

ISSN 2073-3771

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ, МОЛОДІ ТА СПОРТУ
УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В. Н. КАРАЗІНА

ВІСНИК

Харківського національного університету

імені В. Н. Каразіна

№ 1036

Серія
«Валеологія: сучасність і майбутнє»

Випуск 14

Серію започатковано у 2004 році

Харків-2012

Вісник Харківського національного університету (серія «Валеологія: сучасність і майбутнє») являє собою збірник наукових праць, який містить результати наукових досліджень із теоретичних і прикладних питань валеологічної освіти та виховання населення з використанням сучасних валеотехнологій.

Призначається для викладачів, наукових співробітників, аспірантів і студентів, які спеціалізуються у відповідних та суміжних галузях науки.

Затверджено до друку рішенням Вченої ради Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна (протокол № 13 від 21 грудня 2012 р.).

Видання є фаховим у галузі педагогічної науки.

Редакційна колегія: головний редактор — Гончаренко М. С., д. б. н., проф., зав. каф. валеології ХНУ імені В. Н. Каразіна.

Пасинок В. Г., д. пед. н., проф., ХНУ імені В. Н. Каразіна.

Ткачова Н. О., д. пед. н., проф., ХНПУ імені Г. С. Сковороди.

Черноватий Л. М., д. пед. н., проф., ХНУ імені В. Н. Каразіна.

Іонова О. М., д. пед. н., проф., ХНПУ імені Г. С. Сковороди.

Горащук В. П., д. пед. н., проф. Луганського національного педагогічного університету імені Тараса Шевченка

Гриньова М. В., д. пед. н., проф. Полтавського державного педагогічного університету імені В. Г. Короленка.

Атраментова Л. О., д. б. н., проф., ХНУ імені В. Н. Каразіна.

Бабенко Н. О., д. б. н., зав. відділом фізіології онтогенезу Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна.

Кузнєцова О. Ю., д. пед. н., проф. кафедри теорії та практики англійської мови Харківського національного університету імені Г. С. Сковороди.

Бондаренко В. А., д. б. н., проф., ХНУ імені В. Н. Каразіна.

Перський Є. Е., д. б. н., проф., ХНУ імені В. Н. Каразіна.

Карпенко І. В., д. філос. н., проф., декан філософського факультету Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна.

Білик Я. М., д. філос. н., проф., ХНУ імені В. Н. Каразіна.

Кулініченко В. Л., д. філос. н., проф., НМАПО імені П. Л. Шупика.

Ласкене Скайсте (Skaiste Laskiene), д. гуманіт. н., доцент каф. соціальних та гуманітарних наук Литовського університету наук про здоров'я.

Горка Хана. (Напа Ногка), докт. пед. н., доц. пед. факультету Університету ім. Масарика Чеської республіки.

Татарнікова Л. Г., д. пед. н., доктор. філософії, дійсн. член ПАНІ, МАНЕБ, НОАН, проф. каф. педагогіки, навколишнього середовища, безпеки і здоров'я людини, СПБАППО, Санкт-Петербург, Росія.

Відповідальний секретар — Шахненко В. І., канд. пед. н., доцент ХНУ імені В. Н. Каразіна.

Адреса редакційної колегії: 61022, Харків, майдан Свободи, 6, Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна, філософський факультет, тел. 707-56-33, електронна адреса: valeolog@univer.kharkov.ua

Видання здійснене за фінансової підтримки Всеукраїнської громадської організації «Українська асоціація валеологів».

Статті пройшли внутрішнє та зовнішнє рецензування.

Свідоцтво про державну реєстрацію КВ № 11825-696 ПР від 04.12.2006.

ЗМІСТ

	Стор.
ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВАЛЕОЛОГІЇ	6
Гончаренко М. С., Миронова Г. Д. Наукові основи уявлення про енергоінформаційну організацію людини.....	6
Ткачов С. І. Представники вітчизняного громадсько-педагогічного руху другої половини ХІХ — початку ХХ ст. про національний характер освіти і виховання як необхідну умову формування особистості громадянина-патріота.....	12
Хайруліна В. М., Гончаренко М. С. В. О. Сухомлинський — фундатор науки про здоров'я — валеології.....	16
Хорошко Г. С. Валеологічні аспекти сутності й сили слова.....	19
Ярка М. О. Методологічна аргументація сучасної парадигми валеологічної освіти у вищих педагогічних навчальних закладах: спроба постановки питання.....	28
ШЛЯХИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'Я	36
Бельорін-Еррера О. М., Черноватий Л. М. Підготовка майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого шкільного середовища в умовах сталого розвитку	34
Гончаренко М. С., Шуба В. В. Організація процесу самовиховання спортсменів з різним рівнем здоров'я.....	37
Ляо Цайчжи. Ушу як один із засобів формування культури здоров'я у студентів китайських ВНЗ.....	41
Ніжевська Т. В. Артпедагогічні основи розвитку фізичної культури особистості.....	45
Ткачов А. С. Суть поняття самоосвітньої діяльності особистості з позиції сучасного наукового знання.....	49
Шевчук О. А. Роль системоутворювального чинника у процесі валеологізації курсу «БЖД»....	53
ВАЛЕОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ ЕКСПЕРИМЕНТ	63
Бабенко Н. А. Аліментарні фактори: роль у формуванні пам'яті та здібності до навчання.....	62
Бандуров І. М. Вікові особливості формування мотивації до здоров'я у школярів.....	67
Дяченко А. В. Теоретичне обґрунтування необхідності тестування учнів за допомогою приладу КСД.....	70
Коновалова О. О., Перський Є. Е., Остапек І. М. Валеологічний супровід навчального процесу як умова формування адаптаційних можливостей учнів молодшого шкільного віку ...	76
Тимченко Г. М., Шевченко С. А. Хронобіологічний статус студентів.....	80
ЗДОРОВ'Я УЧНІВ ТА СТУДЕНТІВ — ЧЕРЕЗ ОСВІТУ	84
Александрович Н. О. Еколого-етичні засади професійної підготовки майбутнього вчителя.....	84
Іваненко Л. О. Психолого-педагогічні умови проектування дистанційного курсу «Культура здоров'я» засобами інформаційного середовища Moodle.....	89
Іванова В. В., Жмурко В. В. Підготовка викладачів основ здоров'я як необхідна умова для здоров'язбереження населення	97
Касьян О. М. Психолого-педагогічні умови підготовки дітей до школи.....	100
Кучук Н. Г., Россомахин С. Г. Компоненти та підходи методики формування здорового способу життя студентів класичного університету	103
Лупаренко С. Е. Проблема впливу комп'ютера і телебачення на здоров'я дитини в сучасній психолого-педагогічній літературі.....	108
Парфьонова О. В. Аналіз зарубіжного досвіду професійної підготовки майбутніх дизайнерів з опорою на національні традиції.....	114
Самойлова Н. В. Методичні підходи до валеологічного супроводу навчально-виховного процесу осіб з вадами зору.....	118
Старосельська Ю. І., Пугач Б. Я. Формування у студентів відповідального ставлення до власного здоров'я та залучення їх до здорового способу життя	123
Ху Жунсі Культурно-освітнє середовище вищого навчального закладу як основа соціальної адаптації іноземних студентів.....	127
Шацька Н. М. Аналіз результатів апробації педагогічних умов розвитку україномовної культури вчителя малокомплектної школи в системі післядипломної освіти.....	133
Шахненко В. І., Пелих О. М. Моніторинг здоров'я учнів вітчизняної загальноосвітньої школи як педагогічна проблема.....	137

СОДЕРЖАНИЕ

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ВАЛЕОЛОГИИ	Стр. 6
Гончаренко М. С., Миронова Г. Д. Научные основы представления об энергоинформационной организации человека.....	6
Ткачев С. И. Представители отечественного общественно-педагогического движения второй половины XIX — начала XX ст. о национальном характере образования и воспитания как необходимом условии формирования личности гражданина-патриота.....	12
Хайрулина В. М., Гончаренко М. С. В. О. Сухомлинский — основоположник науки о здоровье — валеологии.....	16
Хорошко А. С. Валеологические аспекты сути и силы слова.....	19
Ярка М. О. Методологическая аргументация современной парадигмы валеологического образования в высших педагогических учебных заведениях: попытка постановки вопроса.....	28
ПУТИ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ	34
Бельорин-Эррера А. М., Черноватый Л. Н. Подготовка будущего учителя основ здоровья к созданию здоровьесориентированной школьной среды в условиях стабильного развития	34
Гончаренко М. С., Шуба В. В. Организация процесса самовоспитания спортсменов с разным уровнем здоровья	37
Ляо Цайчжи. Ушу как один из способов формирования культуры здоровья у студентов китайских ВУЗ	41
Нижевская Т. В. Артпедагогические основы развития физической культуры личности.....	45
Ткачев А. С. Суть понятия самообразовательной деятельности личности с позиции современного научного знания.....	49
Шевчук Е. А. Роль системообразовательного фактора в процессе валеологизации курса «БЖД»...	53
ВАЛЕОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ЭКСПЕРИМЕНТ	62
Бабенко Н. А. Алиментарные факторы: роль в формировании памяти и способности к обучению..	62
Бандуров И. М. Возрастные особенности формирования мотивации к здоровью у школьников.....	67
Дяченко А. В. Теоретическое обоснование необходимости тестирования учащихся при помощи прибора КСД	70
Коновалова Е. О., Перский Е. С., Остапек И. М. Валеологическое сопровождение учебного процесса как условие формирования адаптационных возможностей учеников младшего школьного возраста.....	76
Тимченко Г. М., Шевченко С. А. Хронобиологический статус студентов.....	80
ЗДОРОВЬЕ УЧАЩИХСЯ И СТУДЕНТОВ — ЧЕРЕЗ ОБРАЗОВАНИЕ	84
Александрович Н. А. Эколого-этические основы профессиональной подготовки будущего учителя	84
Иваненко Л. А. Психолого-педагогические условия проектирования дистанционного курса «Культура здоровья» методами информационной среды Moodle	89
Иванова В. В., Жмурко В. В. Подготовка преподавателей основ здоровья как необходимое условие для здоровьесбережения населения	97
Касьян О. М. Психолого-педагогические условия подготовки детей к школе.....	100
Кучук Н. Г., Россомахин С. Г. Компоненты и подходы методики формирования здорового образа жизни студентов классического университета	103
Лупаренко С. Е. Проблема влияния компьютера и телевидения на здоровье ребенка в современной психолого-педагогической литературе.....	108
Парфенова О. В. Анализ зарубежного опыта профессиональной подготовки будущих дизайнеров базирующихся на национальных традициях.....	114
Самойлова Н. В. Методические подходы к валеологическому сопровождению учебно-воспитательного процесса лиц с нарушениями зрения.....	118
Старосельская Ю. И., Пугач Б. Я. Формирование у студентов ответственного отношения к своему здоровью и привлечение их к здоровому образу жизни.....	123
Ху Жунси. Культурно-образовательное пространство высшего учебного заведения как основа социальной адаптации иностранных студентов.....	127
Шацкая Н. М. Анализ результатов апробации педагогических условий развития украиноязычной культуры учителя малокомплектной школы в системе последиplomного образования.....	133
Шахненко В. І., Пелых А. М. Мониторинг здоровья учащихся отечественной общеобразовательной школы как педагогическая проблема.....	137

CONTENT

	Pg
THEORETICAL FUNDAMENTALS OF VALEOLOGY	6
Goncharenko M. S., Mironova G. D. Scientific basis concepts of energo-informational organization of man.....	6
Tkachov S. I. Representatives of domestic public and pedagogical movement in second half of XIX — beginning of XX century about national character education and training as a necessary condition for forming of the citizen-patriot.....	12
Khairulina V.M., Goncharenko M.S. Sukhomlinsky — founder of the science of health — valeology.....	16
Khoroshko A.S. Valeological aspects of the nature and power of the word.....	19
Yarka M. O. Methodological argumentation of modern paradigm of valeological education in higher pedagogical educational institutions: attempt of statement of a question.....	28
WAYS OF HEALTH FORMATION	34
Bellorin-Herrera O. M., Chernovatyi L.M. Training of teachers health basics to creating health oriented school environment under sustainable development	34
Goncharenko M. S., Shuba V. V. Organization of the process of self-education of athletes with different levels of health.....	37
Liao Caizhi. Wushu as Means of China Educational Establishment Students' Health Culture Formation.....	41
Nizhevskaya T. V. Artpedagogical principles of personality physical training development	45
Tkachov A. S. The Essence of Personal Self Educative Activity from the Point of View of Contemporary Scientific Knowledge.....	49
Shevchuk O. A. The role of system forming factor in the process of valeologisation of the course «SLA» (Safety of life activity).....	53
VALEOLOGY-PEDAGOGICAL EXPERIMENT	62
Babenko N. A. The role of dietary factors in learning and memory.....	62
Bandurov I. M. Schoolchildren have age-old features of forming of motivation to the health.....	67
Dyachenko A. V. Theoretical study of necessity of students' testing process with the help of KSD device.....	70
Konovalova O. O., Perskiy E. E., Ostapek I. M. Valeological support of the educational process as a condition of formation of adaptive abilities of the pupils of the Junior school	76
Timchenko G. M., Shevchenko S. A. There are chronobiological status of students organism.....	80
PUPIL'S AND STUDENT'S HEALTH — THROUGH EDUCATION	84
Alexandrovich N. A. Ecological and ethical framework of training future teachers.....	84
Ivanenko L. O. Psychological and sensible conditions for the design of a distance course «Culture of Health» means the information environment Moodle.....	89
Ivanova V. V., Zhmurko V. V. Teacher training bases of health as a prerequisite for public health preservation	97
Kasyan O. N. Psycho-pedagogical conditions of preparing children for school.....	100
Kuchuk N. G., Rossomahin S. G. Components and approaches of the technique of formation of the healthy lifestyle of students of classical university	103
Luparenko S. E. The Problem with Influence of Computer and Television on Child's Health in Psychological-Pedagogical Literature.....	108
Parfyonova O. V. The analysis of foreign experience of future designers professional training based on national traditions.....	114
Samoilova N. V. Methodical approaches to valeological accompaniment the educational process of the visually impaired.....	118
Staroselskaya Y. I., Pugach B. Y. Forming students take responsibility for their health and their attraction to a health lifestyle	123
Hu Rongxi. Cultural and educational space of higher educational establishment as basis of social adaptation of foreign students.....	127
Shatskaya N. M. Analysis of the results of testing of pedagogical conditions for the development of the Ukrainian-culture teachers of small schools in the system of postgraduate education.....	133
Shakhnenko V. I., Pyelyh O. M. Monitoring of the pupil's health in ukrainian secondary school as pedagogical problem.....	137

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВАЛЕОЛОГІЇ

УДК 613

НАУЧНЫЕ ОСНОВЫ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ ОБ ЭНЕРГОИНФОРМАЦИОННОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ЧЕЛОВЕКА

¹Гончаренко М. С., ²Миронова Г. Д.¹Харьковский национальный университет имени В. Н. Каразина²Институт теоретической и экспериментальной биофизики РАН¹Харьков, Украина²Пушино, Россия

В статье представлен научный взгляд на энергоинформационную организацию человека как живой системы, проанализирован многовековой опыт восточной медицины в этом вопросе, а также развивающиеся технологии биорезонансной медицины, основанные на механизмах волновых взаимодействий. Показаны новые пути развития валеологии в плане диагностики и профилактики здоровья. Рассмотрены основные задачи, которые решает биоинформатика. Затронуты вопросы механизмов управления, присутствующих в живом организме. Отмечено, что недостаточно изучены механизмы приема информационных сигналов, переносимых физическими факторами в живых системах.

Ключевые слова: биоинформатика, биорезонансная медицина, волновые взаимодействия, энергоинформационная система человека.

У статті представлений науковий погляд на енергоінформаційну організацію людини як живої системи, проаналізований багатовіковий досвід східної медицини стосовно цього питання, а також технології біорезонансної медицини, що розвиваються, які засновані на механізмах хвильових взаємодій. Показані нові шляхи розвитку валеології в плані діагностики й профілактики здоров'я. Розглянуті основні задачі, які вирішує біоінформатика. порушені питання механізмів управління, що присутні в живому організмі. Відмічено, що недостатньо вивчені механізми прийому інформації сигналів, які переносяться фізичними факторами в живих системах.

Ключові слова: біоінформатика, біорезонансна медицина, хвильові взаємодії, енергоінформаційна система людини.

The article presents the scientific view of energo-informational human organization as a living system, analyzed many centuries of eastern medicine in this subject, as well as emerging technologies bioresonance medicine, based on the mechanisms of wave interactions observed in article. New ways of valeology in terms of diagnosis and preventive health were defined. The main problem, which solves bioinformatics were described. The issues of governance mechanisms that are present in organism. The new perspective of scientific investigation the mechanisms of reception of informational signals that carried by physical factors in biological systems were defined.

Key words: bioinformatics, bioresonance medicine, wave interactions, energoinformational system.

Человек, как любая живая система, представляет собой совокупность гармонически связанных, взаимодействующих элементов, деятельность которых направлена на адаптацию

к условиям существования и выживания в ней. Развитие живых систем зависит от 3-х факторов — организации, энергии, информации. Организация — это совокупность существующих элементов, объединенных в функциональную систему. У человека — это объединения органов и тканей, т. е. система систем.

Энергия — источник, обеспечивающий действие или движение, развитие системы.

Информация — фактор контролирующей, регулирующий, приспособляющий, объединяющий элементы (у человека органы, ткани, поля) в единое целое.

