



СУТНІСТЬ ПОНЯТТЯ «ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНЕ СЕРЕДОВИЩЕ» ВИЩОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ

А Розкрита сутність поняття «здоров'язбережувальне середовище» вищого начального закладу як оточення індивіда, у якому діють взаємопов'язані здоров'язбережувальні чинники та умови, що сприяють соціальному, духовному, фізичному та психічному розвитку особистості майбутнього вчителя, розкрито складові здоров'я як передумови створення здоров'язбережувального середовища, що мають забезпечувати умови не лише для збереження та зміцнення здоров'я, а й формування культури здоров'я майбутнього фахівця.

Ключові слова: здоров'язбережувальні знання, здоров'язбережувальне середовище, вищий навчальний заклад, складові здоров'я, майбутній учитель.

Актуальність проблеми. Гуманізація освіти потребує збереження та зміцнення здоров'я сучасної молоді, виховання в них умінь і навичок здоров'язбережування. Треба донести до людини істину, що основна мета життя – щастя. Але до нього веде одна дорога: міцне здоров'я, а здорова людина любить життя. Добре здоров'я, гарний настрій – запорука успішності, самореалізації, самовиховання.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На сучасному етапі дослідження проблеми здоров'язбережування здійснюється на міждисциплінарному рівні. Феномени здоров'я і здорового способу життя вивчалися не тільки медиками (М. Амосов, І. Брехман, М. Буянов, В. Казначеев, Ю. Лісіцин, Б. Чумаков), але й філософами (К. Гельвецій, Дж. Локк, М. Ломоносов, А. Сміт, К. Маркс), психологами (В. Бехтерев, Л. Виготський). Вони розробили і залишили численні праці про збереження та зміцнення здоров'я, продовження довголіття і підвищення життєвого потенціалу.

Здоров'язбережування в освітньому просторі вищого навчального закладу є процесом збереження і зміцнення здоров'я, що спрямоване на перетворення інтелектуальної й емоційної сфер особистості майбутнього вчителя, підвищення ціннісного ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих на основі усвідомлення майбутнім фахівцем особистої відповідальності за нього.

Розв'язання проблеми забезпечення збереження й зміцнення здоров'я лежить у площині побудови навчально-виховного процесу вищого навчального закладу відповідно до цілей і принципів гуманістичної освіти. Ця думка поділяється у працях багатьох педагогів-класиків (В. Бехтерева, П. Каптерева, Я. Коменського, П. Лесгафта, Г. Песталоцці, М. Пирогова, Ж.-Ж. Руссо, Г. Сковороди, В. Сухомлинського, А. Макаренка, К. Ушинського, С. Френе, Р. Штайнера), так і сучасних науковців (В. Бобрицької, Є. Вайнера, Т. Волченської, Г. Зайцева, Е. Казіна, О. Іонової, Ю. Науменка, О. Савченко, Г. Серікова, Т. Савустьяненко).

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми, яким присвячується означена стаття. Питання здоров'язбережування в наш час усе частіше стає предметом дослідження молодих учених. Не дивлячись на такий давній інтерес до зазначеної проблеми, термін «здоров'язбережувальне середовище» не має однозначного трактування, і тим більше не визначені організаційно-педагогічні умови для впровадження його принципів у систему підготовки особистості майбутнього вчителя. Зусилля, що додаються вищими

освітніми закладами у напрямі здоров'язбережування майбутніх учителів недостатньо ефективні, про що свідчать: зниження рівня рухової активності студентів, відсутність прагнення до здорового способу життя, наявність недостатньої інноваційної діяльності у сфері фізкультурно-оздоровчих занять, відсутність необхідного формування ціннісних орієнтацій у студентів у галузі здоров'язбережування.

Формулювання цілей статті: розкрити сутність поняття «здоров'язбережувальне середовище» вищого навчального закладу.

