'язку з етичним.

У 1860-ті рр. у період великого суспільного руху розробляли питання виховання підростаючого покоління М. Чернишевський і М. Добролюбов. М. Чернишевський наголошував на важливості і необхідності фізичного і духовного розвитку людини як цінної якості революціонера. Завданням фізичного виховання він визначав усебічний розвиток фізичних сил і зміцнення здоров'я вихованців. Помітне місце відводив щоденним фізичним вправам, гартуванню організму, які розглядав позитивно і з погляду виховання волі, доводячи на прикладі становлення характеру героя роману “Що робити?” Рахметова. М. Добролюбов оцінював фізичне виховання з погляду розвитку і зміцнення фізичних сил і здоров'я людини, а також як одну з умов успішного розвитку сил духовних: “...тільки за наявності здорового організму, здорових органів чуття, нервової системи і мозку, що є носієм психічних функцій, може цілком нормально проходити духовний розвиток дітей...”[5]. Для правильної постановки фізичного виховання М. Добролюбов пропонував використовувати різноманітні засоби фізичного розвитку, які б відповідали зросту і силам учнів, чергувати фізичні і розумові вправи, працю і відпочинок, забезпечити нормальне харчування і сон дитини. Серед різних засобів фізичного виховання М. Чернишевський і М. Добролюбов відводили помітне місце фізичній праці. Цієї точки зору дотримувався і К. Ушинський. М. Шелгунов однією з головних умов здоров'я учнів вважав звичку до порядного і помірною життя. Діячі початкової освіти М. Корф і М. Бунаков вимагали створення санітарно-гігієнічних умов дитячої навчальної праці.

В епоху імперіалізму кінця XIX – початку XX ст. у Росії наростає суспільний рух у галузі народної освіти. У цей час працює П. Лесгафт – великий учений, організатор педагогічного руху за введення фізичного виховання у школах і дитячих установах. У праці “Керівництво до фізичної освіти дітей шкільного віку” П. Лесгафт пропонує оригінальну систему фізичного виховання на основі закону поступовості і послідовності розвитку й закону гармонії. На межі нового сторіччя існувала науково обґрунтована точка зору провідних учених про роль школи в організації умов для вихо-

вання в дитині бадьорості духу і формування здорового способу життя. В. Фармаковський у своїй праці “Шкільна дієтетика” підкреслює, що саме школа повинна бути приємно естетично упорядкована, щоб впливати на добру вдачу і смаки дітей, а тому вона має нагадувати “біблейський едем”. У цей час наростає інтерес до екзистенціональних проблем гармонії людини з собою і навколишнім її світом.

У період становлення радянської педагогіки основну увагу приділяли трудовому вихованню підростаючого покоління в органічному зв’язку з розумовим, фізичним і естетичним. Здоров’я дитини розглядали в її розвитку через виконання фізичної праці (П. Блонський, Н. Крупська, А. Макаренко, В. Шацька, С. Шацький та ін.). Було створено широку мережу дитячих установ нового типу, оздоровчі майданчики, школи на відкритому повітрі – лісові, степові, приморські, санаторні. У школах складено сталий розклад і розпорядок дня. Двадцять років ХХ ст. ознаменувалися вивченням адаптаційних механізмів людського організму у зв’язку із змінами біосфери (В. Еккорд, П. Мезерницький та ін.) Розробляються й упроваджуються в практику питання сімейного виховання, його впливу на формування потреби в здоровому способі життя. У цей же період з’явилися праці, присвячені залежності процесу формування здорового способу життя школярів від рівня розвитку їх свідомості, чинників волі й установки домінанти волевого посилення (О. Андріанова, І. Назаров та ін.). І. Назаров у праці “Культура волі, система виховання здорової особи” особливу роль у вихованні волі дитини відводить учителям, що, на думку автора, є умовою формування позитивних цільових установок особи в галузі здорового способу життя для вдосконалення адаптаційних можливостей організму.

У кінці 1940-х – на початку 1950-х рр. знов набуває актуальності проблема формування здоров’я. Нова установка на гігієнічний аспект здорового способу життя була викликана необхідністю післявоєнного часу. Основоположником радянської системи гігієнічного виховання школярів визнаний І. Мільман. Ще в 1920-х рр. він розробив систему уроків здоров’я, а його послідовники – серію навчальних посібників з особистої і соціальної гігієни, профілактики збереження працездатності.