Эти три составляющие определяют целостность любой живой системы. Сбалансированность и гармония являются основой ее нормального функционирования и отражают здоровье системы. Современная наука накопила достаточно знаний относительно организации (устройства) человека, но это касается в большей степени физического тела; энергетическая и информационная составляющие организации человека исследуются в различных научных направлениях и позволяют признать целостность триединой структуры человека, включающей дух, душу и тело, которые благодаря энергоинформационному обмену обеспечивают непрерывность связи с внешним миром, т. е. холистическую природу человека и использование показателей энергоинформационного обмена в диагностических и коррекционных целях о состоянии здоровья.

Обмен системы «окружающая среда — человек» осуществляется в области слабых и сверхслабых взаимодействий.

Предполагается, что организмы, существующие на Земле, благодаря принципу холизма, способные воспринимать сверхслабые воздействия, т. е. обладают открытыми каналами приема таких воздействий. В понимании механизмов этих процессов мы находимся в начале пути.

Значительную помощь в этом вопросе оказывают наработки восточной медицины, показывающие, что энергоинформационная система человека имеет очень сложную структуру, знание которой обеспечивает эффективность действия акупунктуры и гомеопатии, использующие очень тонкие и слабые воздействия на организм человека.

Используя накопленный опыт и опираясь на развивающиеся технологии биорезонансной медицины, основанные на механизмах волновых взаимодействий, современная интегративная наука открывает новые пути к диагностике и профилактике здоровья, и в целом, к развитию валеологии.

Знание медицины Востока базируется на представлениях о некой субстанции — животворящей энергии. У китайцев она называлась Ци, у индусов — Прана, у японцев — Ки. Согласно древним канонам, ее движение происходит по кругу без конца и начала, нарушение законов циркуляции энергии приводит к возникновению болезней. Эта энергия может существовать в разных видах, например, может находиться в двух видах: Инь и Ян.

В здоровом организме Инь и Ян находятся в уравновешенном, гармоничном состоянии.

Таким образом, с точки зрения восточной медицины здоровье человека зависит от движения энергетических потоков.

В целом различие между западной и восточной медициной состоит в различных подходах к познанию человека: западная медицина анализирует части и на их основе стремится получить информацию в целом, восточная, изучая организм как целое, делает выводы о состоянии его отдельных частей. В настоящее время наблюдается сближение этих подходов и знаний.

Большую роль в этом вопросе сыграли открытия квантовой физики.

Ньютоновско-Картезианская парадигма устройства мира рассматривала человека как твердый объект (тело), состоящий из атомов и молекул, а все явления протекали в трехмерном пространстве и линейном времени.

Теория относительности Эйнштейна — выявила закономерности взаимодействия массы и энергии в формуле $E=mc^2$

Согласно этой теории пространство не является трехмерным, время абсолютным, а масса является формой существования энергии.

Следующим научным открытием явилось понимание того, что каждая элементарная единица вещества обладает свойствами одновременно и частицы, и волны.

Такое понимание стимулировало развитие голографического подхода в объяснении функционирования живых систем. Так, нейрофизиолог К. Прибрам доказал, что глубинные структуры мозга действуют по принципу голографии. Исследования элементарных частот, связанных с деятельностью височной доли и перегородки головного мозга, показали, что мозг оперирует изображениями, звуками, запахами, вкусами голографически, т. е. в каждом фрагменте мозга содержатся все данные о воспринимаемом объекте.

На стыке наук стали бурно развиваться биофизика, биоэнергетика, биокibernетика, биоинформатика, валеология и др.

Сформировалось биоэнергоинформационное направление в познании человека, объединяющее совокупность методов диагностики и коррекции (лечения) здоровья, в основе которых лежит воздействие на энергоинформационную систему человека.

При этом под энергоинформационной системой понимается совокупность различных элементов организма человека, обеспечивающих прием, сохранение и передачу энергии и информации как внутри организма, так и при взаимодействии его с внешним миром.

Что же служит научной базой развития этого направления в познании человека и его здоровья? *Материя имеет корпускулярное строение*. Она состоит из частиц (электронов, протонов, нейтронов; элементарных частиц), находящихся в непрерывном движении. Общими характеристиками всех элементарных частиц является масса (m), время жизни (t), заряд (q) и спин (s).

Согласно теории Эйнштейна энергия есть форма существования материи.

Взаимодействие в природе осуществляется за счет полей (гравитационного, электромагнитного, электрического, магнитного, ядерного). В соответствии с квантовой теорией, любое поле должно иметь корпускулярные свойства (т.е. свойства совокупности частиц) и волновые свойства. (Это — так называемый дуализм частиц). Количество (порция) электромагнитного излучения, которое в единичном акте способен излучить или поглотить атом или другая система, называется квантом. Квант электромагнитного поля видимой области электромагнитного спектра называется фотоном.

В соответствии с теоремой Белла, между двумя частицами, когда-либо входившими в контакт, существует некоторый вид нелокальной связи. Это значит, что в мире не существует изолированных систем, каждая частица Вселенной имеет «мгновенную» связь со всеми остальными частицами, даже если они разделены огромными расстояниями и между ними отсутствует всякое взаимодействие (любые сигналы, поля, силы и т.п.); т.е. Вселенная функционирует как единая система.

Каждому из независимых параметров, описывающих элементарную частицу, должно соответствовать свое поле: массе — гравитационное, заряду — электромагнитное, спину — спиновое или торсионное. В отличие от электромагнитного и гравитационного поля, векторы распространения которых имеют прямолинейный характер, торсионное поле имеет осевую симметрию, т. е. поле от источника будет распространяться в виде конусов.

Торсионное поле образуется вокруг любого вращающегося объекта. В отличие от электромагнитного поля, где разноименные заряды притягиваются, а одноименные отталкиваются, в торсионном поле притягиваются одноименные заряды (подобное притягивает подобное).

Торсионные поля проходят через любые естественные среды без потерь энергии и обладают памятью. Они не передают энергию, а передают информацию. Торсионные поля являются компонентом электромагнитного поля, но не имеют ограничений во времени.

Взаимодействия между частицами приводят к появлению химических элементов. Весь материальный мир состоит из химических элементов. Химические элементы отличаются друг от друга количеством протонов в ядре, а также количеством и распределением электронов вокруг ядра. Каждый химический элемент имеет специфические волновые

характеристики электромагнитного поля, существующего между ядром и электромагнитным полем этого элемента.

Электромагнитное взаимодействие между заряженными частицами химических элементов приводит к образованию молекул. Структура возникающей молекулы зависит от количества частиц и их зарядов. Противоположно заряженные частицы притягиваются, одноименно заряженные — отталкиваются. В некоторых случаях структура молекулы такова, что равные заряды локализованы в разных частях молекулы, образуя два плюса. Такие молекулы называют диполями. Электромагнитное взаимодействие между ядром одного химического элемента и электронами другого называют химической связью. Изменение этого взаимодействия за счет внешних электромагнитных полей может привести к разрыву одних химических связей и образованию других. Изменение химических связей приводит к изменению структуры и конфигурации молекул. Процессы жизнедеятельности организма человека на молекулярном уровне сводятся в основном к разрыву одних химических связей и возникновению других.

Механизмы получения и преобразования энергии в процессах жизнедеятельности живых организмов изучает сравнительно молодая область науки — биоэнергетика. К настоящему времени установлено следующее:

- первоисточником энергии для биологических объектов является энергия ядерного синтеза, происходящего на солнце;
- носителями энергии являются кванты электромагнитного поля — фотоны, а приемниками этой энергии являются различные биомолекулы, например: хлорофилл, родопсин, бактериородопсин и т.д.;
- поглощение фотонов приводит к различным структурным изменениям этих молекул, например, молекула хлорофилла при поглощении кванта света отдает электрон, и с этого начинается процесс фотосинтеза, бактериородопсин изменяет конфигурацию, вследствие чего совершается работа по выносу протона через мембрану клетки, фактически выполняется функция протонного насоса — генератора электрического тока, энергия которого расходуется на разные функции и синтез АТФ;
- клетки располагают молекулярными механизмами, позволяющими использовать в процессах жизнедеятельности энергию электромагнитного поля и химических связей, а также осуществлять превращение одного вида энергии в другой. Клетки имеют сеть для передачи электрического тока, в частности митохондриальный ретикулум, по мембране которого энергия может передаваться всем клеточным структурам.

Для управления огромным количеством процессов, протекающих в организме, необходима система информационных сигналов. Изучением структуры и свойств информации, её созданием, преобразованием и передачей в биологических объектах занимается биоинформатика. Основные задачи, которые решает современная биоинформатика:

- исследование молекулярных и клеточных механизмов приема отдельных информационных сигналов и информационных сообщений (рецепция информационных сигналов);
- исследование роли различных носителей информации (физических, химических) в межклеточной, внутриклеточной коммуникации;
- анализ механизмов кодирования и перекодирования информации в живых системах;
- определение алфавитов и синтаксиса информационных сообщений в живых системах;
- исследование инвариантности информационных сообщений;
- изучение структуры и функции каналов передачи информации в организмах человека, животных, растений, микроорганизмов и вирусов;
- анализ механизмов запоминания и хранения информации, а также механизмов ее обработки;

- исследование механизмов генерации биологического ответа на информационные сигналы и механизмов образования обратных связей в живых системах;
- исследование динамики информационных сообщений.

В настоящее время изучены первичные механизмы приема отдельных информационных сигналов и механизмы приема информационных сигналов, переносимых медиаторами (ацетилхолином и адреналином). Установлено, что рецепторы белковых, пептидных гормонов и многих биологически активных веществ находятся на плазматических мембранах, а местонахождением рецепторов стероидных гормонов служит цитоплазма. Получены данные о структуре и функции каналов передачи информации в организме человека и животных, о механизмах памяти и образования обратных связей в живых системах. Например, как указывалось выше, некоторые характеристики электромагнитных полей, лежащие в основе функционирования биосистем, могут быть использованы как управляющие параметры. В частности, длина волны фотонов определяет, с какими светочувствительными молекулами возможно взаимодействие, а их количество влияет на количество возбуждаемых клеток. Сенсорные клетки имеют рецепторы разных конструкций, которые трансформируют внешние воздействия в форму, необходимую для внутриклеточных процессов. Обычно суть трансформации сводится к конформации мембранных рецепторных молекулярных образований, это ведет к запуску биохимических внутриклеточных процессов. В результате возникает потенциал действия, который передается на нервные окончания. Как показали проведенные исследования, закодированные сообщения передаются в нервной системе одинаковыми электрическими импульсами. Смысл сообщения кодируется не только промежутками между импульсами, но и медиатором, который выделяется из окончания нервного волокна в момент прихода импульса. Окончание нервного волокна контактирует с управляемой клеткой. Структура, передающая сигнал в одном направлении, называется синапс. Медиатор выделяется в синапс порциями, которые вызывают на мембране клетки слабое изменение потенциала. В нервном окончании медиатор находится в синаптических пузырьках. Когда в синаптическую щель выделяется содержимое одного пузырька, возникает медиаторный потенциал. Нервный импульс многократно увеличивает среднюю частоту их выделения. Одновременно возникающие потенциалы, сливаясь, образуют синаптический потенциал. Каждый нервный импульс вызывает вход внутрь нервного волокна ионов кальция, которые немедленно связываются с внутриклеточными. И это лишь один из механизмов управления, присутствующих в живом организме.

Живая клетка содержит огромное количество информации, записанной на молекулярном уровне нуклеотидами. Современная молекулярная биология умеет считывать эту информацию, однако она плохо поддается расшифровке. Существует гипотеза, что живая клетка обладает неким «компьютером», который управляется программой, записанной на молекулах ДНК и РНК, и поступающей извне информацией. Для подтверждения этой гипотезы проводятся интенсивные экспериментальные исследования.

Но если учесть гигантское количество функций, которое должны выполнять различные клетки, и их число, становится понятным, что для функционирования живого организма в целом необходима необыкновенно мощная информационно-аналитическая управляющая система, ресурсы которой даже трудно представить. Многие важные вопросы пока остаются открытыми. В частности, недостаточно изучены механизмы приема информационных сигналов, переносимых физическими факторами, информационных сообщений, содержащих большое количество информации, механизмы кодирования и перекодирования информации в живых системах. До сих пор не определено большинство алфавитов, не изучены синтаксис и динамика информационных сообщений в живых системах и т.д.

Развитие биоинформатики имеет важное значение для дальнейшего развития биоэнергоинформационной медицины и валеологии, которые разрабатывают и используют методы применения информационных потоков для диагностики, профилактики и коррекции здоровья в организме человека.

Обсуждая новые парадигмы науки XXI века, ученые пришли к выводу, что дальнейшее познание человека невозможно без учета энергоинформационных взаимодействий в природе и без анализа феномена, который и называется энергоинформационным полем человека.

ЛИТЕРАТУРА

1. Акимов А. Е. Наука об энергетической сути мировоззрения. Физические модели мира / А. Е. Акимов // Ступени грядущего синтеза. Современное состояние культуры и проблемы духовно-нравственного воспитания человека: мат. межд. общ.-практ. конф. — Минск: ИП «Лотаць», 1998. — С. 30–47.
2. Акимов А. Е. Облик физики и технологий в начале XXI века / А. Е. Акимов. — М.: Шарк, 1999. — 78 с.
3. Введение в Агни-Йогу. Основы научного, философского и религиозного мирозерцания. Ключ к пониманию новой эпохи / Сост. С. Стульгинскис. — Рига, 1995. — 190 с.
4. Вейник А. И. Термодинамика реальных процессов / А. И. Вейник. — Мн.: Наука и техника, 1991. — 576 с.
5. Владимиров Ю. С. Соотношение фундаментальной физики, философии и религии / Ю. С. Владимиров // Взаимосвязь физической и религиозной картины мира. Вып. 1. — Кострома : МИИЦАОСТ, 1996. — С.21–31.
6. Волченко В. Н. Информационные модели сознания в номогенезе: философский, естественнонаучный и социально-психологический аспекты / В. Н. Волченко // Сознание и физическая реальность. — 1999. — Т.1. — № 4. — С. 19–27.
7. Волченко В. Н. Неизбежность реального и постижимость тонкого мира / В. Н. Волченко // Сознание и физическая реальность. — 1996. — Т. 1. — № 1–2. — С. 2–12.
8. Гербер Р. Вибрационная медицина / Р. Гербер; пер. с англ. — М.: КОР, 1997. — 320 с.
9. Голубева Н. Г. Основы биоэнергонформационной медицины: учебн. пособ. / Н. Г. Голубева, М. А. Курик. — К.: Изд. дом «АДЕФ — Украина», 2007. — 193 с.
10. Гончаренко М. С. Валеопедагогические основы духовности: учебное пособие / М. С. Гончаренко. — Х.: ХНУ имени В. Н. Каразина, 2007. — 400 с.
11. Гончаренко М. С. Научные основы современного мировоззрения. Валеологический аспект: учебно-метод. пособ. / М. С. Гончаренко. — Х.: ХНУ имени В. Н. Каразина, 2012. — 256 с.
12. Дубров А. П. Биогравитация, биовакуум, биополе и резонансно-полевой тип взаимодействия как фундаментальные основы парапсихологических явлений / А. П. Дубров // Парапсихология и психофизика. — 1993. — № 2. — С. 15–23.
13. Исаченко Р. П. Торсионные поля в энергоинформационной системе человека / Р. П. Исаченко // Парапсихология и психофизика. — 1999. — № 1. — С. 48–49.
14. Казначеев В. П. Феномен человека: космические и земные истоки / В. П. Казначеев. — Новосибирск: Книжное изд-во, 1991. — 128 с.
15. Краузе Т. Мироздание. Истоки знаний и диалектика сознания / Т. Краузе. — Х.: ТАЛ «Слобожанщина», 2005. — 536 с.
16. Полонников Р. И. Феномен информации и информационного взаимодействия / Р. И. Полонников. — СПб.: Изд-во Санкт-Петербургского ин-та информатики и автоматизации, 2001. — 189 с.
17. Пригожин И. Время, хаос, квант / И. Пригожин, И. Стенгерс. — М.: Прогресс, 1986. — 268 с.
18. Хакен Г. Информация и самоорганизация. Макроскопический подход к сложным системам / Г. Хакен. — М., 1999. — С. 28–29.
19. Хокинг С. Природа пространства и времени / С. Хокинг, Р. Пенроуз. — Ижевск: НИЦ РХД, 2000. — 160 с.
20. Ярцев В. В. Жизнь в настоящем времени / В. В. Ярцев. — Омск: Книж. изд-во, 2002. — 98 с.

УДК 37.0:371.385

ПРЕДСТАВНИКИ ВІТЧИЗНЯНОГО ГРОМАДСЬКО-ПЕДАГОГІЧНОГО РУХУ ДРУГОЇ ПОЛОВИНИ XIX – ПОЧАТКУ XX ст. ПРО НАЦІОНАЛЬНИЙ ХАРАКТЕР ОСВІТИ І ВИХОВАННЯ ЯК НЕОБХІДНУ УМОВУ ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ГРОМАДЯНИНА-ПАТРІОТА

Ткачов С. І.

Національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди
Харків, Україна

У статті узагальнено погляди представників вітчизняного громадсько-педагогічного руху другої половини XIX — початку XX ст. на роль школи у формуванні громадянськості підростаючого покоління. При цьому акцентовано увагу на тому, що оновлена — побудована на засадах гуманізму і реальної підготовки підростаючого покоління до життя — школа з національним характером освіти і виховання, який поєднується і доповнюється «інтернаціональним», забезпечує формування повноцінної особистості громадянина-патріота.

Ключові слова: національна школа, національна освіта, національне виховання, здоровий «націоналізм» та «інтернаціоналізм», громадянин-патріот.

В статье обобщены взгляды представителей отечественного общественно-педагогического движения второй половины XIX — начала XX ст. на роль школы в формировании гражданственности подрастающего поколения. При этом акцентировано внимание на том, что обновленная — созданная на основе гуманизма и реальной подготовки подрастающего поколения к жизни — школа с национальным характером образования и воспитания, который сочетается и дополняется интернациональными позициями, обеспечивает формирование полноценной личности гражданина-патриота.