Виклад основного матеріалу дослідження. Перш ніж визначити поняття «здоров'язбережувальне середовище», звернемося до його сутності, основою якого є поняття «здоров'я» та «середовище».

Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) визначила, що здоров'я людини – це не тільки відсутність хвороб, фізичних та психічних вад, а й стан повного фізичного, психічного і соціального благополуччя [3, с. 7]. Та, на жаль, у сучасному суспільстві часто зустрічаємося з надто легковажним ставленням до свого здоров'я: свідоме паління, алкоголізм, наркоманія, потурання своїм лінощам, неорганізованість, переїдання та недобре агресивне ставлення до навколишнього життя, до людей може бути тільки при несвідомому ставленні до найдорожчого, що має людина – це здоров'я і життя.

У роботі Л. Коноваленко говориться, що «здоров'я – це обов'язкова умова життя кожної людини, її краси, адже здоров'я здатне надати по-справжньому чудовий колір обличчю, робить шкіру пружною, еластичною, волосся – густим, блискучим, дихання – легким і чистим» [5, с. 20]. «Здоров'я – це ж не пілюля, яку можна проковтнути для того, щоб уже потім ні про що більше не турбуватися... Здоров'я – це та вершина, яку кожен повинен подолати сам» (В. Шененберг) [5, с. 24]. Відповідальність за своє здоров'я кожна людина повинна нести сама та стати незалежною від хвороб. У цьому величезну роль відіграє спосіб життя. На сьогоднішній день усім відомо, що здоров'я людини на 17–20 % залежить від спадковості, на 8–9 % – від охорони здоров'я і на 51 % – від способу життя [4, с. 23].

Здоров'я треба розглядати як системне об'єднання в собі чотирьох складових – фізичного, психічного, соціального й духовного. Так, аналіз досліджень складових здоров'я дає змогу стверджувати, що їх формування є основними напрямками створення здоров'язбережувального середовища у вищому навчальному закладі.

До сфери фізичного здоров'я включають такі чин-

ники, 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 особистості, наприклад, збудженість, емоційність, чутливість. Психічне життя індивіда складається з потреб, інтересів, мотивів, стимулів, установок, цілей, уяв, почуттів тощо. Психічне здоров'я пов'язано з особливостями мислення, характеру, здібностей. Усі ці складові й чинники обумовлюють індивідуальні реакції на однакові життєві ситуації, вірогідність стресів, афектів.

Духовне здоров'я залежить від духовного світу особистості, зокрема складових духовної культури людства – освіти, науки, мистецтва, релігії, моралі, етики. Свідомість майбутнього фахівця, його ментальність, життєва самоідентифікація, ставлення до сенсу життя, оцінка реалізації власних здібностей і можливостей у контексті власних ідеалів і світогляду – все це обумовлює стан духовного здоров'я.

Соціальне здоров'я пов'язане з економічними чинниками, стосунками індивіда із структурними одиницями соціуму – сім'єю, організаціями, з якими створюються соціальні зв'язки, праця, відпочинок, побут, соціальний захист, охорона здоров'я, безпека існування тощо. Впливають міжетнічні стосунки, вагомість різниці у прибутках різних соціальних прошарків суспільства, рівень матеріального виробництва, техніки і технологій, їх суперечливий вплив на здоров'я взагалі. Ці чинники й складові створюють відчуття соціальної захищеності (або незахищеності), що суттєво позначається на здоров'ї особистості. У загальному вигляді соціальне здоров'я детерміноване характером і рівнем розвитку головних сфер суспільного життя в певному середовищі – економічній, політичній, соціальній, духовній.

У реальному житті всі чотири складові – соціальна, духовна, фізична, психічна діють одночасно, їх інтегрований вплив визначає рівень здоров'язбережування особистості майбутнього вчителя як цілісного складного феномена.