У кінці 1960-х і на початку 1970-х рр. відбувається розробка проблеми охорони здоров’я дітей (Н. Бернштейн, Н. Дубінін, Д. Дубровський, А. Кіколов та ін.). Деякі санітарно-гігієнічні матеріали подано в цікавій формі у А. Сергієвського.

У 1970–1980-х ведуться дослідження з питань гігієнічного виховання (М. Бернштейн, В. Воськресенський, В. Загвзінський та ін.), охорони здоров’я дітей, які навчаються, дотримання гігієнічних вимог до організації навчальних предметів (Д. Ізуткін та ін.). Як зазначає Л. Татарнікова, ці дослідження не давали моделі гігієнічно здорового закладу шкільного типу, не передбачали механізми впровадження, не обґрунтовували систему заходів (на рівні інтеграції медицини, педагогіки і психології) усіх педагогів у навчальних системах [4].

У 1980–1990-х рр. змінюються напрям досліджень, їх кількісні і якісні параметри. З'являється велика кількість наукових праць і практичних рекомендацій, що розкривають серйозні проблеми і показують шляхи їх вирішення: антиалкогольна й антинаркотична освіта; статеве виховання і психогігієна статі як необхідний аспект формування уявлень про здоровий спосіб життя; збереження психічного здоров'я, методи корекції психофізичних відхилень, резерви підвищення резистентності організму і стійкості психіки та нервової системи дітей. У 1981–1983 рр. І. Березін і Ю. Дергачев створили “Школу наукових основ здоров'я”, де апробували цілісну систему комплексної індивідуальної профілактики (ЦСКІП), спрямовану на мобілізацію внутрішніх резервів організму людини і боротьбу з чинниками ризику. Виділяються й абсолютно нові напрями в науці – діанетика (Р. Хаббард), інформаційно-енергетична медицина (Д. Дубровін, К. Макаров, Д. Момот та ін.). У 1980 р. І. Брехманом був запропонований термін “валеологія”, який позначив напрям у науці, пов'язаний із вивченням і формуванням здоров'я, виявленням методів його активного формування. На стику наук про людину розвивається новий напрям у педагогічній науці – педагогічна валеологія як наука про включення людини в процес формування свого здоров'я (Г. Зайцев, В. Колбанов, Л. Татарникова та ін.). Цікава концепція педагогічної валеології розроблена Л. Татарниковою, яка вважає, що новий курс “валеологія” у школі повинен бути спрямований не тільки на забезпечення фізичного і психічного здоров'я школярів, а й буде важливим компонентом філософської гуманістичної освіти, покликаної вирішувати завдання осмислення життя кожної людини в загальній системі всесвіту. Однією з проблем педагогічної валеології є створення освітніх систем і технологій здоров'ятворчості, зокрема інструментарію, що дає змогу об'єктивно відстежити і проаналізувати динаміку зростання здоров'я, допомогти конкретній людині у здійсненні свого особистого і людей, які її оточують, процесу здоров'ятворчості. Тому одним з аспектів сучасної освіти є валеологізація навчально-виховного процесу. Триває розробка концептуальних основ і моделей шкіл здоров'я, діяльності валеологічних служб і центрів, аналізується потенціал змісту навчальних предметів у процесі формування культури здоров'я підростаючого покоління. На перший план виходить завдання виховання в дітей і підлітків потреби в здоров'ї як життєво важливої цінності, свідомого прагнення до ведення здорового способу життя, до “самотворення” і творення навколо себе здорового середовища існування – формування валеологічної культури особи як частини її загальної культури.

**Висновки.** Історія вітчизняної і зарубіжної освіти свідчить, що проблема здоров'я підростаючого покоління виникла з моменту появи людського суспільства і на подальших етапах його розвитку розглядалася по-різному. Суспільству властиве активне ставлення до здоров'я людей, воно формує соціальну потребу жити і бути здоровим.