Ключевые слова: национальная школа, национальное образование, национальное воспитание, «здоровый» национализм и интернационализм, гражданин-патриот.

In the article are generalized the views of representatives of the domestic of public and pedagogical movement of the second half of the XIX — early of XX century on the role of school in forming of citizenship of younger generation. At the same time focused on the fact that the updated — building on humanity and the real training of the younger generation for life — a school with a national character education and training, which is combined and complemented international positions, ensures the forming of the full identity of the citizen-patriot.

Keywords: national schools, national education, national education, «healthy» nationalism and internationalism, citizen and patriot.

Ідеї громадянського виховання дітей і молоді, що були висловлені представниками вітчизняного громадсько-педагогічного руху другої половини XIX–XX ст., знайшли свою часткову реалізацію за часів існування УНР (розбудова національної освіти та українізація школи, поєднання школи з життям, піднесення національної свідомості учнів, спроби об'єднати зусилля сім'ї, школи і громади у формуванні особистості громадянина-патріота), потім — у радянський період (продовження українізації шкіл; виховання «освіченого», але водночас «обмеженого» комуністичною ідеологією громадянина; використання виховного потенціалу народних традицій і звичаїв, але із заміною національного аспекту культури на пролетарський; всебічний і гармонійний розвиток особистості, але з комуністичним світоглядом), а також у період спроб перебудувати радянський устрій життя і новітньої української державності (відродження в освіті та вихованні ідеї народності, розробка нового змісту виховання молоді на засадах загальнолюдських і національних цінностей; гуманізація і демократизація навчально-виховного процесу).

Разом із тим вищевказані ідеї є актуальними й для теперішнього часу, оскільки не вичерпали свого потенціалу для вироблених подальших оновлених підходів у вирішенні проблеми громадянського виховання особистості, яка активно досліджується сучасними вітчизняними науковцями.

В останній час вирішення вказаної проблеми збагатилося висвітленням загальнопедагогічних засад (Р. Арцишевський, Ю. Завалевський, В. Кузь, В. Оржехівський,

І. Тараненко та інші), концептуальних основ (П. Вербицька, О. Вишневський, Ю. Руденко, О. Сухомлинська, Г. Філіпчук, К. Чорна та інші), змісту, форм і методів громадянського виховання (О. Докукіна, Л. Канішевська, У. Кецик, Н. Косарева, О. Пометун, В. Поплужний, Н. Чернуха та інші).

Метою даної статті є виявлення тенденції у поглядах представників вітчизняного громадсько-педагогічного руху другої половини XIX — початку XX ст. на національний характер освіти і виховання як необхідну умову формування особистості громадянина-патріота.

Основний зміст. У зв'язку з остаточним утвердженням наприкінці XIX ст. у вітчизняному громадському середовищі ідеалу свідомого громадянина-патріота (національно-патріотичного образу громадянина) постало питання про відповідність існуючої системи освіти не тільки тогочасним соціально-економічним потребам суспільства, а й національним інтересам українства. Це було зумовлено тим, що та частина української інтелігенції, яка в цілому сприймала загальноросійський визвольний рух за прогресивні соціальні перетворення, не припиняла пошуки шляхів вирішення основного «українського питання» — створення незалежної української державності (загальноросійський рух у той час турбувався насамперед поваленням самодержавства).

Про важливість національного виховання у формуванні особистості громадянина наголошували Г. Врецьона (1839–1901), П. Грабовський (1864–1902), О. Пчілка (1849–1930), О. Кобилянська (1863–1942), Н. Кобринська (1851–1920), І. Франко (1856–1916), М. Коцюбинський (1864–1913), П. Житецький (1836–1911) та інші.

Так, наприклад, педагог і громадський діяч Львівщини Г. Врецьона вважав, що основою формування особистості громадянина повинно виступати національне виховання, яке створюється тісною співпрацею сім'ї, школи і церкви. За переконанням Г. Врецьони, національне виховання виступає частиною всього загального виховного процесу для майбутнього життя дитини в суспільстві [13, с. 409–410].

Зі свого боку, О. Пчілка виступала за виховання підростаючого покоління в національному дусі на основі творчої спадщини Т. Шевченка. У творі «Світло добра і любові» (1886–1888 рр.) письменниця подала характеристику образу Петруся — учня, який навчався в одній із полтавських шкіл. У листі до свого батька він із захопленням написав про знайомство з людьми, які несли в собі «світло добра і любові». Зокрема, одним із таких для Петруся був учитель Яценко, який знайомив його з творами Т. Шевченка і прагнув виховати з нього послідовного борця за народні ідеали [9, с. 14].

У свою чергу П. Житецький і П. Грабовський вбачали призначення національного виховання у піднесенні рівня народно-національної свідомості українців. Зокрема, П. Житецький наполягав на тому, що в центрі освітніх справ українства повинні знаходитися не просто соціальні справи (це другорядне), а «народно-національні», але не у формі «воюючій», а у «самооборонній» [4, с. 56].

Про необхідність національно-патріотичного виховання у справі формування особистості громадянина проголошували також активісти тогочасного жіночого руху О. Кобилянська і Н. Кобринська [1, с. 377; 6, с. 284–285].

Так, наприклад, Н. Кобринська, визначаючи завдання жіночого руху в Галичині у передньому слові до альманаху «Перший вінок», виступала за піднесення свідомості українського народу, виховання його патріотичних настроїв і національну єдність українців «на ниві загальних справ» [6, с. 285]. Але при цьому вона, на відміну від більшості українських громадських діячів, не обмежувала ідею національно-патріотичного виховання потребами громадськості, а відводила цьому процесу важливу роль у ствердженні української нації в межах світової спільноти, наголошуючи, що тільки «на національних підставах» можна підвестися «до загальної культури і цивілізації» [5, с. 320].

Таку широку і далекоглядну позицію Н. Кобринської розділяв І. Франко. Він вважав, що формування громадянськості підростаючого покоління засобами національного виховання повинно доповнюватися урахуванням загальнолюдських аспектів життя і мати на

меті всебічну підготовку дітей і молоді до досягнення власної державності, до творчої участі у розбудові духовної і матеріальної культури, а через них до участі у вселюдській культурі [14].

У світлі вищевказаного необхідно відзначити, що в означений період прогресивні українські громадські діячі, педагоги і письменники, виступаючи за важливість національного виховання у формуванні особистості громадянина, не відривали «національне» від «інтернаціонального», а прагнули їхньої гармонії. При цьому прогресивні українські громадські діячі, педагоги і письменники виступали за «здоровий» націоналізм, під яким розуміли виявлення патріотизму, прихильності до рідної мови і культури та намагалися уникнути його «крайнього» розуміння — «ототожнення царського уряду з російським народом і з російською передовою інтелігенцією» в той час, коли «національна боротьба» українства «закривала собою боротьбу соціальну ...» [10, с. 452].

«Інтернаціональне» у поглядах української інтелігенції передусім знаходило себе в ідеях русько-українського єднання, про що наголошували, наприклад, відомий письменник П. Мирний (1849–1920) і педагог М. Сумцов (1854–1922). Зокрема, П. Мирний був переконаний, що російський народ є братнім для українців, тому виступав за дружбу з ним [7].

Зі свого боку, М. Сумцов у статті «Сучасна малоруська етнографія» (1892 р.) виступав за знайомство не тільки з російською культурою, але й із культурою інших народів, вважаючи його корисним для розвитку кожної окремої людини, яка прагне бути справжнім громадянином, тому що її «народність від спілкування з іншими народностями вирає у різноманітності й повності свого національного типу» [12, с. 3].

Інтернаціональних позицій у вихованні підростаючого покоління дотримувалися також І. Франко і М. Павлик. Так, наприклад, М. Павлик (1853–1915) наголосив у додатку до часопису «Народ» (був створений спеціально для пропаганди означеної ідеї), що «свобода і успішний національний і культурний розвиток нашої русько-української нації нерозривно пов'язано з прогресом всієї Росії». Крім того, М. Павлик у статті «На чий млин вода?» (1890 р.) закликав до сприйняття і реалізації на практиці шевченківської ідеї про спільність національних інтересів русько-українського робітничого люду [8].

Проте І. Франко і М. Павлик не обмежувалися суто ідеєю русько-українського єднання, а виступали за солідарність усіх трудящих верств світу та за інтернаціоналізм у цілому [3, с. 98-99].

Наприкінці XIX — на початку XX ст. українські громадські діячі та педагоги Б. Грінченко (1863–1910), В. Дурдуківський (1874–1938), Я. Чепіга (Зеленкевич) (1875–1938), С. Руссова (1856–1940) та інші проголосили, що саме національна школа являє собою один із провідних засобів національного відродження і національно-патріотичного виховання підростаючого покоління.

Так, наприклад, Б. Грінченко, наголошував на необхідності створення національного культурного середовища (народні бібліотеки, театри, художня література) — «нам треба української народної школи, української мови, історії українського народу і народознавства» [2, с. 48].

У свою чергу, Я. Чепіга у праці «Грунтовні принципи нормальної школи» (1911 р.) вказав, що народ може примножити свої сили і піднести свій матеріальний добробут, розвинути культуру тоді, коли матиме народну національну школу, яка виступатиме підґрунтям національного виховання (про це писав також пізніше у збірці психолого-педагогічних праць «Проблеми виховання і навчання», 1913 р.) [15].

Крім того, у своєму творі «До національної школи» (1909 р.) Я. Чепіга відзначив, що «національне виховання» — це «не шовіністичне, не приправлене «дутим» патріотизмом, а виховання в дусі нації, в дусі мови, в її переказах, віруваннях, її звичаях, її історії, її культури, національної творчості», а також виховання того, що «писали й казали найліпші представники нації, всього, що народ або нація пережили, бачили, чули, виробили, що придбали найцікавішого, найкориснішого в своїм розвитку» [16].

С. Русова, виступаючи за «нову» школу, усвідомлювала, що суспільне буття визначає зміст, завдання і спрямованість виховання, але в той же час бачила можливість впливу виховання на життя суспільства, його вдосконалення і розвиток. В основу виховання особистості С. Русова поклала ідею формування національної свідомості і самосвідомості та самоповаги і гідності [10, с. 21–22].

Національне відродження України С. Русова також пов'язувала зі створенням національної системи навчання і виховання в усіх її ланках (сім'я – дитячий садок – школа – вищий навчальний заклад), яка б забезпечувала розвиток у дітей і молоді почуттів гордості й любові до своєї батьківщини. Вона вважала, що за спрямованістю освіта повинна бути гуманістична, загальнокультурна й патріотична, а «національне виховання є певний ґрунт у справі зміцнення моральних сил дитини і оновлення відродження душі народу» [10, с. 44–45, 83–85].

При цьому С. Русова закликала до створення єдиної національної школи і вважала, що формування особистості громадянина починається в родинному і дошкільному вихованні. Останнє, на думку педагога, являє собою ланку між родиною і школою, тому що відзначається можливістю реалізувати виховний потенціал колективу. С. Русова була переконана, що тільки в дитячому товаристві формуються воля, мужність, цілеспрямованість, і ніщо не має такого виховного ефекту, як обов'язок перед колективом і відповідальність перед ним (громадська думка однолітків вагоміша для дитини, ніж думка дорослих) [10, с. 146–147].

Таким чином, узагальнюючи погляди представників вітчизняного громадсько-педагогічного руху другої половини ХІХ — початку ХХ ст. на роль і місце освіти у громадянському вихованні дітей і молоді, слід наголосити, що в них «соціальні» позиції були доповнені «національними». При цьому останні поєдналися із загальнолюдськими аспектами облаштування національної школи, що дозволило вітчизняній інтелігенції підвестися на рівень розуміння і забезпечення процесу формування громадянськості особистості як у національно-патріотичному, так і в інтернаціональному (світовому) сенсі.

Слід також відзначити, що подальше вивчення ідей громадянського виховання дітей і молоді у вітчизняному громадсько-педагогічному русі може бути доповнено вивченням досвіду, який відобразив на практиці реалізацію відповідних думок і поглядів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Автобіографія Н. Кобринської // Н. Кобринська. Вибрані твори. — К.: Державне вид-во художньої літератури, 1958. — С. 373–380.
2. Грінченко Б. Якої нам треба школи / Б. Грінченко. — К., 1912. — С. 6.
3. Денисюк І. Михайло Павлик / І. Денисюк. — К.: Державне вид-во художньої літератури, 1960. — 169 с.
4. Житецкий П. О языке и поэтическом стиле народных малорусских дум / П. Житецкий // Киевская старина. — 1892. — № 1. — С. 23–60.
5. Кобринська Н. І. Автобіографія / Н. І. Кобринська // Кобринська Н. І. Вибрані твори. — К.: Дніпро, 1980. — С. 315–323.
6. Кобринська Н. І. Переднє слово (до альманаху «Перший вінок») / Н. І. Кобринська // Вибрані твори. — К.: Дніпро, 1980. — С. 284–286.
7. Мирний П. Твори: в 5 т. / П. Мирний. — К.: Вид-во АН УРСР, 1955. — Т. 5. — С. 315.
8. Павлик М. На чий олин вода? / М. Павлик // Народ. — 1890. — № 8. — С. 67.
9. Пчілка О. Твори / О. Пчілка. — К.: Дніпро, 1971. — 463 с.
10. Русова С. Вибрані педагогічні твори : у 2 кн. / С. Русова. — К.: Либідь, 1997. — Кн. 1. — 272 с.
11. Русова С. Мемуари. Щоденники / С. Русова. — К.: Поліграфкнига, 2004. — 544 с.
12. Сумцов М. Ф. Современная малорусская этнография / М. Ф. Сумцов // Киевская старина. — 1892. — № 1. — С. 2–10.
13. Українська педагогіка в персоналіях: у 2-х кн. / За ред. О. В. Сухомлинської. — К.: Либідь, 2005. — Кн. 1. — 624 с.
14. Франко І. Я. З листа до Ольги Рошкевич (20 вересня 1878) / І. Я. Франко // Педагогічні статті і висловлювання. — К.: «Радянська школа», 1960. — С. 68.
15. Чепіга Я. Ф. Ґрунтовні принципи нормальної школи / Я. Ф. Чепіга // Світло. — 1911. Кн. 1. — С. 23–24.
16. Чепіга Я. Ф. До національної школи / Я. Ф. Чепіга // Українська хата. — 1909. — № 6. — С. 51–52.

УДК 371

В. О. СУХОМЛИНСЬКИЙ — ФУНДАТОР НАУКИ ПРО ЗДОРОВ'Я — ВАЛЕОЛОГІЇ¹Хайруліна В. М., ²Гончаренко М. С.¹Український коледж імені В. О. Сухомлинського²Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна¹Київ, ²Харків, Україна

У статті відкривається новий погляд на творчість В. Сухомлинського. Розглянуто такі аспекти: здоров'я дитини і успішність навчання; навчально-виховний процес на основі взаємодії людини і природи; виховання духовності як ведучого фактора успішного розвитку людини. Показано, що В. Сухомлинський уперше в історії світової педагогіки побудував навчально-виховний процес на основі гармонійної взаємодії людини і природи. Розкриті, з позицій педагогічної спадщини В. Сухомлинського, аспекти виховання учнівської молоді, сформованої як особистість, що відповідає вимогам сучасного суспільства.

Ключові слова: взаємодія людини і природи, здоров'я дітей, виховання духовності, національна система виховання.

В статье открывается новый взгляд на творчество В. Сухомлинского. Рассмотрены такие аспекты: здоровье ребенка и успешность обучения, учебно-воспитательный процесс на основе взаимодействия человека и природы; воспитание духовности как ведущего фактора успешного развития человека. Показано, что В. Сухомлинский впервые в истории мировой педагогики построил учебно-воспитательный процесс на основе гармонического взаимодействия человека и природы. Раскрыты, с позиции педагогического наследия В. Сухомлинского, аспекты воспитания обучающейся молодежи сформировавшейся как личность, которая соответствует требованиям современного общества.

Ключевые слова: взаимодействие человека и природы, здоровье детей, воспитание духовности, национальная система воспитания.

A new perspective on the work of V. Sukhomlinsky observed in this article. Such aspects that: the child's health and success of the learning, the educational process on the basis of the interaction between man and nature, nurture spirituality as a leading factor of successful human development. Has been shown, that V. Sukhomlinsky first time in the history of world pedagogy based the educational process on harmonic interaction between man and nature. The perspective of pedagogical legacy V. Sukhomlinsky, learning aspects of education of young people formed individual who meets the requirements of modern society were described.

Key words: interaction of human and nature, education of spirituality, national educational system.

Педагогічний талант видатного українського вченого, майстра живого слова, *Прометей* освіти, науки, культури, духовності втілюється в унікальній педагогічній творчій спадщині, до якої прихиляємося ми в час духовного відродження народу, реформування освіти на засадах гуманізму, гуманітаризації, демократизму. Педагогічна спадщина *Учителя* Сухомлинського — фундамент культурної перспективи України, проект майбутнього української нації, де сповідуються вищі цінності Істини, Добра, Краси, Духовності.

Педагогіка серця вчителя-гуманіста, його диво-казка — глибинно національна, веселково сяє барвами, життєрадісним спрямуванням, світосприйняттям, повнокровно відбиває мудрість народної філософії, народної педагогіки та моралі як оберіг національного відродження.

Професійний набуток В. Сухомлинського спонукає постійний рух українців до істини, пошук сенсу життя, виявляючи світлі якості серця, добробуту, чесність, вірність, повагу до старших, до дітей, миролюбність, життєздатність, лагідність. Його велика праця спрямована на пошуки ідеалу світу, ідеалу людини.