Поняття «середовище» означає залежність і взаємозв'язок умов, що забезпечують розвиток людини, її взаємодію з оточенням. За визначенням В. Слободчикова «середовище – це не просто соціальна статична одиниця, це складна система, що знаходиться в постійному розвитку, охоплює різні, близькі й далекі життєві сфери» [9, с. 178]. На думку С. Сергеева «середовище – дійсність, в якій відбувається створювальна діяльність людини» [8, с. 61].

Вихідним поняттям для розуміння феномену «здоров'язбережувальне середовище» є поняття «освітнє середовище», в основі якого уявлення про те, що психічний розвиток людини під час її навчання і виховання треба розглядати в контексті «людина – навколишнє середовище». Згідно з таким підходом під освітнім середовищем розуміють систему умов і впливів, що створюють можливість для розкриття як уже наявних здібностей і особистісних особливостей майбутнього вчителя, так і прихованих його інтересів і нахилів. У їх числі: фізична (рухова) активність і загартування; збалансоване харчування та контроль за масою тіла; відмова від шкідливих звичок (вживання алкоголю, наркотиків, тютюну) та азартних ігор; створення доброго психологічного клімату в суспільстві (психогігієна і пси-

хопрофілактика), духовне самовдосконалення; безпечна сексуальна поведінка (статеве виховання і статєва культура).

Треба зазначити, що здоров'язбережувальне середовище не можливе без впровадження здоров'язбережувальних технологій, це два взаємопов'язані процеси. Специфіка організації педагогічного процесу ВНЗ дозволяє стверджувати, що здоров'язбережувальні технології за ступенем впливу на здоров'я майбутнього вчителя є найдієвішими.

Відповідно до освітньо-професійної програми підготовки магістра для майбутніх учителів, які мають бажання набути знання про концептуальні основи здоров'я та здоров'язбережування сучасної людини, розвиток культури духовного і фізичного здоров'я; основні форми і методи проведення занять руховою активністю; методи комплексної оцінки рівня вихованості особистості в здоров'язбережувальному середовищі; інноваційні технології створення оздоровчого клімату у колективі; технології здоров'язбережування у вищій школі нами запропоновано навчально-методичний курс «Технології створення здоров'язбережувального середовища у вищих навчальних закладах», який складається з чотирьох змістових модулів:

Технологія № 1 – Виховання культури здоров'я майбутнього вчителя вищого навчального закладу.

Технологія № 2 – Впровадження здоров'язбережувальної активності в навчально-виховний процес вищого навчального закладу.

Технологія № 3 – Формування інноваційно-оздоровчого клімату серед колективу майбутніх учителів вищого навчального закладу.

Технологія № 4. – Створення власної здоров'язбережувальної траєкторії професійного зростання особистості майбутнього вчителя вищого навчального закладу.

Застосування даних технологій допоможе педагогам ВНЗ забезпечити багаторівневість освітньої системи в межах виховання особистості майбутнього вчителя в здоров'язбережувальному середовищі.

На нашу думку, створення здоров'язбережувального середовища у вищому навчальному закладі можливе через систему функціонально пов'язаних елементів педагогічної діяльності, що не шкодять особистості майбутнього вчителя, які пов'язані з основними передумовами здоров'я: мир, дах над головою, соціальна справедливість, освіта, прибуток, стабільна екосистема, сталі ресурси [7, с. 9–10].

Мир. Поняття миру розуміється ширше, ніж відсутність стану війни в державі. Очевидно, що відсутність мирних стосунків у сім'ї, конфлікти з ближнім оточенням, на роботі, де працює людина, суттєво зашкоджують усім складовим здоров'я.

Дах над головою. Поняття даху над головою дещо більше, ніж наявність будь-якої домівки. Потрібен певний рівень побутових умов, сталість майнових правовідносин, наявність інших чинників, що створюють відчуття впевненості у майбутньому щодо захисту власного майна від можливих негараздів природного або суспільного походження. Важливим є рівень розвитку соціальних інституцій, дія яких забезпечує відчуття захищеності особистості та її майна (правопорядку, аварій, надзвичайних ситуацій тощо).

