

Філософія освіти

УДК 37.015.324

Ярчук Ю. Г.*Викладач (м. Ізмаїл)***ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ В СИСТЕМІ ПРІОРИТЕТІВ ДЕРЖАВНОЇ ОСВІТНЬОЇ ПОЛІТИКИ**

Аналізується місце та роль пріоритетів культури здорового способу життя в освітній політиці держави; підкреслюється необхідність мобілізації просвітницьких заходів для усвідомлення дитиною цінності здоров'я як однієї з головних цінностей людської життєдіяльності.

Ключові поняття: *людина, дитина, культура, освіта, здоров'я, виховання.*

Забезпечення здорового способу життя молоді — запорука стабільного розвитку держави, один із чинників її позитивного міжнародного іміджу. Світова спільнота під егідою ООН виробила низку декларацій, пактів, угод, які обумовили прийняття програмних документів ВООЗ, ЮНІСЕФ, ЮНЕСКО та Світового Банку глобального і європейського рівня, спрямованих на розвиток освітньої політики сприяння здоров'ю [1].

Термін «освітня політика» — це комплексне поняття, яке слід розглядати у вузькому і широкому розумінні. У вузькому розумінні термін визначає лише набір норм (закони та інші легальні права) і урядові концепції та стратегії, які регулюють систему освіти і встановлюють форму (кістяк) для роботи освітніх установ. Політика — це дії, спрямовані на досягнення мети чи завдань організації. Хоча насправді політика не обмежується встановленням мети і цілей. Люди і установи, які мають вплив на політику і керують нею, приймають багато рішень, які фактично формують зміст освітньої політики. Навіть у централізованій

системі освітні установи мають багато свободи у досягненні заданих цілей. Таким чином, дуже вузьке окреслення освітньої політики може бути помилковим [2].

Сучасне бачення проблеми цінностей здоров'я розглядає освітню політику у сфері здорового способу життя як обов'язкову складову державної політики. Загальноприйнятим в останній чверті ХХ ст. стало економічне обґрунтування необхідності особливої державної освітньої політики з формування здорового способу життя, яка є набагато ефективнішим інструментом поліпшення ситуації у сфері охорони здоров'я, ніж боротьба з наслідками нездорового способу життя, що вимагає значних ресурсів для лікування хвороб, розширення мережі медичних закладів, підготовки медичних кадрів. Згідно з визначенням О. Шиян, освітня політика з питань забезпечення здорового способу життя являє собою «суму формальних і неформальних правил, норм і методів, що впливають на індивіда або інституцію у сфері сприяння здоров'ю і скеровують їх» [2].

Освітня політика розвивалася, щоб покращити процеси і результати у сфері освіти, покращити якість освіти, зменшити негативний вплив навчального процесу на здоров'я учасників навчально-виховного процесу, формувати здорову націю, збільшити релевантність освітніх пропозицій і т.ін. Відповідно освітня політика є сферою, яка зорієнтована на практику, спрямовану на вирішення проблем, які виникають у цій сфері, а також на можливості для подальшого розвитку. На відміну від соціології, педагогіки та інших дисциплін освітня політика є більш прикладною, яка намагається генерувати знання, що можуть бути негайно використані творцями політики. У практиці існують механізми, які можуть певною мірою вплинути на політичне рішення (кількість учнів у класі, кількість занять або предметів на тиждень, впровадження окремого предмета «Основи здоров'я»; гаряче харчування тощо). Однак ефективний вплив на освітні процеси можливий тільки за умови глибокого розуміння реальності. З цієї причини необхідно генерувати власний набір релевантних знань у формуванні теоретичних і емпіричних вчень. Така практика часто призводить до необхідності поглиблення теоретичної і методичної бази, тим самим стимулюючи розвиток основних досліджень [2].

Насправді освітня політика з питань забезпечення ЗСЖ є політикою, пов'язаною зі змінними поглядами, цінностями та інтересами. Конфлікти між цілями і результатами виникають доволі часто: «Чи

правильно, коли нововведений предмет «Основи здоров'я» викладають не фахівці?»; «Наскільки має відбуватися інтеграція неповносправних дітей з учнями школи у навчальному процесі?»; «Чи потрібно викладати статеве виховання у громадських школах?». На ці і багато інших запитань немає відповідей на рівні експертного аналізу, бо перед нами постає моральна дилема, що є правильним, бажаним і справедливим. Часті невдачі зумовили інше бачення реальності: політика — не позитивний засіб досягнення цілей, а діалектичний інструмент, що має стимулювати інші процеси, для яких треба розробляти вже нову політику [2].

Спосіб життя сучасних людей, у тому числі і учнів, дуже близький до «постільного режиму», що веде до гострої гіпокінезії. Сидіння за партою, за письмовим столом, за комп'ютером, перед телевізором — разом дають таку величину статичного навантаження, яке просто неможливо компенсувати рухливими, динамічними вправами, що тренують серце, судини, легені та інші органи. Єдина профілактика наслідків гіпокінезії — організація раціонального рухового режиму, який включає різні за характером і інтенсивністю фізичні навантаження, що приводить до активного руху тіла в просторі [3].