Учительське служіння В. Сухомлинського — це його особистий подвиг перед вічністю. На думку В. Сухомлинського, найстрашнішим, що трапляється в середовищі підлітків, юнаків і дівчат, — це порожнеча душі, відсутність святого й непорушного, відсутність тієї духовної сутності, без якої немає особистості, немає відчуття честі й гідності. Пафосом Високої Інтелектуальності, Моральності, Духовності, Естетики насичені всі твори В. Сухомлинського, для якого Святиною була душа дитини, яку він вирощував.

Мета цієї статті — відкрити новий погляд на творчість В. Сухомлинського як фундатора науки про здоров'я.

У роботі розглянуті такі аспекти: здоров'я дитини і успішність навчання; навчально-виховний процес на основі взаємодії людини і природи; виховання духовності як ведучого фактора успішного розвитку людини.

В. Сухомлинський — фундатор шкільної науки та практики про здоров'я, послідовник медичної педагогіки, валеології. Спираючись на свій педагогічний досвід, він зробив висновок, що приблизно у 85% усіх невстигаючих учнів головна причина відставання в навчанні — це поганий стан здоров'я, яке є нездужання або захворювання, найчастіше зовсім непомітне і таке, що можна вилікувати тільки спільними зусиллями матері, батька, лікаря і вчителя.

У книзі «Павлиська середня школа» цілий розділ присвячено проблемі піклування про здоров'я і фізичне виховання дітей. У перекладеній десятками мов світу «Серце віддаю дітям» знаходимо розділи «Природа — джерело здоров'я», «Ми живемо в Саду здоров'я», «Здоров'я, здоров'я і ще раз здоров'я». Якщо виміряти всі турботи й тривоги В. Сухомлинського про дітей протягом перших 4 років навчання, то добра половина їх була про здоров'я.

В. Сухомлинський розкрив досвід керівництва розумовою працею школярів у поєднанні з піклуванням про здоров'я, висвітлив санітарно-гігієнічні вимоги до зовнішніх умов життя й режиму праці та відпочинку школяра, необхідність перебування на свіжому, чистому повітрі, встановлення педагогічного контролю за здоров'ям дітей, розвитком тіла й постави, повноцінним сном, харчуванням, розкладом уроків, прийомами загартовування. Валеологічні погляди В. Сухомлинського знаходять підтвердження в дослідженнях сучасної біоритмології. «У моєму розпорядженні медичні картки 980 дітей, які з 7 до 14 років усе літо ходили босоніж, не боячись ні дощу, ні спеки. Ніхто, — стверджував Василь Олександрович, — з них ніколи, ні разу не хворів» [5, с.135].

Педагогічний колектив Павлиської школи дійшов висновку, що здоров'я людини в зрілі роки великою мірою залежить від того, як поєднується повноцінне харчування з розумовою та фізичною працею, сном, перебуванням на свіжому повітрі, розумним і постійним загартовуванням організму в дитинстві та юності. «Бути в русі — одна з найважливіших умов фізичного загартовування», — закликав до подолання гіподинамії В. Сухомлинський.

Педагоги розробили пам'ятку про здорове харчування для кожної сім'ї з урахуванням індивідуальних особливостей дитини з обов'язковим включенням до раціону достатньої кількості фруктів, овочів. Ураховуючи важливість для розвитку дитячого організму мінеральних речовин та мікроелементів, В. Сухомлинський приділяв увагу вживанню молока і меду у харчуванні малюків у шкільній їдальні. Великого значення в зміцненні здоров'я педагог надавав щоденній зарядці, гімнастичним вправам, купанню в ставку, в річці, під душем, туристичним походам. У весняні й осінні місяці частину уроків у школі проводили в зелених класах — просто неба. Під час медичного огляду всі школярі розподілялися на три групи — основну, підготовчу, спеціальну; кожна група займалася за окремою програмою. Досвід піклування про здоров'я вихованців у школі В. Сухомлинського актуальний і сьогодні, слугує основою для закладів, що входять до Національної мережі шкіл сприяння здоров'ю.

В. Сухомлинський уперше в історії світової педагогіки побудував навчально-виховний процес на основі гармонійної взаємодії людини і природи.

У педагогічній системі В. Сухомлинського проблема виховання через природу, взаємодія з природою посідали особливе місце. «Він перший радянський педагог, що передбачив гармонійну Ноосферу — так вважають дослідники, — перший, хто вказав шлях до неї теоретично і практично» [1, с.24].

Ноосфера В. Сухомлинського включає природоохоронні, екологічні та валеологічні погляди, які було втілено в практиці управління навчально-виховним процесом у загальноосвітній школі. Перетворення 40 га неродючого глинистого ґрунту в сади і ниви,

посадка на схилах ярів та балок 160 га полезахисних смуг, закладення учнями плодового саду площею 2 га, наявність виноградника, теплиці, оранжереї, крільчатника, відділення молочно-товарної ферми, пасіки, каштанової і ялинової алей, персикового, мальвового та дубового гаїв, галявини конвалій, тисячі інших великих та малих справ з охорони і перетворення природи слугували в школі В. Сухомлинського могутнім чинником формування духовно розвинутої, екологічно свідомої людини. Виняткового значення надавав В. Сухомлинський діяльності дітей, спрямованій на збереження і поліпшення нашого національного багатства — гумусу, чорнозему, ґрунту. «Якщо йдеться про охорону природи, то в сільській школі, де природа не тільки середовище і умови життя людини, а й один з важливих елементів продуктивних сил, боротьба за охорону природи є насамперед боротьбою за збереження родючості ґрунту. ... Ми не уявляємо собі повноцінного виховання без того, щоб кожний наш вихованець за роки навчання в школі не перетворив кількох десятків квадратних метрів мертвої глини, мертвого пустиря в родючу землю», — стверджував В. О. Сухомлинський [7].

Промовистим є той факт, що на території звичайної сільської школи, яку очолював В. Сухомлинський, діяла вітроелектростанція. Виховуючи наймолодших, В. Сухомлинський говорив: «У своєму педагогічному колективі ми вважаємо дуже важливим виховним завданням те, щоб наші вихованці, бачачи і розуміючи свою єдність з природою, переживали турботу і тривогу про збереження і примноження природних багатств. Можливо, діти ще не можуть осмислити природу як всенародне багатство, нехай вони розуміють її як сучок, на якому розташоване гніздо, де живемо ми, пташенята природи [6, с.555]. Активно впливати на природу, але при цьому залишатися сином її, бути вінцем її творіння і водночас володарем її сил, по-синівському дбайливо ставитися до неї — ось яку позицію нам треба виховувати в учнів у процесі їх взаємодії з природою» [6, с.554].

Феноменальна працездатність і титанічна працелюбність дозволили В. Сухомлинському створити самобутню педагогічну систему, спрямовану в майбутнє.

«Гадаємо, що школа майбутнього повинна якнайповніше використовувати для гармонійного розвитку людини все, що дає природа і що може зробити людина для того, щоб природа служила їй», — прозорливо стверджував В. Сухомлинський [5, с.92].

Саме виховання через природу, в процесі охорони природи, взаємодії з природою характеризує педагогічну систему В. Сухомлинського як педагогічну систему завтрашнього дня, школу екології людини, школу — частку Ноосфери.

Велику увагу приділяв педагог розвитку дитячої творчості засобами казки і не уявляв навчання в школі не тільки без її слухання, а й без її створення. За допомогою казки діти вчаться мислити, переживати, відчувати різницю між добром і злом. Завдяки казці дитина пізнає світ не тільки розумом, а й серцем. Вона має також виховний і патріотичний аспект. Через казку дитина пізнає духовні багатства культури народу та його побут. У праці «Народження громадянина» Василь Олександрович писав, що творче натхнення — це людська потреба, в якій особистість знаходить щастя. Переживаючи духовне задоволення від того, що вона творить, людина по-справжньому відчуває, що вона живе.

В. Сухомлинський мріяв про створення в Україні школи, яка була б спрямована на виховання й самовиховання творчої особистості з багатим духовним світом, інтересами.

Добра дитина, вважав В. Сухомлинський, не впаде з неба. Її треба виховати.

В. Сухомлинський наголошував, що виховання — це процес духовного спілкування між учителем і учнем, а урок є тією найважливішою сферою інтелектуального життя вихованців, у якій повсякденно відбувається їх духовне спілкування з учителем.

З гордістю несить в майбутнє ту іскру вогню, яку запалив наш славний земляк — великий Добротворець, і запали від неї свої свічки Добра, Творчості, Людяності і Надії, сіючи нові зерна краси людської.

Кожен народ має свою національну систему виховання, яка реалізується в національній системі освіти, покликаний виховувати носіїв і діячів рідної культури.

Методологія мети та змісту виховання включає національну психологію, народну педагогіку та провідні ідеї виховання, передбачає виховання нової генерації.

Висновки

При постановці мети виховання учнів ЗНЗ слід виходити із загальнодержавної мети, що передбачає виховання нової генерації молоді, яка житиме і працюватиме у ХХІ столітті, освіченої на рівні світових стандартів, духовно багатой, самодостатньої, конкурентоспроможної.

Разом із тим важливим аспектом виховання учнівської молоді є її переорієнтація на нові матеріальні та духовні цінності. Успішною й самодостатньою буде та молода людина, яка сформована як особистість і відповідає вимогам сучасного суспільства, його стрімкому і динамічному, ускладненому розвитку нині й у майбутньому.

ЛІТЕРАТУРА

1. Андреева Е. К. Путь к Ноосфере. Принципы воспитания через природу в школе Сухомлинского / Е. К. Андреева. — Пушино, 1983. — С. 24
2. Бех І. Д. Виховання особистості: у 2 кн. / І. Д. Бех — К.: Либідь, 2003. — Кн. 2. Особистісно орієнтований підхід: науково-практичні засади. — 342 с.
3. Гончаренко М. С. Валеопедагогические основы духовности: учебное пособие / М. С. Гончаренко. — Х.: ХНУ имени В.Н. Каразина, 2007. — 400 с.
4. Основи національного виховання. Концептуальні положення / За заг. ред В. Г. Кузя, Ю. Д. Руденка, З. О. Сергійчк. — К., 1993. — 149 с.
5. Сухомлинський В. О. Павлиська середня школа / В. О. Сухомлинський. Вибрані твори: в 5-ти т. Т.4. — К.: Рад. школа, 1977. — С. 7–390.
6. Сухомлинський В. О. Природа, праця, світогляд / В. О. Сухомлинський. Вибрані твори: в 5-ти т. Т.5. — К.: Рад. школа, 1977. — С. 551–562.
7. Сухомлинський В. О. Серце віддаю дітям / В. О. Сухомлинський. Вибрані твори: в 5-ти т. Т.3 — К.: Рад. школа, 1977. — С. 7–289.

УДК 613(075.8)

ВАЛЕОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СУТИ И СИЛЫ СЛОВА

Хорошко А. С.

Евпаторийский медицинский колледж «Монада»

Евпатория, Украина

В статье в форме размышлений педагога-валеолога дается анализ и раскрывается суть валеологического прочтения различных литературных произведений — от сказок и поговорок до произведений великих классиков, их роль в формировании мировоззрения, в духовном развитии, гармоничном взаимодействии с окружающим миром. Раскрывая понятие силы слова, автор показывает влияние на здоровье человека как положительных установок, так и негативное разрушительное для здоровья человека влияние бранных слов. В статье раскрывается суть науки о здоровье — валеологии, ее роль в развитии и воспитании современной молодежи.

Ключевые слова: формирование мировоззрения, духовное развитие, сила слова, здоровье человека.

У статті у формі роздумів педагога-валеолога подається аналіз і розкривається суть валеологічного прочитання різних літературних творів – від казок та приказок до творів великих класиків, їх роль у формуванні світогляду, духовному розвитку та в гармонійній взаємодії з навколишнім світом. Розкриваючи поняття сили слова, автор показує вплив на здоров'я людини як позитивних установок, так і негативний руйнуючий для здоров'я людини вплив лайливих слів. У статті розкривається суть науки про здоров'я — валеології, її роль у розвитку й вихованні сучасної молоді.

Ключові слова: формування світогляду, духовний розвиток, сила слова, здоров'я людини.

In the form of reflection of the teacher-valeologists analyzes and reveals the essence valeological reading various literary works from fairy tales and proverbs to the works of the great classics, and their role in the harmonious interaction with the environment are observed in this article. Expanding the concept of power of the word, the author shows the impact on human health as positive attitudes and negative devastating health impact of expletives. The article reveals the essence of health science — valeology and its role in the development and education of our youth.

Key words: forming of vision, spiritual development, the power of speech, human health.

«В начале было Слово, И Слово было у Бога, И Слово было Бог».

Эти привычные уже строки из Библии не так-то просто осмыслить. Прежде, чем приблизиться к глубинному смыслу этих строк, обратимся к другим литературным источникам — поэтическим строкам, посвященным Слову:

Нам не дано предугадать,
Как наше слово отзовется...

Ф.И. Тютчев

Молчат гробницы, мумии и кости,
Лишь слову жизнь дана:
Из древней тьмы на мировом погосте
Звучат лишь имена.
И нет у нас другого достоянья!
Умейте же беречь,
Хоть в меру сил, в дни злобы и страданья
Наш дар бесценный — Речь.

И.А. Бунин.

В оный день, когда над миром новым
Бог склонял лицо свое, тогда
Солнце, останавливали словом,
Словом разрушали города.
И в Евангелие от Иоанна
Сказано, что слово — это Бог...
Не забыли мы, что осиянно
Только Слово средь земных тревог.

Николай Гумилев.

Словом можно убить,
Словом можно спасти,
Словом можно полки
За собой повести.

Вадим Шефнер.

Страницу и огонь, зерно и жернова,
Секиры острие и усеченный волос —
Бог сохраняет все — особенно слова
Прощенья и любви как собственный свой голос.

Иосиф Бродский.

Написанные в разное время гениальными поэтами, великими и просто одаренными, людьми с разным мироощущением и мировоззрением, эти высказывания имеют одно общее утверждение: слово — нечто большее, чем устный или письменный синоним мысли. А Николай Гумилев прямо отсылает нас к библейскому изначальному: «Слово было Бог».

«Я убежден, что придет день, когда физиолог, поэт и философ будут говорить одним языком и будут понимать друг друга», — писал Клод Бернар.

Обратимся к устному народному творчеству.

В предисловии к сборнику пословиц и поговорок русского народа В. И. Даля говорится: «Словесная речь человека — это дар Божий, откровение... Пословицы — это свод народной опытной премудрости и суемудрия, это стоны и вздохи, плач и рыдания, радость и веселие, горе и утешение в лицах; это цвет народного ума, самобытной стати; это житейская народная правда...».

Вот что говорят нам пословицы и поговорки о Слове, как учат обращаться с ним:

«Слово не воробей. Вылетит — не поймаешь».

«Слово — серебро, молчанье — золото».

«Язык мой — враг мой: прежде ума рыщет, беды ищет».

Интересно сравнить русский, украинский и английский варианты одной и той же пословицы:

«Слово пуще стрелы разит». (У Грибоедова в комедии «Горе от ума»: «Ах, злые языки страшнее пистолета».)

Many words cut more than swords.

Слово не стріла, а глибоко рани́ть.

Мягко стелет, да жестко спать.

Fine words dress ill deeds. (Красивые слова скрывают некрасивые поступки)

Слова ласкаві, та думки лукаві.

Во многословии не без пустословия.

A man of words and not of deeds is like a garden full of weeds. (Человек слов, а не поступков похож на сад, полный сорняков).

Говорить, не думая, — все равно, что стрелять не прицеливаясь.

Spiking without thinking is shooting without aiming.

Говорити, не думаючи, — все одно, що стріляти не цілячись.

Эти примеры говорят о едином высшем источнике мудрости для разных народов.

Сказки разных народов имеют единый Высший источник, иначе — откуда их сходные сюжеты, синонимичные образы, приемы.

Народные сказки обращены в самую широкую среду. Передаваемые из уст в уста, они дополнялись некоторыми элементами, созданными рассказчиками, но суть их неизменна, более того, они так же многослойны, как и другие источники знаний. Так, первый пласт, житейский, бытовой, доступен всем. А далее...

У А. С. Пушкина читаем: «Сказка — ложь, да в ней намек, добрым молодцам урок».

Сказки подготавливают слушателя, читателя и к глубинным выводам. Приведем пример из арабской сказки о волшебной лампе Аладдина (в другом варианте она называется «Али-баба и сорок разбойников»). Помните заклинание: «Сезам! Откройся!»? — эти слова открывают путь к кладам, сокровищам. Есть подобные волшебные слова в сказках других народов. В русских народных сказках есть устойчивое словосочетание, с помощью которого герои (чаще всего Иванушка) справляются с трудными обстоятельствами: «По моему хотенью, по щучьему веленью», например.

Эзотерический смысл этого явления — есть словесные ключи к тайне. В книге К. Антаровой «Две жизни» сказано: «Нет чудес — есть тот или иной уровень знаний», так что, возможно, нам будут известны слова, открывающие двери сокровищниц знаний.

В «Песнях птицы Гамаюн», которые можно рассматривать как явление славянского устного народного творчества и как одну из Вед, находим:

«Вот Сварог по небу похаживает и свои владенья оглядывает...

Тут заметил он — точка малая в Океане-море чернеется, ...это уточка серая плавает...

– Ты не знаешь ли, где земля лежит? — стал пытаться Сварог серую уточку.

– Подо мной земля, говорит она, — глубоко в океане схоронена...
– По велению Рода небесного, по хотенью-желанью Сварожьему землю ты добудь из глубин морских!».

Трижды посылает Сварог уточку и трижды произносит это заклинание — обращение к Роду небесному (по представлению древних славян, Род — Прародитель наш. Род — Родник Вселенной, Отец богов). И приносит серая уточка в клюве горсть земли из пучины морской.