Соціальна справедливість, рівність, неупередженість. Наявність цих передумов здоров'я гарантує всім однакові можливості доступу до послуг соціальних інституцій,

рівні громадські, майнові, соціальні права, неможливість обмежень законних прав і інтересів особистості з боку будь-яких структур. Наявність цих передумов створює у людини відчуття захищеності і впевненості в майбутньому, а також надає рівні (в межах чинного законодавства) потенційні можливості в реалізації потреб, набуття гідного соціального статусу незалежно від расових, національних, релігійних, майнових, статевих, вікових чинників.

Освіта. Рівень здоров'я, як правило, безпосередньо пов'язаний з рівнем освіти. Чим вище середній рівень освіти в певному соціальному середовищі, тим кращі узагальнені показники здоров'я воно демонструє. Піклування про власне та громадське здоров'я неможливо без знання того, чому це необхідно і як це робити. При цьому доцільно розуміти поняття освіти в даному контексті не тільки як освіту суто валеологічну, а значно ширше – як загальну освіту в цілому. Чим ширше знання основних природничих, наукових, філософських, гуманітарних положень, тим більше можливостей створювати у суспільстві системне уявлення про проблему здоров'я взагалі. Крім того, поняття освіти потрібно розуміти комплексно: і як надання інформації, і як навчання методам, прийомам та навичкам здоров'язберегування, і як виховання в душі безумовного пріоритету цінностей індивідуального та громадського здоров'я в усіх його проявах, сферах, рівнях. Це процес удосконалення особистості через формування певного складу розуму, способу мислення та вміння застосовувати отримані знання в процесі життя.

Прибуток. Передбачається наявність фінансових можливостей для забезпечення не тільки мінімальних потреб існування, а й для створення в суспільстві послуг і товарів, необхідних для здоров'язберегування, забезпечення спроможностей їх споживання.

Стабільна екосистема. Мається на увазі не тільки стабілізація нормальних екологічних умов там, де вони ще не зазнали шкоди від попередньої виробничої діяльності, а й відновлення пошкоджених екологічних утворень з метою запобігання подальшому порушенню екобалансу планети. Лише активна реституційна діяльність може забезпечити у майбутньому стабільність планетарної екосистеми з оптимальними фізико-хімічними параметрами для існування людства.

Сталі ресурси. Поняття містить не лише запобігання вичерпанню енергоресурсів, корисних копалин, виробничій сировини. Мається на увазі зважене господарювання щодо фінансових і матеріальних ресурсів країн, громад, окремих людей, незадіяних ресурсів виробництва, матеріалів та інструментів, інтелектуальних

ресурсів, потенціалу громадських і приватних ініціатив. Вихідна теза така – чим більше всіляких ресурсів є в активі певного структурного утворення (людини, громади, організації, регіону), тим більш потужні можливості спрямування цих ресурсів на заходи стосовно здоров'я.

Висновки з даного дослідження. Отже, «здоров'язбережувальне середовище» вищого навчального закладу – це оточення особистості майбутнього вчителя як наявне, так і віртуальне, у якому діють взаємопов'язані здоров'язбережувальні чинники та умови, що сприяють соціальному, духовному, фізичному та психічному розвитку і відповідають усім анатомо-фізіологічним особливостям індивіда. Створення здоров'язбережувального середовища у вищому навчальному закладі – це процес, який вимагає чіткого усвідомлення всіма суб'єктами навчально-виховного процесу значущості відповідального ставлення до власного здоров'я. Таке середовище має забезпечувати умови не лише для збереження та зміцнення, а й формування культури здоров'я. Тільки злагоджена та змістовна співпраця ВНЗ та особистості майбутнього вчителя у сфері здоров'язберегування зможе забезпечити успішну реалізацію здоров'язбережувальних технологій у створеному здоров'язбережувальному середовищі, спрямованих на покращення стану здоров'я.