Фізична культура як суспільне явище займало важливе місце в житті людини впродовж всієї історії його існування. Ще Гіппократ сказав: «Гімнастика, фізичні вправи, ходьба повинні міцно увійти до повсякденного побуту кожного, хто хоче зберегти працездатність, здоров'я, повноцінне життя». Хронічний дефіцит рухової активності в режимі життя сучасних учнів та студентів став реальною загрозою їх здоров'ю і нормальному фізичному розвитку. Негативний вплив гіпокінезії на організм учнів дуже великий. У учнів та студентів руховий дефіцит приводить до того, що відмічається помітне зниження уваги, координації, точності та швидкості рухів, погіршення зору [4].

Нинішня концептуальна основа шкільного фізичного виховання полягає у формуванні рухової сукупності людини, яка виявляється в оволодінні руховими уміннями та навичками для досягнення визначеного результату з бігу, стрибків, метань тощо. Однак з цим результатом не видно рівня розвитку особистості школяра з його інтересами, потребами, прагненнями. У процесі фізичного виховання не враховується, що показники сили, витривалості, спритності — це тільки зовнішній бік, який не завжди зумовлений внутрішнім психофізичним станом дитини [5, с. 58].

Фізичне виховання визначається як цілеспрямований вплив на комплекс природних властивостей організму: стимулювання і регулювання їх розвитку за допомогою нормованих функціональних навантажень, пов'язаних з руховою діяльністю (фізичними вправами), а також шляхом оптимізації індивідуального використання природних умов зовнішнього середовища.

Фізичне виховання спрямовано на формування рухових навичок і фізичних якостей людини, сукупність яких вирішальною мірою визначає її фізичну працездатність.

Надлишок рухової активності не являє небезпеки для організму, якщо не перевищено меж адаптаційних можливостей. Перевищення цієї межі настільки ж шкідливо для здоров'я, як і гіпокінезія. Зрив адаптації проявляється у різноманітних формах — у вигляді перетому, вегето-судинній дистонії, зниженні імунітету, порушенні роботи шлунково-кишкового тракту. У важких випадках необхідна комплексна відновна терапія, що проводиться медиками.

Рухова активність може бути реалізована в різних формах. Вона може бути організованою (під управлінням викладача, тренера, батька тощо) і неорганізованою (самостійною). У неорганізованих формах найчастіше виявляється дозвільна, ігрова і релаксаційна рухова активність.

Заняття фізичними вправами в будь-якій формі удосконалюють фізичний розвиток і забезпечують стійкість до захворювань простудного типу і захворювань, пов'язаних з опорно-руховим апаратом.

Є ще чинник, що підкреслює необхідність фізичної розрядки в процесі розумової праці. Це значна кількість інформації, що отримується у навчальному закладі. Збільшене розумове навантаження прискорює стомлюваність, вимагаючи відповідного зростання фізичної активності. Дану роль виконує викладач фізкультури, основною метою якого є виховання здорових, соціально і психологічно активних учнів [3].

Сьогодні в нашій країні відбувається формування нової системи фізичного виховання, побудованої на уявленнях про цінність фізичної культури для гармонійного розвитку особи, створенні здорового способу життя, збереженні здоров'я. Фізична культура розглядається як найважливіша частина державної програми оздоровлення населення, зміцнення здоров'я, формування звичок здорового способу життя у студентів. Розробляються численні концепції щодо створення нової системи фізичного виховання й освіти.

Список використаних джерел:

1. ВООЗ. Інформаційна серія «Здоров'я в школі». Документ 9. Навички заради здоров'я.— К.: ВКТФ «Кобза»,— 2004.— 123 с.
2. Шиян О.І. Сутність державної освітньої політики з питань забезпечення здорового способу життя молоді [Електронний ресурс] / О.І. Шиян // Державне управління: Теорія та практика.— 2008. —2.— Режим доступу: http://www.nbu.gov.ua/e-journals/dutp/2008-2/doc_pdf/shyjan.pdf
3. Охріменко О. В. Фізичне виховання як засіб здоров'язберігального навчання // Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського [Електронний ресурс] — Режим доступу: http://www.nbu.gov.ua/portal/soc_gum/vchu/N155/N155p084-089.pdf
4. Агеев В. У. Академия физической культуры им. П. Ф. Лесгафта / В. У. Агеев // Теория и методика физической подготовки.— 1994.— № 1.— С. 2–9.
5. Дубогай О. Навчання в русі: Здоров'язберігаючі педагогічні технології в початковій школі.— К.: Вид. дім «Шкіл. світ»: Вид. Л. Галіцина,— 2005.— 112 с.

Надійшла до редакції 26.02.2013 р.

Ярчук Ю. Г. Формирование культуры здорового образа жизни в системе приоритетов государственной образовательной политики

Анализируется место и роль приоритетов культуры здорового образа жизни в образовательной политике государства; подчеркивается необходимость мобилизации просветительских мероприятий для осознания ребенком ценности здоровья как одной из главных ценностей человеческой жизнедеятельности.

Ключевые слова: *человек, ребенок, культура, образование, здоровье, воспитание.*

Yarchuk J. H. Formation of a healthy lifestyle in the system of state education policy priorities

Pace and role of the priorities of a healthy lifestyle in the educational policy of the state were analyzed; the need to mobilize educational measures for understanding child health value as one of the core values of human life was stressed.

Keywords: *human, child, culture, education, health, upbringing.*