Задолго до нашей эры человек был ближе к земле, он чувствовал свое родство с окружающим миром, он лучше знал законы, управляющие им. Людям эти законы были даны так же, как они были даны и всему сущему — животным, растениям, камням и стихиям.

Именно тогда человек воспринял великое Знание — ВЕДЫ. Это Знание дано было в форме, доступной человеку, — в форме мифа, легенды, притчи. Тайный же смысл этого знания был понятен и в прошлом, и в настоящем понятен лишь Посвященным.

С тех пор многое изменилось. Силы Тьмы, Нави, приложили огромные усилия для того, чтобы уничтожить это Знание. Здание Вед, возводимое многими народами, было почти разрушено.

Сегодня пришло время «собирать камни» — очень важно по крупницам восстанавливать Веды.

В мифах киевской ветви Ведической религии «Песни птицы Гамаюн», в чудом сохранившейся книге новгородских волхвов — Велесовой книге — живет мудрость народа так же, как живет она в мифах «Махабхараты», в гимнах «Ригведы», заклинаньях «Атхарваведы».

В Библии космогонические и «допотопные» мифы занимают только первую главу книги Бытия, являющейся переработкой древних халдейских и шумерских мифов.

Прекрасно сохранившийся эпос, истории древних войн — «Махабхарата», «Илиада» Гомера, библейская история (к этому же ряду относятся и тексты Велесовой книги — рассказывает о поздней «послепотопной истории»).

Интересно, что славянский фольклор сохранил именно «допотопную» мифологию.

Русские фольклорные песни, былины — это лишь слегка измененные временем древнейшие мифы.

«Русские Веды» во многом родственны индийским.

В «Бхагават-гите», которая является лишь эпизодом «Махабхараты», изложено СЛОВО Кришны, обращенное к его другу и преданному слуге Арджуна. Этот разговор — один из величайших философских и религиозных диалогов, известных человечеству:

«Мой дорогой Арджуна, поскольку ты никогда не завидуешь Мне, Я открою тебе самое сокровенное знание, обладая которым ты освободишься от всех страданий материального мира... Это знание — царь всего знания, тайна тайн. Это знание — самое чистое... Оно вечно и постижение его радостно».

В славянских Ведах также изложено СЛОВО Божественного начала, обращенное к людям.

И сказал Велес:

Открой короб песен!

Размотай клубок!

Ибо кончилось время молчания

И пришло время слов.

Божественное это СЛОВО несет людям вещая птица Гамаюн:

– *Птица вещая, птица мудрая, много знаешь ты, много ведаешь... Ты скажи, Гамаюн, спой-поведай нам... Отчего зачался весь белый свет? Солнце Красное как зачалось? Месяц светлый и часты звездочки отчего, скажи, родились? И откуда взялись ветры буйные? Разгорелись как зори ясные?*

– *Ничего не скрою, что ведаю...*

Кроме фольклорных «ведических» текстов при реставрации космогонических славянских мифов использовались дощечки Велесовой книги.

Мы уже приводили цитату из Библии: «В начале было Слово. И слово было у Бога, И Слово было Бог». Эти привычные уже строки не так-то просто осмыслить. И только понимая слово как вибрацию, а слово Бога — Логос как изначальные, созидрующие вибрационные потоки, можно приблизиться к пониманию этого высказывания.

В Ветхом Завете сказано устами царя Соломона («Экклезиаст»):

«Не торопись языком и в сердце своем не спеши

Слово вымолвить, предстоя перед Богом:

Ибо Бог — на небесах, а ты — на земле,

Потому да будут твои речи кратки.

Ибо возникает мечтанье из множества забот,

И речь глупца — из множества слов».

Псалом 25:11 гласит:

«Что золотые яблоки в серебряном резном обрамлении, слово, сказанное в подходящее время».

В Коране (Коран — слово Аллаха, переданное пророком Мухаммадом), в этой Великой книге, в суре 24 «Свет» сказано:

«...Ведет Аллах к Своему свету кого пожелает, и приводит Аллах притчи для людей. Аллах сведущ о всякой вещи».

Путь передачи сверхзнания особенный. Пришедшие к людям как посланники Всевышнего, призванные дать им Путь, чтобы спасти цивилизацию, они, вместе с тем, прекрасно понимали, как могут быть опасны эзотерические знания, преждевременно попавшие к невежественным людям и ставшие достоянием властолюбцев.

Тайны мира, что я изложил в сокровенной тетради,

От людей утаил я своей безопасности ради,

Никому не могу рассказать, что скрываю в душе.

Слишком много невежд в этом злом человеческом стаде, — писал в XII веке поэту суфий Омар Хайям.

Поэтому такие знания с древнейших времен передавались через Мистерии и Школы от Учителя к ученику.

Пифагор — это имя знакомо нам, прежде всего, как имя великого ученого-математика.

Будучи Великим Посвященным, Пифагор понимал те вечные начала, которые управляют обществом, и создал план великой реформы, согласованной с этими вечными началами. Надо отыскать бесконечно великое в бесконечно малом, чтобы почувствовать присутствие Бога. Это присутствие испытывали ученики Пифагора, когда Учитель передавал им свое учение о том, как вечная Истина проявляется в союзе Мужчины и Женщины. Красоту священных чисел они созерцали сначала в бесконечном, а затем находили и в самом сердце жизни...

Пифагор, государственный идеал которого состоял в порядке и гармонии, был одинаково чужд и гнету олигархии, и хаосу демократии.

Мысль его была очень смелой: создать поверх политической власти — власть науки. Прожив 30 лет в Кротоне, он достиг невероятного влияния на людей. Власть его речей была безгранична. Пифагор поставил во главе государства правителей, опирающихся на высшее знание.

Всюду, где он показывался, он устанавливал порядок, справедливость и единство. Призванный одним из тиранов острова Сицилии, он **силой своего красноречия** убедил его отказаться от несправедливо приобретенных богатств и сложить с себя незаконно захваченную власть. Города он делал независимыми и свободными, а людей не только поучал, но и исцелял.

После разгрома пифагорейских школ и физического уничтожения пифагорейцев почти не осталось его теоретических трудов. Чудом сохранились «Золотые стихи Пифагора», спасенные одним из преданнейших его учеников Лизием. Эти стихи Великий Учитель посвящал своим ученикам, но звучат они так, будто обращены к нашим современникам. Во

второй части «Золотых стихов», которая называется «Очищение», Пифагор, в частности, говорит:

*«Будь справедлив и в словах и в поступках своих неизменно,
Следуя в них непременно велению ума и закона».*

Современное состояние человеческого общества, при всех его сложностях, приближает нас к мечте Клода Бернара о единстве языка науки и поэзии, науки и религии.

Внешняя жизнь Иисуса Христа, сына Божьего, почитаемого в исламском мире как пророка, Великого Посвященного, изложена в Евангелиях.

Миссию Иисуса Эдуард Шюре описывает так:

«Внутренний голос не говорил Ему, как пророку Исае: «Возьми большую книгу и пиши на ней пером...». Голос Вечного зывал к нему: «Восстань и говори!» Необходимо было найти живой глагол, веру, которая двигает горами, силу, которая разбивает неприступные крепости». И он был найден — слова любви, которая спасет мир, были подтверждены делом — великим подвигом Иисуса Христа во имя людей.

Современное состояние человеческого общества, при всех его сложностях, приближает нас к мечте просвещенных людей разных эпох и разных стран, к мечте Клода Бернара о единстве языка науки и поэзии, науки и религии.

В медицине с древнейших времен было известно о воздействии мысли и слова целителя на больного. В «Клятве Гиппократу» сказано о том, что врач должен подходить к постели больного с чистыми мыслями (соответственно, обращаться к нему с добрыми словами).

Символ чистоты внешней и внутренней — белый медицинский халат.

Специальный раздел современной медицины — деонтология — рассматривает вопросы профессиональной этики медработников, принципы их поведения по отношению к больным.

Практика показывает, что иногда при правильно выполненной операции больной долго не идет на поправку, если нет за ним надлежащего ухода. И, наоборот, вдруг выздоравливает безнадежный больной, за которым ухаживает медицинская сестра, не только профессионально грамотная, но и имеющая талант исцелять словом.

Афоризм «слово лечит» известен издревле. Способностью врачевать словом душевные раны обладает каждый человек, только не все это осознают. Но особенную роль в этом целительстве словом должен исполнять медицинский работник. Здесь допустима и «ложь во имя спасения»: медицинская этика рассматривает случаи, когда больной не должен знать правды о своем здоровье — таким образом, ему дается надежда на выздоровление.

К сожалению, с тех пор, как медицинское обслуживание и в нашей стране все чаще становится платным, вопрос о сообщении диагноза с возможным смертельным исходом больному рассматривается как необходимый (раньше он сообщался только родственникам, но теперь больной или его близкие должны решать, стоит ли тратить деньги на новые исследования и дальнейшее лечение). В таком случае еще сложнее и ответственнее задача, стоящая перед медицинским работником: как сообщить больному такую вест, как сделать так, чтобы это известие не убило человека морально. Слово, продуманное и щадящее, слово, и в этом трагическом случае дающее надежду...

Афоризм «слово ранит», к сожалению, значительно чаще находит подтверждение примерами, как в повседневной жизни, так и в медицинской практике.

В разделе, названном «Нетрадиционная медицина», иногда рассматривается такая древняя народная традиция, как **заговоры**. Еще в языческие времена у целителей разных народов был накоплен этот уникальный опыт. Здесь афоризм «слово лечит» понималось в прямом смысле.

В ту эпоху Человек и Природа не отделялись друг от друга и, тем более, не противопоставлялись друг другу. Ритмы ветра, дождя, голоса лесов и птиц, шелест листвы и травы проявлялись в напевном речитативе заговоров.

Сотворчество научной медицины и народной — требование времени, источник неиссякаемых, иногда — универсальных целительских возможностей. Конечно, обращаясь к народной медицине, надо очень осторожно подходить к элементам оккультизма: грань

между черной и белой магией очень тонкая, и переступить ее, особенно в юном возрасте, легко.

И еще: надо помнить, что главный целительный источник — это Силы Света — Всевышний. Для верующих людей в славянской традиции нет более сильного действия, исцеляющего душу и тело, чем **молитва**. Пример — православный обряд Соборования, когда пятикратное повторение определенных молитв, «Евангелия чтение» производит на соборующихся воздействие, подобное чуду.

Сегодня хорошо известны исследования учеными воды как субстанции, обладающей свойствами принимать и накапливать информацию и освобождать человека от негативной информации. Фотографии кристаллов воды, замороженной после того, как над ней были произнесены определенные слова, убеждают нас в позитивном воздействии на окружающее нас пространство слов Любви, гармоничных звуков музыки, и **молитвы** (самое прекрасное изображение молекулы воды как многолучевой снежинки).

В противоположном случае (брань, музыка в стиле hard rock) мы видим разрушительные следы этого воздействия.

Мы привыкли осуждать явление брани с точки зрения нарушения речевого этикета. Но в народной среде понятие «этикет», в том числе речевой, связывается с дворянской культурой и относится к разряду явлений «интеллигентность», «интеллигенция», «дворянство», «буржуазия».

После Октябрьской революции 1917 года эти понятия большинством народа воспринимались со знаком «минус».

В наше время совершается обратное движение: кто-то возрождает, кто-то приобретает дворянский титул, слово «интеллигент» возвращается в народный лексикон без ироничного дополнения «в шляпе».

Но на первых порах снова наблюдается «перекося». Так, в божественной среде и даже в обществе творческой интеллигенции стало модным употреблять вульгарно-банные слова и так называемый «русский мат».

Некоторые современные писатели пользуются им не только в разговорной речи, но и в литературной, наделяя своих героев этим правом. Выходят словари ненормированной лексики. Бытует теория: без русского мата народный язык не язык.

Рассмотрим состав национального языка, как он представлен в книге «Заговори, чтоб я тебя увидел» Л. С. Пастуховой. В него входят:

- литературный язык, книжный и разговорный;
- просторечие;
- диалекты, жаргоны, профессионализмы, брань и др.

Особое явление ненормативной лексики — близкий к жаргону **молодежный сленг**. Чего только стоят приключения с головой! «Башня накренилась», «крыша поехала», «сорвало башню», «крышу снесло», «крыша в лесу» и т.д.

Но если возникновение жаргона было связано с «производственной необходимостью»: воры, находясь в толпе, должны были передавать информацию, скрывая ее от окружающих. Если для моряков, например, их профессионализмы — своеобразный морской форс, а сленговые выражения для молодежи — желание «поиграть» со словом, то брань, мат — явление опасное.

Еще в XIX веке В. И. Даль писал: «С языком человеческим, человеческой речью безнаказанно шутить нельзя».

Вернемся к опытам с водой. Если брань разрушает ее структуру, то же самое происходит и с нами, а окружающее нас пространство наполняется негармоничными вибрациями. В такой атмосфере трудно существовать духовно чистым людям, особенно детям. Находясь в пространстве, заполненном негативной информацией, люди болеют, ссорятся, впадают в депрессию.

Хорошо, если находится просвещенный или просто знакомый с народными традициями человек, который пригласит в дом священнослужителя, и тот произведет обряд освящения

жилища. Тогда силой **молитвы**, силой **Божественных слов** изменится энергетика пространства и дом наполнится гармоничными вибрациями. Но главное для живущих в нем — **соблюдать чистоту слов и мыслей**.

Как ни неприятна эта тема, приходится говорить об одном из самых сильных и страшных видов воздействия словом — проклятии.

К сожалению, приходится иногда наблюдать, как за какой-либо проступок пожилой человек бросает слова проклятия ребенку, нимало не задумываясь о последствиях своего воздействия на живое существо.

Конечно, это, чаще всего, неосознанный поступок и причина его — невежество. Долгое земное существование не сделало этого человека ни добрее, ни мудрее. Но как незнание уголовных законов не освобождает гражданина от уголовной ответственности, так незнание кармических законов не спасет этого человека от ответного удара («что посеешь, то и пожнешь», что послал, то и получишь).

А как же быть с тем ребенком, на которого был направлен удар? Если рядом с ним находилась мать (а неразрывная энергетическая связь между матерью и ребенком сохраняется до достижения им 14-летнего возраста), она должна «принять ситуацию», другими словами, простить пославшего проклятие. Это трудно, так как материнский инстинкт требует ответного, защитного удара. Но мудрая женщина должна понять, что это не уничтожит действия проклятия. Простить, чтобы погасить пламя энергетического пожара, чтобы нейтрализовать страшное воздействие на ее ребенка посланных негативных слов. Так же должен поступить и взрослый, получивший энергетический удар проклятия.

В заповедях Христа, в Его Нагорной проповеди есть алгоритм поведения человека в такой ситуации: «Любите ненавидящих вас, благословляйте проклиняющих вас...». Но ни современники Иисуса Христа, ни люди нашего времени не в силах следовать этой заповеди (нам и «возлюбить ближнего» трудно).

Поэтому попробуем остановить проклятие словесной формулой, основанной на заповеди Христа, но адаптированной к нашему времени.

Итак, **формула приема ситуации** (она создана Аланом Чумаком на основе заповеди Иисуса Христа о прощении).

1. Я (имя), принимаю все слова, все мысли, все поступки (имя того, кто послал слова проклятия) в мой адрес.

2. Я (имя), забираю свои слова, свои мысли, свои поступки в адрес (имя пославшего проклятие).

3. И реакцию на это забираю.

Формулу надо произнести минимум три раза с полным осознанием того, что только так можно остановить воздействие этих страшных слов.

Есть люди, сознательно применяющие магию Слова во зло. С гордостью они ощущают, а иногда и объявляют себя черными магами. Сегодня и СМИ помогают популяризации таких людей и их действий (один из «героев» «Дома-2», объявивший себя «черным колдуном», например, успешно рекламируется телеканалом). Еще более притягательны (и тем более опасны для неокрепшего сознания) ставшие невероятно популярными сериалы по книгам Джоан К. Роулинг о Гарри Поттере. Свободно продаются книги-инструкции по белой и черной магии. Проведенный «специалистами» обряд проклятия очень силен. Но нет такого воздействия темной силы, с которым бы не справился Свет, поэтому при всяком подобном воздействии надо обращаться к проводникам Божественного Света — священнослужителям.

Согласно современным представлениям об организации Вселенной, Разум Вселенной первичен, Информация — вторична. Материя и сознание — производные от первых трех.

Информация является основой глобального порядка во Вселенной. Информация является основой вещества (материи). Информация является основой живого организма.

Структурная организация человека включает три составляющие: дух, душу и тело, которые заключены в тонкую и физическую оболочки. Физическое тело (оно более всего изучено) представляет собой грубую материю. Все тела представляют собой различного вида

излучения-вибрации, наиболее тонкие вибрации свойственны атмическому и будхическому телам.

Понимая Слово как вибрацию, а слово Бога как изначальные, созидающие вибрационные потоки, можно приблизиться к пониманию этого высказывания.

Слова — это вибрации.

Слово Бога — изначальные созидающие вибрации.

Слова — это продукт Природы.

Позитивные слова создают гармоничные вибрации, красивую природу.

Грязные слова создают грязную природу (создают вибрации, которые находятся в диссонансе с окружающей средой (они разрушают гармонию мира, они разрушают энергетику человека).

Какие выводы должен сделать человек, стремящийся к совершенствованию, выбирающий Свет на пути к знаниям?

– «ТВОРИ ДОБРО И ТЫ РАСТВОРИШЬ ЗЛО». Это Великий Вселенский Закон, по которому жили Великие Посвященные, лучшие люди Земли: «ЖИЗНЬ ДАЕТСЯ ЧЕЛОВЕКУ, ЧТОБЫ ОН РАСТВОРЯЛ МИРОВОЕ ЗЛО».