Перспективи розвідок у даному напрямі полягають у подальшому вихованні особистості майбутнього вчителя у створеному здоров'язбережувальному середовищі вищого навчального закладу, покращенні здоров'язбережувальних знань студентів.

Список використаних джерел

1. Дячков, В. Проблемне паління / В. Дячков // Позакласний час. – 2004. – № 19–20. – С. 101–102.
2. Єфімова, В. М. Здоров'язбережувальне середовище: визначення, сутність, педагогічний контекст / В. М. Єфімова // Люди – Природа – Суспільство: теорія і практика безпеки життєдіяльності, екології та валеології. – Вип. 5. – Сімферополь: НІЦ КІПУ, 2012. – С. 107–111.
3. Карпова, І. Б. Фізична культура та формування здорового способу життя : [навч. посіб. для студ. вузів] / І. Б. Карпова, В. Л. Корчинський, А. В. Зотов. – Київ: КНЕУ, 2005. – 104 с.
4. Коломієць, А. К. Здоровий спосіб життя. Пропаганда на уроках біології // А. К. Коломієць / Біологія. – 2004. – № 33. – С. 2–7.
5. Коноваленко, Л. М. Шкідливі звички наших дітей. Батьківські збори / Л. М. Коноваленко // Айболить. – 2004. – № 6. – С. 20–24.
6. Рудакова, А. О. Впровадження здоров'язберегаючих освітніх технологій у навчально-виховний процес / А. О. Рудакова, Г. С. Ричкова // Біологія. – 2009. – № 34. – С. 10–15.
7. Свириденко, О. О. Алгоритм збереження здоров'я: методичні поради та рекомендації : [навч.-метод. посіб.] / О. О. Свириденко. – ІОЦ ПНПУ ім. В.Г. Короленка, 2013. – 114 с.
8. Сергеев, С. Ф. Проектирование обучающихся сред / С. Ф. Сергеев // Школьные технологии. – 2006. – № 3. – С. 58–65.
9. Слободчиков, В. И. Образовательная среда: реализация целей образования в пространстве культуры / В. И. Слободчиков // Новые ценности образования: Культурные модели школы. – Вып. 7. – Москва, 1997. – С. 177–184.
10. Цись, Д. І. Пошуки та реалізація здоров'язберегаючих технологій у підготовці майбутніх учителів педагогічного профілю / Д. І. Цись // Педагогічні науки. – Вип. 15. – Полтава, 2015. – С. 75–78.

Дата надходження до редакції авторського оригіналу: 12.07.2016

Момот Е. О. Сущность понятия «здоровьесохраняющая среда» высшего учебного заведения.

А Раскрыта сущность понятия «здоровьесохраняющая среда» высшего учебного заведения как окружение индивида, в котором действуют взаимосвязанные здоровьесохраняющие факторы и условия, способствующие социальному, духовному, физическому и психическому развитию личности будущего учителя, раскрыты составляющие здоровья как предпосылки создания здоровьесохраняющей среды, которое должно обеспечивать условия не только для сохранения и укрепления здоровья, но и формирования культуры здоровья будущего специалиста.

Ключевые слова: здоровьесохраняющие знания, здоровьесохраняющая среда, высшее учебное заведение, составляющие здоровья, будущий учитель.

Momot O. O. The essence of the concept «healthy environment» of higher educational establishment.

S The article reveals the essence of the concept «healthy environment» of higher educational establishment as the environment of the individual, which is interrelated factors and health conditions that contribute to social, spiritual, physical and mental development of a future teacher's personality. The components of health as a prerequisite for creating a healthy environment that would provide conditions for the preservation and strengthening health and the health culture of the future specialist are disclosed.

Key words: knowledge about health, healthy environment, high school, components of health, future teacher.