### Список використаної літератури

1. Гуманистические воспитательные системы вчера и сегодня (в описаниях их авторов и исследователей) / под общ. ред. Н.Л. Селивановой. – М. : Пед. о-во России, 1998. – 331 с.
2. История педагогики : учеб. пособие для пед. ун-тов / под ред. А.И. Пискунова. – Ч. 1 : От зарождения воспитания в первобытном обществе до середины XVII в. – М. : ТЦ “Сфера”, 1997. – 192 с.
3. История педагогики : учеб. пособие для пед. ун-тов / под ред. А.И. Пискунова. – Ч. 2 : С XVII в. до середины XX в. – М. : ТЦ “Сфера”, 1998. – 304 с.
4. Татарникова Л.Г. Педагогическая валеология: Генезис. Тенденции развития / Л.Г. Татарникова. – СПб. : Петроградский и К°, 1995. – 305 с.
5. Хрестоматия по истории школы и педагогики в России: до Великой Октябрьской социалистической революции : учеб. пособие для студ. пед. ин-тов / С.Ф. Егоров; авт., сост. С.Ф. Егоров; под ред. Ш.И. Ганелина. – М. : Просвещение, 1974. – 527 с.

Стаття надійшла до редакції 06.08.2013.

---

### **Коробейник В.А. Исторические аспекты становления валеологической культуры личности**

*История отечественного и зарубежного образования свидетельствует, что проблема валеологической культуры личности возникла с момента появления человеческого общества и на последующих этапах его развития рассматривалась по-разному. На первый план выступает задача воспитания у детей и подростков потребности в здоровье как жизненно важной ценности, сознательного стремления к ведению здорового образа жизни, к “самосозиданию” и созданию вокруг себя здоровой среды существования – формированию валеологической культуры личности как части ее общей культуры.*

**Ключевые слова:** валеологическая культура, здоровый образ жизни, ценность, здоровье, гигиена, среда.

### **Korobeynik V. The historical aspects of the formation of valeological culture of a personality**

*The history of national and foreign education shows that the problem of valeological culture of youth has arisen from the moment of occurrence of a human society and is considered differently at the subsequent stages of its development.*

*In the conditions of the primitive society during the youth education the main attention was given to its preparation for a life: to the ability of overcoming the destitution and pain, to show bravery and endurance. In full correspondence with the antique ideal of a person, the teachers in the epoch of Renaissance showed the care about children health and developed a physical training technique. In the pedagogical theory of XVII century the efficiency principle of education was considered as a major principle. In the period of French bourgeois revolution there appeared the projects of reorganisation of the national education, where physical training was connected with a labour.*

*In the forties of XIX century in the Western Europe the doctrine about all-around development of a person is developing, that is based on the unity of intellectual, ethical, physical, aesthetic and polytechnic education, that is closely connected with the participation in productive labour.*

*In the sixties of XIX century, during the big national movement, the questions of education of the rising generation were developed by N. Chernishevsky and N. Dobrolyubov. Chernishevsky specified the importance and necessity in physical and spiritual development of a personality as valuable quality of the revolutionary. The movements in the sphere of national education began to increase in Russia during the epoch of imperialism (the end of*

*XIX - the beginning of XX century). At the same time P. Lesgaft offered the original system of physical training, formed on the basis of the law of graduality and sequence of development and the law of harmony. In the period of the Soviet pedagogics formation, the main attention was given to the labour education of the rising generation in organic connection with intellectual, physical and aesthetic education. In the late 40th – the beginning of 50th the problem of health formation again received the urgency. New installation on hygienic aspect of a healthy way of life had been caused by the necessity of a post-war time. In the late 60th – the beginning of 70th the problems of health protection of children are developed. In 70–80-s' the scientists researche the issues, concerning hygienic education, health protection of children, which study, observance of the hygienic conditions in the organisation of subjects. In 80–90-s' a large quantity of scientific works and practical references are appearing. They open and show the ways of the solution of such problems, as: antialcohol and antidrugs education; sexual education and psychohygiene of a sex, as a main aspect of formation of the concepts about a healthy way of life; preservation of a mental health, methods of correction of the psychophysical aberrations, the reserves of increasing of a resistance of an organism and firmness of mentality and nervous system of children.*

*Nowadays at the first place stands the aim to educate in children and teenagers the requirement in health as the vital value, conscious desire to keep a healthy way of life, “self-creation” and creation around themselves the healthy environment – the formation of valeological culture of a personality as a part of its general culture.*

**Key words:** *valeological culture, a healthy way of life, value, health, hygiene, environment.*