– Человек должен стремиться к ЧИСТОТЕ МЫСЛЕЙ, СЛОВ И ПОСТУПКОВ.

– Любой человек может ИСЦЕЛЯТЬ СЛОВОМ (создавать словами добрые послы).

Но особенно хорошо это должен знать и уметь МЕДИЦИНСКИЙ РАБОТНИК: «СЛОВО ЛЕЧИТ — СЛОВО РАНИТ».

Все в мире взаимосвязано. Воспринимая себя как частицу Вселенной, как микрокосм по отношению к макрокосму, человек задумывается, как вести себя по Жизни, чтобы его «звучание» было в ладу со «звучанием» Мира — его симфонией. Если это происходит, если свои мысли, чувства, СЛОВА человек соотносит с законами Природы, законами Божественными, он оказывается увлеченным спиральным потоком своего собственного развития. Он прозревает духовно.

Наш современник, молодой писатель-философ Валерий Ломовцев в одной из своих работ сказал, обращаясь ко всем нам: «Вас обманули, что жизнь — это не сказка». Следовательно, она (жизнь) может и должна быть такой.

Если верить.

Если жить по законам Бога.

Если идти.

ЛИТЕРАТУРА

1. Шри Шримад, А. Ч. Бхактиведанта, Свами Прабхупада. Бхагават-гита как она есть. Бхактиведанта Бук Траст. Москва – Ленинград – Калькутта – Бомбей – Нью-Дели.
2. Библия. Книга Священного Писания Ветхого и Нового Завета. Канонические. Издание «Новая жизнь» Кэмпс Круссайд фор Крайст Интернэшнл, 1993.
3. Коран. Пер. с арабского акад. И. Ю. Крачковского. — М.: Изд., фирма «АНС — Принт», 1990. — 512 с.
4. Русские веды. Песни птицы Гамаюн. Велесова книга. — М.: Наука и религия, 1992. — 368 с.
5. Гончаренко М. С. Валеопедагогические основы духовности: учебное пособие / М. С. Гончаренко — Х.: ХНУ имени В. Н. Каразина, 2007. — 400 с.
6. Гримич М. Традиційний світогляд та ентокультурні константи українців (Когнітивна антропологія) / М. Гримич. — К., 2000. — 328 с.
7. Плыкин В. Д. «В начале было Слово...» или След на воде / В. Д. Плыкин. — Ижевск: Издательство «Орион Плюс», 2000. — 54 с.
8. Пастухова Л. С. «Заговори, чтоб я тебя увидел». О культуре нашей речи / Л. С. Пастухова. — Симферополь: Таврия, 1990. — 112 с.
9. Флоренский П. А. У водоразделов мысли / П. А. Флоренский. — М.: Издательство «Правда», 1990. — Т. 2. — 447 с.
10. Масару Эмото. Любовь и вода / Эмото Масару. М.: ООО Издательство «София», 2008. — 128 с.
11. Быков Д. Сам себе человек. Литературная матрица. Учебник, написанный писателями: Сборник в 2 т. / Д. Быков. — СПб.: Лимбус Пресс, ООО «Издательство К. Тублина», 2011. — Т. 2. — 792 с.
12. Кантор М. «Собеседник прокуратора». Литературная матрица. Учебник, написанный писателями: Сборник в 2 т. / М. Кантор. — СПб.: Лимбус Пресс, ООО «Издательство К. Тублина», 2011. — Т. 2. — 792 с.

УДК 378 : 613

МЕТОДОЛОГІЧНА АРГУМЕНТАЦІЯ СУЧАСНОЇ ПАРАДИГМИ ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ ОСВІТИ У ВИЩИХ ПЕДАГОГІЧНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ: СПРОБА ПОСТАНОВКИ ПИТАННЯ

Ярка М. О.

Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка
Дрогобич, Україна

У статті розглядається питання валеологічних компетенцій, їх формування на основі інтердисциплінарного дискурсу; пропонується – спеціалізований підхід до предметно-тематичної систематизації навчального плану для студентів профільних факультетів вищих педагогічних навчальних закладів; робиться спроба з'ясувати та обґрунтувати новітні парадигмальні значення валеологічної освіти, її фундаментальні методологічні основи.

Ключові слова: валеологічна компетентність, холистичний підхід, модернізація та сучасна парадигма валеологічної освіти.

В статье рассматривается вопрос валеологических компетенций, их формирования на основе интердисциплинарного дискурса; предлагается специализированный подход к предметно-тематической систематизации учебного плана для студентов профильных факультетов высших педагогических учебных заведений; делается попытка определить и обосновать новейшие парадигмальные значения валеологического образования, его фундаментальные методологические основания.

Ключевые слова: валеологическая компетентность, холистический подход, модернизация и современная парадигма валеологического образования.

The article discusses valeological competencies of their formation on again interdisciplinary discourse; a specialized approach to the subject-content systematic curriculum for students specialized faculties of higher educational institutions; seeks to identify and support the latest paradigmatic value of valeological education, its fundamental methodological grounds.

Key words: valeological competence, holistic approach, modernization and contemporary paradigm of valeological education.

Постановка проблеми в загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими і практичними завданнями

Сьогодення валеологічної освіти — це коло доволі проблематичних питань, а надто — з точки зору їхнього сучасного теоретичного та методологічного обґрунтування. Утім, специфіка духовної та наукової ситуації у світі зараз така, що вимагає перегляду і переусвідомлення, здавалося б, давно відомого [4; 7; 10]. На практиці саме така позиція для сучасної валеологічної освіти є визначальною — як студії над валеологією під виглядом самостійної наукової дисципліни з власним предметним змістом, бо «завдання науки — постійно самооновлюватися» (К. Поппер). При цьому сама наука валеологія здобуває щоразу нові структурні утворення, розкривається як своєрідні новітні епістемологічні (знаннєві) комплекси. Усе це є свідченням такої методологічної ситуації, яка в науці здобула назву *методологічної тоталогії* (від слова «тотальність») — коли йдеться про зміни в самому «образі» наукового знання, що виникають внаслідок не стільки теоретично спрямованого процесу, скільки змін у пізнавальних принципах ставлення до світу. Усьому цьому сприяють, передусім, всенаукова інтеграція та широкі аспекти інтелектуальної активності науковців [2; 3; 5].

Зазначений характер змін у сфері гуманітарного знання доволі своєрідним чином впливає на розробку питань із теорії та методики валеологічної освіти, ставить неординарні вимоги щодо її засобів та методичних принципів, тобто — усього того, що актуалізує *методологічне окреслення проблеми*.

Аналіз останніх досліджень та публікацій, в яких започатковано розв'язання даної проблеми і на які спирається автор, а також виокремлення не вирішених раніше частин загальної проблеми, яким присвячується дана стаття. На тепер валеологічна освіта, як і

валеологія в якості самостійної наукової дисципліни з власним предметним змістом, сприймається як *комплексно організована знаннява інфраструктура із внутрішньогалузевим багатством предметних спеціалізацій*: основи валеології (Р. Валецька), власне валеологія (І. Бабин, В. Грибан, А. Зайцев, Г. Зайцев, Л. Іващук, О. Міхєєнко, С. Онишкевич, А. Царенко, В. Черняк, І. Шувалова, Г. Яцук та ін.), основи здорового способу життя (В. Грушко, Д. Крюкова, Л. Лисак, О. Фурса, В. Шахненко та ін.), здоров'язбереження (М. Лук'янченко та ін.), психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я (М. Корольчук), психічне здоров'я (О. Чабан, В. Ящук, Я. Нестерович), психологія здоров'я (В. Ананьєв, О. Двіжона, С. Секач, М. Тимофієва), психологічні аспекти здорового способу життя (О. Тихонова), основи шкільної гігієни і валеології (В. Підгорний, П. Плахтій, Л. Соколенко), психогігієна (Л. Гармаш, Н. Коцур), гігієна та екологія людини (І. Даценко), еколого-валеологічна культура майбутнього вчителя (Ю. Бойчук), гендерна психологія (М. Ткалич), психологія сексуальності (С. Діденко, Р. Козлова) тощо. У такому вигляді валеологія як наука завойовує широкий простір для алгоритмів інтелектуальної діяльності, пошуку ефективних психолого-педагогічних та дидактично-едукативних методик тощо [1]. Та водночас уже сама структура, а не лише проблемно-предметна спеціалізація валеологічної освіти на сьогодні постає у вельми, так би мовити, розпорошеному вигляді: кожен з авторів монографій, підручників та навчальних посібників виявляє власний пошук принципів моделювання валеологічної освіти. При цьому повсюдно превалюють *методико-практичний та виховний аспекти проблеми*, що, звісна річ, не може заступити значення міркувань із приводу *теорії та методології валеологічної діяльності*. А це значить, що на часі — *спеціалізоване дослідження предметного змісту валеологічної освіти, у дусі наукознавчої проблемології*. У такий спосіб питання щодо валеологічної освіти ще не ставилося і є відкритим перед широкою палітрою гуманітарного знання. Принагідно, однак, зазначимо: сучасна валеологічна думка намагається доволі щільно деталізувати свої окремі проробляння, котрі спрямовані на епістемологічну (знанняву) обробку певних ділянок *валеологічної свідомості*. Під таким виглядом такі напрацювання (а вони є вельми чисельними, до того ж — *інтердисциплінарними* за характером) сприймаються як підоснова для *збірної когнітивної* (від лат. *cogito* — міркую) *моделі знаннявих структур*, яка у свою чергу, потребує вирізнення *необхідних та достатніх* (з огляду на постмодерну чуттєвість) для сучасного гуманітарного підходу значень, значущих саме для *сучасної валеологічної освіти*. Такий «відкритий» характер самої валеологічної освіти щодо редукції власного предметного змісту варто, отже, потлумачити як «*шлях апелювання до певних аксіом, які передують досягненню необхідно-істинного*», і які охоплюють «*усі аспекти ідеалізуючої діяльності людського інтелекту*» (В. Петрушенко) [6, с. 185]¹. Адже при цьому, як уже зазначалося, йдеться також про епістемологічне дослідження валеології як самостійної наукової дисципліни з власним предметним змістом. Саме тому в контексті виконуваного дослідження валеологічна освіта розглядається, з одного боку, в рамках усталених на сьогодні корелятах стосовно загальних знань про людину; та з іншого — її цільові пріоритети аргументуються в дусі *професійного розуміння глибинних знаннявих структур щодо стратегії виживання людини в сучасному світі*.

Мета статті та формування її цілей (постановка завдання) визначаються завданням щодо *обґрунтування новітніх парадигмальних значень сучасної валеологічної освіти, її фундаментальних теоретичних основ та методичних принципів*. У такому вигляді порушувана проблема осягає рівень *наукознавчої проблематики*, що, безумовно, не може не позначитися на характері виконуваного дослідження та очікуваних результатів. А отже, у полі зору — освітні стандарти й авторські ініціативи з питань валеологічної освіти в об'ємі

¹ У постмодерному просторі гуманітарного знання однією з найпоширеніших пізнавальних проблем є наявність завжди актуальної, неперервної рефлексії як загальної умови мислення. Усе це — інтелектуальні акти, що покладені на свідомість — феномен, який в актах інтелектуального споглядання продукує параметри певного ідеального і складається у принцип дії. Цей принцип є алгоритмом сполучення суджень, які створюються засобом рефлексії, нею ж фіксуються та репродукуються.

вузівської підготовки майбутніх учителів, які загалом покликані складати параметри «об'єкта» дослідження. У свою чергу, «предмет» дослідницького пошуку складатиме *ініціювання ієрархічно узгодженої кількох-вимірної знаннєвої моделі валеологічної освіти*, що як така вибудовується за принципом *системного накопичення валеологічних знань за інтердисциплінарним дискурсом*.

Виклад основного матеріалу дослідження

Аналіз сучасного стану та проблем професійної валеологічної освіти, забезпечуваної в рамках навчальних програм у вищих педагогічних навчальних закладах, надає поживу для актуалізації питання її цільових пріоритетів – під виглядом парадигми². Підставою тому є не тільки великомасштабний розвій валеологічної проблематики в полі ключових концептів та фундаментальних питань валеологічної освіти, але також вкрай гостра необхідність у процесах її модернізації, що актуалізує добірку доцільних (необхідних та достатніх) валеологічних знань — під виглядом певної інформаційної системи. Конструктивним вираженням такої системи може слугувати образ зворотного за порядком складання дитячої пірамідки — від найменшого її елемента до щоразу більш крупних, тобто — рухом від первинного базового елемента до щоразу об'ємніших питань, понять та категорій (відцентровий рух по системі концентрично складених кіл).

Багатопланова інформаційна насиченість валеології як інтегративного освітнього курсу включає в себе теоретичні й практичні надбання таких галузей знань, як біологія, медицина, фізична культура, психологія, педагогіка, філософія, етика, естетика, релігія тощо, виокремлюючи з даних наук власне валеологічний аспект. Такий підхід є *холістичним*³ — орієнтованим на *цілісність знаннєвого образу-концепта* валеології не лише як науки з власним предметним змістом, але й у сенсі її високої інтегрованості та інтердисциплінарності в якості валеологічної освіти. Однак, генеральним підсумком дослідження є здобутий висновок щодо необхідності подальшої науково-теоретичної розробки змісту валеологічної освіти — її *тематичної та проблемної специфікації*, що уможливить проектування методологічно вивіреної моделі самої валеологічної освіти під виглядом *інтердисциплінарного дискурсу*. Водночас висновування цільових пріоритетів сучасної валеологічної освіти, її предметної специфіки та методологічно вивірених завдань надають можливість для ґрунтовного опрацювання і проектування сучасної парадигми теорії та методики валеологічної освіти вже на рівні структурування навчального процесу на профільних факультетах педагогічних ВНЗ. При цьому важливо усвідомлювати, що пірамідальна (за А. Г. Маслоу) структурна модель людини і зовнішні (просторові) її складові дозволяють виокремити від багатогалузевих вчень про людину саме валеологічний аспект. Його розробка в обраній логіці (пізнання здоров'я від тілесного до духовного компонентів та, навпаки, у поєднанні з їхніми зовнішніми складовими) і лежить в основі валеологічної освіти [8]. Такий підхід до людини і до обрання стратегії і тактики оздоровлення є *системним* і дозволяє створити *своєрідний знаннєвий каркас* (або ж *засади проектування*) *навчального процесу викладання валеології* в середній та вищій освітній ланці, що ґрунтується на законах функціонування людини як відкритої системи, основних завданнях життя людини (виживання, репродукція, реалізація себе як особистості). Відповідно, *цільовими пріоритетами* валеологічної освіти є:

1) формування в людини стійкої світоглядної позиції, згідно з якою вона розуміє себе як частину Природи і соціуму, має уявлення про залежність стану здоров'я від природних

² У даному випадку присутність терміна «парадигма» (з давньогрецької — «взірець») має філософсько-методологічне значення — коли йдеться про наявність певної теоретичної моделі знань, які фіксують загальні передумови практики власне *теоретичної діяльності*. Подібний сенс має поняття «архетипу наукового мислення», у яке входять також такі поняття, як «стиль мислення». Кожного разу, отже, йдеться про структуру пізнавальної діяльності. Зокрема, власне парадигма передбачає існування особливого типу знання, що не виконує безпосередньо пояснювальної функції, а є умовою здійснення теоретичної діяльності з пояснення та систематизації емпіричного матеріалу [9, с. 351].

³ Про холістику знання в його епістемологічному сенсі переконливо веде мову В. Петрушенко. У поясненні терміна дослідник апелює до терміна «ціле», яке англійською мовою звучить як «хол» [6, с. 13].

чинників, потребує встановлення гармонійних взаємин із Природою (Всесвітом) та суспільством, оскільки від цих взаємин залежить її здоров'я;

2) свідоме пізнання та осмислення людиною основних валеологічних аспектів, принципів та закономірностей життєдіяльності;

3) створення у свідомості людини сталих мотивацій на валеологічну поведінку і здоровий спосіб життя як провідної умови самореалізації людини, її виживання та репродукції.

Наголосимо, однак, на тому, що валеологічна освіта як у середній, так і вищій освітніх ланках повинна базуватися на *інтегровано-предметній основі*, яка на сьогодні проглядає за найбільш перспективну. Тобто, *валеологічна професіоналізація* повинна здійснюватися двома взаємодоповнюючими напрямками — через *певні навчальні курси* та *інтегративні взаємозв'язки з іншими предметними дисциплінами*. Зокрема, як засадничий принцип проектування навчального процесу з валеологічної освіти на профільних факультетах вузів, *інтегрованість інформаційного поля* та *валеологічна компетентність* повинна бути забезпеченою залученням відомостей про здоров'я індивіда зі всіх інших наук про людину (наприклад — філософії, психології, екології, етики, естетики тощо). Крім того, інтегрованість повинна передбачати поглиблене вивчення багатьох аспектів здоров'я в контексті численних предметних дисциплін (наприклад: духовне здоров'я на уроках християнської етики в середніх школах; залежність здоров'я людини від екологічних чинників, що вивчаються на заняттях з екології у вищих навчальних закладах тощо).

Власне *профілююча добірка навчальних дисциплін* чи курсів є другою важливою умовою і повинна бути багаторічною та поетапною: саме *інтегровано-предметна модель* валеологічної освіти надасть систематичності в отриманні знань, а виважене методичне забезпечення зробить можливим формування дієвого ставлення до власного здоров'я, до його збереження і зміцнення, розуміння значущості створення власної оздоровчої програми, здорової поведінкової стратегії, етичного ставлення до себе, інших та оточуючого світу.

Дещо детальніше про теперішню ситуацію з викладання валеології як навчальної дисципліни. Так, у педагогічному університеті на біологічному факультеті валеологія викладається лише один семестр — одна пара в тиждень, цілим курсом студентів. Таке положення речей є не лише недоцільним, але й неприпустимим. Ця навчальна дисципліна має вивчатися всі п'ять курсів навчання (або бодай чотири з них) з поділом на підгрупи, але при цьому слід змінити період викладання таких навчальних дисциплін, як анатомія та фізіологія людини. Принагідно зазначимо: на превеликий жаль, саме ці навчальні дисципліни (анатомія і фізіологія) викладаються на другому курсі. На нашу думку, анатомію слід викладати вже в першому півріччі на першому курсі, а фізіологію — у другому півріччі першого курсу. Саме такий підхід до систематизації навчального процесу зумовлений тим, що для того, аби вивчати функції органів та їхніх систем, доцільно передовсім вивчити структуру самих органів. Також у першому півріччі першого курсу (перший семестр) належить вивчати загальну психологію, а в другому (другий семестр) — практичну психологію. Крім того, у першому ж семестрі (перший курс) — вивчати філософію, а в другому — філософську антропологію.

Відтак, з першого півріччя другого курсу повинно розпочатися вивчення валеології, причому — з викладом *основ соціального, духовного, психічного та фізичного здоров'я*. Відповідно у другому півріччі другого курсу, а також на наступних етапах навчання повинні викладатися додаткові відомості з вищевказаних видів здоров'я: вони повинні охоплювати зовнішні просторові складові людини. Наприклад: при вивченні *фізичного здоров'я* — це харчування, вплив екології, біоритми, дихання тощо; при вивченні *психічного здоров'я* — мікро- та макросоціальне середовище; при вивченні *духовного здоров'я* — загальнолюдські цінності, модуси естетичного, закони моралі, вищі духовні закони, світські та релігійні духовні концепції.

Осібнo ж зважимо на таку особливість: в українських підручниках із валеології в розділі «фізичне здоров'я» надмірно значна увага надається теоретичним розробкам самого

питання; натомість практичним рекомендаціям щодо формування та збереження або ж зміцнення та відновлення фізичного здоров'я надається мізерна кількість інформації. Тому при вивченні розділу «Фізичне здоров'я» вкрай необхідно надати значну увагу таким методико-практичним аспектам фізичного здоров'я, як: особиста гігієна, ранкова гімнастика, фізичне тренування, оздоровче тренування, оздоровча фізкультура, спорт, туризм тощо.

Певні недоречності трапляються і стосовно феномена «психічне здоров'я»: у більшості українських підручників з валеології у відповідному розділі неможливо віднайти такого важливого аспекта, як «*психологічне здоров'я*», а також висвітлюється занадто мала кількість *чинників* та *методів* підтримання психічного та психологічного здоров'я (більшість методів мають історичний інтерес, як от: аутогенне тренування, психоаналіз тощо). У цьому ж розділі всі без винятку автори підручників із валеології, висвітлюючи тему девіантної поведінки, по суті, рекламують (!) наркотичні засоби, оскільки займаються висвітленням їхнього психотропного аспекту. Натомість варто вважати, що студентів слід інформувати в крайньому разі лише про побічні дії наркотичних засобів, але насамперед — це виклад інформації про методи запобігання та позбавлення наркотичної залежності.

На превеликий жаль, розділ «духовність» є найслабшим (а інколи — просто відсутнім) розділом в українських підручниках із валеології. Як це не прикро, але *вектор пізнання* людини в цих підручниках розпочинається від фізичного здоров'я, проходить через психічне здоров'я і завершується в духовному здоров'ї. Але натомість слід акцентувати, що *вектор оздоровлення* людини розпочинається саме з духовного здоров'я, тобто — проходить через психічне здоров'я і завершується у фізичному здоров'ї.

Ще одна заувага: «Валеологія та охорона здоров'я дітей» — таку назву має навчальна дисципліна, що викладається в педагогічних університетах, але в жодному українському підручнику з валеології саме таким чином сформульоване завдання не має властивого висвітлення.

Слід також указати на необхідність включення до програми з валеології (як навчального предмета) таких розділів, як: геронтологія, сексовалеологія, валеологія сім'ї, основи діагностики захворювань на ранній стадії, основи діагностики захворювань на розгорнутій стадії, перша долікарська допомога тощо.

У підсумку додамо також деякі міркування з приводу включення до навчального плану підготовки фахівців з валеології деяких спеціальних навчальних дисциплін, а також їхнього місця у навчальному плані опісля першого курсу (про це мова йшла вище).

Так, перспективним видається таке планування подальшої освітньої діяльності. На *другому курсі* повинні викладатися: основи патологічної анатомії, основи патологічної фізіології, вікова фізіологія, загальна педагогіка, гігієна, етика, релігієзнавство, християнська етика, екологія, психологія сексуальності (перше півріччя); психологія педагогіки, психологія релігії, естетика, екологія людини, шкільна гігієна, гендерна психологія (друге півріччя); психогігієна (протягом усього навчального року). На *третьому курсі*: аксіологія, теологія, сімейна педагогіка, сексологія, девіантологія (перше півріччя); акмеологія та психологія девіантної поведінки (друге півріччя); основи медичних знань (протягом усього навчального року). На *четвертому курсі* — основи медичних знань (продовження, упродовж усього навчального року) та сестринська справа (упродовж навчального року). Заняття з фізичної культури мають проводитися протягом усього періоду навчання у вузі. Також із другого курсу по останній — заняття з безпеки життєдіяльності.

Висновки

Поставлена перед дослідженням мета, що полягала у спробі з'ясувати та обґрунтувати новітні парадигмальні значення валеологічної освіти, її фундаментальні методологічні основи, фактично досягнута. У такому вигляді проблема методологічної аргументації сучасної парадигми валеологічної освіти у вищих педагогічних навчальних закладах досягає рівень *наукознавчої проблематики*, що, безумовно, не може не позначатися на щоразу наступних спробах тлумачення освітніх стандартів та авторських ініціатив із питань валеологічної

освіти, зокрема — шляхом *системного накопичення валеологічних компетенцій засобом інтердисциплінарного дискурсу*.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бойчук Ю. Д. Еколого-валеологічна культура майбутнього вчителя: теоретико-методичні аспекти: монографія / Ю. Д. Бойчук. — Суми: Університетська книга, 2008. — 357 с.
2. Дротянко Л. Філософське та наукове знання в культурній свідомості постмодерну / Л. Дротянко [та ін.] // Totalogi. Постнекласичні дослідження. — К., 2001. — С. 182–189.
3. Кизима В. Человекомерная тотальность. Постнекласический манифест / В. Кизима [и др.] // Totalogi. Постнекласичні дослідження. — К., 1995. — С. 301–340.
4. Кун Т. Объективные ценностные суждения и выбор теории / Томас Кун // Современная философия науки. — М., 1996. — С. 40–61.
5. Лук'янець В. С. Сучасний науковий дискурс: Оновлення методологічної культури / В. С. Лук'янець, О. М. Кравченко, Л. В. Озадовська. — К., 2000. — 302 с.
6. Петрушенко В. Л. Епістемологія як філософська теорія знання: Монографія / В. Л. Петрушенко — Львів: Видавництво Державного університету «Львівська політехніка», 2000. — 296 с.
7. Поппер К. Реализм и цель науки / К. Поппер // Современная философия науки. — М., 1996. — С. 92–105.
8. Тихонова О. Психологічні аспекти здорового способу життя / О. Тихонова, О. Шокало // Український світ. — 1995. — №№ 7–12 (рік 4, ч. 11). — С. 42–43.
9. Філософія: навчальний посібник / за ред. І. Ф. Надольного. — К.: Вікар, 1998. — 622 с.
10. Філософська антропологія в контексті сучасної епохи / М. О. Булатов, В. П. Загороднюк, К. С. Макеєв, Л. А. Солонько. — К.: Стилос, 2001. — 243 с.

ШЛЯХИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'Я

УДК 371.4:613.955

ПІДГОТОВКА МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я ДО СТВОРЕННЯ ЗДОРОВ'ЯОРІЄНТОВАНОГО ШКІЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА В УМОВАХ СТАЛОГО РОЗВИТКУ

Бельорін-Еррера О. М., Черноватий Л. М.
Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Харків, Україна

Стаття присвячена проблемі підготовки майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого шкільного середовища.

Сьогодні, коли стан здоров'я школярів стрімко погіршується, визначена нами проблема є актуальною. Тому на сучасному етапі розвитку педагогічної теорії та практики дуже важливо вирішити питання підвищення рівня професійної підготовки майбутніх учителів основ здоров'я, і одним із найважливіших завдань якісної освіти вчителя цієї дисципліни є формування його готовності до створення здоров'яорієнтованого шкільного середовища.

Ключові слова: здоров'яорієнтоване шкільне середовище, учитель основ здоров'я, сталий розвиток.

Статья посвящена проблеме подготовки будущего учителя основ здоровья к созданию здоровьяориентированной школьной среды.

Сегодня, когда состояние здоровья школьников стремительно ухудшается, определенная нами проблема является актуальной. Поэтому на современном этапе развития педагогической теории и практики очень важно решить вопрос повышения уровня профессиональной подготовки будущих учителей основ здоровья, и одной из важнейших задач качественного образования учителя этой дисциплины является формирование его готовности к созданию здоровьяориентированной школьной среды.

Ключевые слова: здоровьяориентированная школьная среда, учитель основ здоровья, устойчивое развитие.

The article is devoted to the training of future teachers to create basic health health-oriented school environment. Today, when the health of school children is deteriorating rapidly, we determined the problem is urgent. Therefore, at the present stage of development of educational theory and practice is very important to address the issue of increasing the level of training of future teachers of basic health and one of the main objectives of quality education teachers of this discipline is to form his willingness to create health-oriented school environment.

Keywords: health-oriented school environment, the teacher bases of health, sustainable development.

Актуальність і постановка проблеми дослідження. Здоров'я — одна з головних загальнолюдських цінностей, а здоров'я населення країни — основа її могутності та благополуччя. Ураховуючи сучасні тенденції погіршення здоров'я населення нашої країни, у тому числі дітей, реалізація всіх цілей і завдань освітнього процесу в загальноосвітніх

установах повинна будуватися на основі збереження і зміцнення здоров'я кожної дитини.

Головними важелями вирішення цих проблем є перехід до сталого розвитку, що передбачає таку організацію навчального процесу, яка не завдає шкоди здоров'ю суб'єктів системи освіти. Ось чому створення здоров'яорієнтованого шкільного середовища стає однією зі складових діяльності сучасного педагога і, отже, готовності майбутнього вчителя до здійснення цієї діяльності.

Особлива відповідальність при створенні здоров'яорієнтованого шкільного середовища покладена на вчителя основ здоров'я тому, що він, з одного боку, постає як носій базових знань про здоров'я, здоровий спосіб життя людини, формування мотивації та культури здоров'я підростаючого покоління, а з іншого — є суб'єктом навчально-виховного процесу, здійснює здоров'яорієнтовану діяльність.

У зв'язку з цим зростає увага до проблем збереження здоров'я суб'єктів системи освіти, виховання культури здоров'я у молоді, яким присвячені численні дослідження педагогів, зокрема: питання професійної підготовки педагогічних кадрів (Є. Барбіна, В. Гриньова, В. Євдокимов, М. Євтух, І. Зязюн, С. Золотухіна, В. Кремень, В. Лозова, І. Прокопенко, В. Радул, С. Сисоєва, Г. Троцько та інші); сучасні підходи до створення освітнього середовища (С. Дерябо, О. Макагон, С. Омельченко, В. Ясвін та інші); науково-теоретичні аспекти забезпечення здоров'язбереження молоді (Ю. Бойчук, М. Гончаренко, В. Горашук, М. Гриньова, О. Завгородня, О. Іонова, Н. Коцур, Г. Кривошеєва, В. Оржеховська, Л. Сущенко, С. Шмалей та інші).

Але разом із тим аналіз публікацій і досвіду роботи вищої та загальноосвітньої школи з досліджуваного питання демонструє існуючу розбіжність між сучасною практикою підготовки майбутнього вчителя основ здоров'я і реальною потребою школи у кваліфікованих у даній галузі фахівцях. Тому на сучасному етапі розвитку педагогічної теорії та практики актуального характеру набувають питання підвищення рівня професійної підготовки майбутніх учителів основ здоров'я, а одним із найважливіших завдань якісної освіти вчителя основ здоров'я є формування його готовності до створення здоров'яорієнтованого шкільного середовища, що зумовлено низкою чинників:

По-перше, наявним станом здоров'я учнівської молоді, зокрема незадовільної організації шкільного фізичного виховання, недостатньої стимуляції до здорового способу життя, поширення шкідливих звичок (паління, уживання алкоголю та інших психоактивних речовин) тощо. На здоров'я учнів негативно впливають також значні розумові та психоемоційні навантаження.

По-друге, актуальність підготовки майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого шкільного середовища підсилюється існуванням досить чіткої залежності між станом здоров'я учнів і ступенем підготовленості педагогів до здійснення збереження й зміцнення здоров'я вихованців.

По-третє, підготовка майбутнього вчителя до створення здоров'яорієнтованого шкільного середовища важлива ще й тому, що вчитель основ здоров'я не тільки викладає свій предмет, а й очолює шкільну валеологічну службу, основним завданням якої є забезпечення здоров'язбереження суб'єктів навчального процесу.

Актуальність визначеної проблеми посилюється необхідністю усунення суперечностей, виявлених у процесі дослідження, зокрема:

- між орієнтацією цілісного освітнього процесу в загальноєвропейському та світовому контексті на підвищення рівня життя кожної людини, забезпечення умов для її самореалізації, самоактуалізації, самовдосконалення та розповсюдженістю шкідливих звичок у дітей і молоді, низьким рівнем культури здоров'я, відсутністю знань про здоровий спосіб життя;

- між актуалізацією необхідності виховання молодого покоління, яке було б психічно, соціально й фізично здоровим, і відсутністю ефективних засобів забезпечення здоров'язбереження дітей шкільного віку;

– між необхідністю спеціальної підготовки майбутніх учителів до організації здоров'яорієнтованого шкільного середовища, та відсутністю відповідних методичних систем забезпечення цього процесу.

Наявність цих суперечностей зумовлена тим, що до цього часу у вищих педагогічних навчальних закладах відсутня обґрунтована система формування інтегрованих знань майбутнього педагога в галузі створення здоров'яорієнтованого шкільного середовища, не уточнено завдання, зміст і методику підготовки студента до створення здоров'яорієнтованого середовища у школі.

Актуальність і прогалини в розробці означеної нами проблеми, а також нагальна потреба освітньої практики в її вирішенні, зумовили вибір теми дослідження — «Підготовка майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого шкільного середовища».

Мета дослідження — розробити, теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити систему підготовки майбутніх учителів основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого шкільного середовища.

Відповідно до мети було визначено такі завдання:

1. Розкрити зміст поняття «здоров'яорієнтоване шкільне середовище».
2. З'ясувати суть і структуру готовності майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого шкільного середовища.
3. Теоретично обґрунтувати методичну систему підготовки майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого шкільного середовища й експериментально перевірити її ефективність.
4. Уточнити критерії, показники та рівні готовності майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого шкільного середовища.

Об'єкт дослідження — науково-педагогічна підготовка майбутнього вчителя основ здоров'я.

Предмет дослідження — методична система підготовки майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого шкільного середовища.

Слід також зазначити, що, на нашу думку, успішність підготовки майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого шкільного середовища залежить не тільки від змісту дисципліни «основи здоров'я» і професіоналізму викладачів вузу. Для школярів важливий особистий приклад учителя, який повинен вести здоровий спосіб життя, вільний від шкідливих звичок, займатися фізкультурою та спортом. Тому значущою умовою ефективності процесу підготовки майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого шкільного середовища є наявність у самого студента внутрішньої мотивації на здоровий спосіб життя і здоров'язберігальну діяльність, його цілеспрямованість, готовність отримувати необхідні для цього знання, уміння, навички та реалізовувати їх у практичній роботі.

У ході підготовки до такої роботи у майбутнього вчителя основ здоров'я повинні бути сформовані:

- 1) здоров'яорієнтоване мислення, виражене у світоглядній позиції стосовно пріоритету здоров'я;
- 2) професійно-ціннісні орієнтації, мотиви, інтереси, потреби у постійному зміцненні і збереженні здоров'я;
- 3) знання і вміння, які дозволяють вести оздоровчу роботу, а також навчати учнів здоров'я, формувати у них потребу в збереженні та зміцненні свого особистого здоров'я; готовність до виконання функціональних обов'язків як викладача предмета «Основи здоров'я»;
- 4) особистісний потенціал, який включає в себе гарну фізичну підготовленість і здоров'я, культуру здоров'я, духовність, моральність;
- 5) особистісно-творча складова, що дозволяє здійснювати творчу діяльність;

б) рефлексивні вміння, що допомагають аналізувати й оцінювати свою оздоровчо-освітню діяльність.

Висновки

Аналіз публікацій і досвіду роботи вищої та загальноосвітньої школи з питань підготовки майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого шкільного середовища демонструє існуючу розбіжність між сучасною практикою підготовки майбутнього вчителя основ здоров'я і реальною потребою школи у кваліфікованих у даній галузі фахівцях. Тому на сучасному етапі розвитку педагогічної теорії та практики актуального характеру набувають питання підвищення рівня професійної підготовки майбутніх учителів основ здоров'я, а одним із найважливіших завдань якісної освіти вчителя основ здоров'я є формування його готовності до створення здоров'яорієнтованого шкільного середовища.

ЛІТЕРАТУРА

1. Казаковцева Т. С. Критерії і рівні особистісно-творчого компонента підготовки спеціаліста дошкільної освіти до оздоровчо-освітньої роботи з дітьми / Т. С. Казаковцева // Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: Валеологія: сучасність і майбутнє (Теорія та методика навчання фізичній культурі та основам здоров'я): зб. наук. пр. — Х.: ХНУ ім. В. Н. Каразіна, 2011. — № 95. — Вип.10.
2. Казаковцева Т. С. Теория и методология подготовки студентов к оздоровительно-образовательной работе с детьми в дошкольных образовательных учреждениях / Т. С. Казаковцева. — Киров: Изд-во ВятГГУ, 2009. — 254 с.
3. Омельченко С. О. Валеонасичений здоров'язберігаючий простір: метод. посібн. / С. О. Омельченко. — Слов'янськ: Видавничий центр СДПУ, 2006. — 160 с.
4. Шахненко В. І. Бережливе ставлення держави і вчителя до здоров'я учнів у навчально-виховному процесі загальноосвітньої школи як соціально-педагогічна проблема / В. І. Шахненко // Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: Валеологія: сучасність і майбутнє (Теорія та методика навчання фізичній культурі та основам здоров'я): зб. наук. пр. — Х.: ХНУ ім. В. Н. Каразіна, 2011. — № 95. — Вип.10.

УДК 376.2.796

ОРГАНІЗАЦІЯ ПРОЦЕСУ САМОВИХОВАННЯ СПОРТСМЕНІВ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ ЗДОРОВ'Я

¹Гончаренко М. С., ²Шуба В. В.

¹Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна

²Дніпропетровський Державний інститут фізичної культури і спорту

¹Харків, ²Дніпропетровськ, Україна

Розглянуто питання розробки нових підходів, пов'язаних із диференційованим програмуванням у навчально-тренувальному процесі параолімпійців. В експерименті брали участь 46 спортсменів (чоловічої статі) з вадами опорно-рухового апарату. У роботі визначили різновиди тривожності. Встановлені закономірності прояву тривожності, які впливають на розвиток самовиховання параолімпійців з вадами опорно-рухового апарату.

Ключові слова: корекція, параолімпійці, опорно-руховий апарат, оцінка, розвиток, тривожність.

Рассмотрены вопросы разработки новых подходов, связанных с дифференцированным программированием в учебно-тренировочном процессе параолимпийцев. В эксперименте принимали участие 46 спортсменов (мужского пола) с поражением опорно-двигательного аппарата. В работе определили разновидности тревожности. Установлены закономерности проявления тревожности, которые влияют на развитие самовоспитания параолимпийцев с поражением опорно-двигательного аппарата.

Ключевые слова: коррекция, параолимпийцы, опорно-двигательный аппарат, оценка, развитие, тревожность.

There was examined the question of development of new approaches, related to the differentiated programming in teaching and training process for Paralympics. 46 sportsmen (male) with the defeat of musculoskeletal took part in the experiment. In the scientific work were determined different levels of anxiety. The was established the regularity of anxiety manifestation. They influence on the progress of self-education for Paralympics with affection of locomotor system.

Key words. Correctional work, Paralympics, musculoskeletal system, evaluation, development, anxiety.

Актуальність і доцільність дослідження. Проблема самовиховання спортсменів із різним рівнем здоров'я є досить актуальним питанням у педагогіці протягом останніх десятиліть. Це пов'язано із впливом різних чинників на розвиток суспільства, науки і діяльності людини [1, 7].

Самовиховання спортсменів із різним рівнем здоров'я надає можливість ефективно регулювати свій стан під час спортивно-змагальної діяльності, коли організм перебуває на максимальному рівні можливостей, що обумовлено особливостями спортивної діяльності [3].

При врахуванні педагогічних умов організації процесу самовиховання відбувається спрямований вплив на подолання негативного функціонування фізичних і психічних процесів організму спортсменів із різним рівнем здоров'я, що сприяє можливості контролювати свій стан не лише під час змагань, а і у звичайному житті при зіткненні з труднощами. Удосконалення процесу самовиховання надає можливість спортсменам із різним рівнем здоров'я бути гідними членами суспільства і робити значний внесок у його розвиток, тому що це є першочерговою необхідністю для них, щоб не відчувати себе обмеженими і непотрібними [2, 6].

Існує достатньо багато визначень поняття самовиховання у педагогічній науці. Зміст може змінюватися залежно від мети, методів, засобів, педагогічних умов і вимог соціального середовища. Що стосується мети, вона трактується з двох сторін. З одного боку, вона визначається особистістю та її потребами, з іншого — регулюється вимогами суспільства. У змісті самовиховання сучасні дослідники (О. Кочетов, Л. Рувинський, О. Тарасов, Н. Ковальова) виділяють кілька напрямів: розумове, моральне, трудове, естетичне та фізичне. Учені розглядають самовиховання як специфічну діяльність особистості, що має певну мету: удосконалення власної особистості, більш повну самореалізацію в житті та професійній діяльності. Зміст самовиховання в діалектичній єдності виступає як процес формування в собі позитивних якостей, реалізації свого потенціалу і подолання недоліків. Процес самовиховання лише тоді забезпечує помітний прогрес особистості, коли воно має свідомий, організований, цілеспрямований, активний і творчий характер [3, 5, 7].

Результатом процесу самовиховання виступають ті зміни, що відбуваються в особистості під впливом самовиховної діяльності. Успіх процесу самовиховання вимагає відповідного рівня готовності, яка, у свою чергу, потребує високого рівня самосвідомості, здатності до саморегуляції і потреби в розвитку [2, 5].

Аналізуючи наукову літературу, відмічаємо, що проблемі організації процесу самовиховання велику увагу приділяли багато вчених протягом розвитку педагогіки (Б. Ананьєв, А. Арет, М. Бердяєв, П. Блонський, Л. Божович, М. Болдирева, В. Бондаревський, В. Вернадський, Л. Виготський, М. Виноградова, Д. Гришин, О. Дистервег, О. Донцов, Ю. Дрогобич, С. Єлканов, Е. Ільїн, П. Каптерев, С. Карпенчук, О. Ковальов, Я. Колдунов, Я. Коменський, О. Кочетов, М. Красовицький, Л. Куликова, О. Кучерявий, М. Леонтєв, П. Лесгафт, А. Макаренко, А. Маркова, А. Маслоу, П. Могила, М. Монтессорі, Ю. Миславський, Г. Олпорт, В. Оржеховський, Ю. Орлов, П. Підкасистий, М. Пирогов, Ф. Прокопович, Н. Пряжніков, К. Роджерс, Л. Рувинський, С. Рубінштейн, Г. Селевко, Г. Сковорода, А. Смирнова, В. Сухомлинський, М. Тайчинов, Б. Теплова, С. Шацький, Р. Штейнер, Д. Ельконін, І. Унт, К. Ушинський, І. Якиманська та інші).

Однак, проаналізувавши різні підходи до феномену самовиховання, ми виявили, що недостатньо науково-методичних матеріалів, тому необхідно шукати нові шляхи підвищення ефективності організації процесу самовиховання спортсменів із різним рівнем здоров'я.

Також не було виявлено досліджень, присвячених пріоритетному використанню педагогічних умов організації процесу самовиховання для спортсменів із різним рівнем здоров'я.

Водночас у педагогічній науці організація процесу самовиховання спортсменів із різним рівнем здоров'я не стала предметом спеціального дослідження. Це посилюється необхідністю усунення суперечностей, що мають місце в освітній практиці, зокрема між: сучасними потребами суспільства до формування здорового способу життя та існуючою системою реалізації програми підготовки спортсменів із різним рівнем здоров'я; потребою цілеспрямованої організації процесу самовиховання людей з різним рівнем здоров'я та недостатньою розробленістю необхідного для цього науково-методичного забезпечення.

Тому одним із нових підходів до розв'язання проблеми реалізації потенціальних можливостей організму спортсменів із різним рівнем здоров'я може стати організація процесу самовиховання при використанні інноваційних технологій і врахуваннях педагогічних умов, що включають організацію способу життя, життєтворчість, спрямовану на досягнення життєвої мети і професійного самовдосконалення.

У зв'язку з цим актуальною є проблема розробки науково-обґрунтованих педагогічних умов організації та вдосконалення процесу самовиховання спортсменів із різним рівнем здоров'я, що й обумовлено темою нашого дослідження.

Мета дослідження — теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити шляхи підвищення ефективності діяльності в організації процесу самовиховання спортсменів із різним рівнем здоров'я.

Об'єкт дослідження — організація процесу самовиховання.

Предмет дослідження — організація ефективних шляхів процесу самовиховання у спортсменів із різним рівнем здоров'я.

Гіпотеза дослідження полягає у припущенні, що система організації процесу самовиховання у спортсменів із різним рівнем здоров'я набуває максимальної ефективності в поєднанні механізмів зворотного зв'язку з навчанням самоконтролю та саморегуляції під час змагального періоду методами оперантного та інтерактивного навчання з урахуванням педагогічних умов.

Проаналізувавши нормативну базу інноваційного шляху розвитку суспільства. Закон України «Про інноваційну діяльність» (2002 р.); Закон «Про основи державної політики у сфері науки і науково-технічної діяльності» (1992 р.); постанову Кабінету Міністрів України «Про затвердження державної реєстрації інноваційних проектів і введення Державного реєстру інноваційних об'єктів», 2003 р.), відмічаємо, що формування новітніх шляхів до організації навчально-тренувального процесу спортсменів із різним рівнем здоров'я, упровадження ефективних форм, методів і засобів фізкультурно-оздоровчої діяльності необхідне для більш досконалого оволодіння та осмислення потенціалу і можливості його реалізації.

Ураховуючи вищесказане, нами була розроблена і запропонована програма організації процесу самовиховання спортсменів із різним рівнем здоров'я, основною метою якої є сприяти психологічній адаптації спортсмена у навчально-тренувальній діяльності та суспільстві, вмінні розкрити свої можливості під час змагань різного рівня.

У нашому дослідженні брало 46 параолімпійців, які мають ураження опорно-рухового апарату, віком від 20 до 30 років. Критерії для відбору — параолімпійці, які мають ураження опорно-рухового апарату, займаються спортом вищих досягнень, є членами збірних команд України з ігрових видів спорту.

Для реалізації нашої програми, спрямованої на вдосконалення самовиховання, ми розділили респондентів на три групи з урахуванням рівня тривожності. Це пов'язано з тим, що самовиховання прямо пропорційно залежить від рівня тривожності:

- Перша група — параолімпійці із ураженням опорно-рухового апарату, які мають високий рівень тривожності.

- Друга група — параолімпійці із ураженням опорно-рухового апарату, які мають низький рівень тривожності.
- Третя група — параолімпійці із ураженням опорно-рухового апарату, які мають низький, середній і високий рівень тривожності.

Кожне заняття мало три частини. Підготовча частина — знайомство, розминка, переключення на групову роботу. Загальна частина — робота у групі, тематичні вправи-ігри і обговорення результатів. Заключна частина — підбиття підсумків, постановка завдань на наступне заняття. Ця схема проведення занять відповідає побудуванню тренувального заняття. Для підготовчої частини відводиться 15–20% одного тренінгового заняття. Загальна частина складає 70–80% навчального заняття. Вона залежить від цілей і завдань конкретного заняття. Заключна частина (5–10%) — підбиття підсумків проведеного заняття, релаксація чи активізація стану параолімпійців залежно від цілей корекційної програми, оцінка роботи групи та кожного спортсмена зокрема.

Після проходження психолого-педагогічної методики параолімпійцям з ураженням опорно-рухового апарату було запропоновано ведення щоденника і дотримання спортивного режиму під час навчально-тренувальних зборів і в особистому житті. Це надає можливість більшою мірою закріпити і далі розвинути ті навички, які були ними отримані під час проходження тренінгу.

Методику складали окремо для кожної групи, визначали цілі та завдання кожного етапу корекції. При використанні даної методики у параолімпійців спостерігалися зміни психоемоційного стану більшою мірою тому, що вони мають порушення опорно-рухового апарату, а підвищений чи низький рівень тривожності впливає на соматичний стан. Зміна соматичного стану ускладнює виконання рухів на високому спортивному рівні. У процесі експерименту було виявлено, що спортсмени усвідомлюють свій високий чи низький рівень тривожності. Роблять акцент на тому, що при підвищеному чи низькому рівні тривожності їм складніше виконувати змагальні вправи, тому що фізіологічні прояви тривожності накладають свій відбиток на рухову активність. Усвідомлення високого чи низького рівня тривожності параолімпійцями — це перший крок до контролю рівня тривожності під час тренувальної та змагальної діяльності.

Нами було встановлено, що серед негативних чинників, які стимулюють ріст тривожності параолімпійців з ураженням опорно-рухового апарату, існують такі:

- підвищені вимоги (60% респондентів), неадекватні можливості спортсмена з ураженням опорно-рухового апарату (100%);
- особисті побоювання відносно результатів виступу (70%);
- відсутність орієнтації на рівень конкретного спортсмена з ураженням опорно-рухового апарату і врахування його індивідуально-особистісних особливостей (100%);
- соціальні наслідки результату виступу, побоювання відповідальності (75%);
- стиль тренерської діяльності (найчастіше — це авторитарний стиль керування командою) (80%);
- ризик відчувати біль чи отримати травму (вони вже мають порушення опорно-рухового апарату), що ускладнює можливість пересування (90%);
- суперечливі вимоги (90%);
- найчастіше самі тренери мають високий рівень тривожності (вони отримують високі вимоги від керівництва);
- наслідок особистісної агресії, яка частіше направлена на самих себе (80%);
- неможливість надати адекватну оцінку супернику (класифікація у видах спорту) (80%).

У нашому експерименті низький рівень ситуативної тривожності мали 21,7% респондентів, а низький рівень змагальної тривожності мали 32,6%. Це свідчить про низький рівень психологічного функціонування, що призводить до негативного впливу на змагальну діяльність. Для таких спортсменів необхідно збільшити ступінь збудження або активізувати

фізичний і психічний стан, щоб досягти оптимального емоційного рівня для більш успішного виступу на змаганнях.

Висновки:

1. Створили дослідно-експериментальним шляхом психолого-педагогічну програму, яка сприяла організації і розвитку процесу самовиховання спортсменів із різним рівнем здоров'я, урахувавши їх особливості діяльності та функціонування організму, для поліпшення спортивних результатів і більш комфортної ресоціалізації.

2. У результаті дослідження були виявлені особливості тривожності у параолімпійців з ураженням опорно-рухового апарату: ситуативна тривожність — низький рівень 21,7%, середній рівень 50%, високий рівень 28,3%; особистісна тривожність — низький рівень 0%, середній рівень 67,4%, високий рівень 32,6%; змагальна особистісна тривожність — низький рівень 32,6%, середній рівень 50%, високий рівень 17,4%.

Перспективи подальшого розвитку в даному напрямку. Полягають у подальшій корекції психолого-педагогічної методики; планується розглянути організаційно-педагогічні недоліки та шляхи їх усунення для підвищення ефективності процесу застосування даної методики.

ЛІТЕРАТУРА

1. Женщина в паралимпийском движении, штрих к «психологическому портрету» / [автор текс. Д. В. Маслов, А. А. Рудовский] // «Спортивная медицина». Материалы I Всероссийского конгресса «Медицина для спорта». — Россия, М.: ФГУ «ЦСМ ФМБА России», 2011. — 564 с.
2. Ильин А. Б. Оценка спортивно-психологической подготовленности и показателей, характеризующих личность спортсменов разной специализации: сб. науч. труд. молодых учёных и студентов РГАФК / А. Б. Ильин. — М.: Физкультура, образование и наука, 2000. — 229 с.
3. Лисянская Е. В. Методологические особенности психологии спорта / Е. В. Лисянская // Вопросы психологии. — 2005. — №14. — С. 19–23.
4. Осипова А. А. Общая психокоррекция: учеб. пособ. / А. А. Осипова. — М.: Сфера, 2002. — 510 с.
5. Практикум по спортивной психологии / [под ред. И. П. Волкова]. — СПб.: Питер, 2002. — 288 с.
6. Спортивная психология в трудах зарубежных специалистов / [Сост. и общая редакция И. П. Волкова, Н. С. Цикуновой]. — М.: Советский спорт, 2005. — 286 с.
7. Стамбулова Н. Б. Психологическая структура спортивной деятельности: Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / Н. Б. Стамбулова. — СПб.: Питер, 2002.

УДК 796.034.2(048.83)(510)

УШУ ЯК ОДИН ІЗ ЗАСОБІВ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я У СТУДЕНТІВ КИТАЙСЬКИХ ВНЗ

Ляо Цайчжи

Північно-Західний педагогічний університет
Ланьчжоу провінції Ганьсу, Китай

У статті проаналізовано роль ушу у формуванні культури здоров'я у студентів китайських ВНЗ. З'ясовано, що в КНР ушу визнано одним із ефективних засобів вирішення даної проблеми, що сприяє формуванню як фізичної, так і психологічної культури здоров'я. Визначено основні види цієї оздоровчої гімнастики, особливості психологічної підготовки студентів під час тренувань, представлено способи її застосування в китайських вищих навчальних закладах. Установлено, що ушу спрямовано не тільки на фізичний розвиток особистості, але й на пізнання свого внутрішнього світу, що в цілому сприяє формуванню фізично розвиненої та духовно культурної людини.

Ключові слова: культура здоров'я, студент, китайські вищі навчальні заклади, ушу.

В статті проаналізована роль ушу в формуванні культури здоров'я у студентів китайських вузів.

Установлено, что в КНР ушу признано одним из эффективных способов решения данной проблемы, способствующее формированию как физической, так и психологической культуре здоровья. Определены основные виды этой оздоровительной гимнастики, особенности психологической подготовки студентов во время тренировок, представлены способы его использования в вузах. Установлено, что ушу направлено не только на физическое развитие личности, но и на познание своего внутреннего мира, что в целом способствует формированию физически развитого и духовно культурного человека.

Ключевые слова: культура здоровья, студент, китайские высшие учебные заведения, ушу.

The role of wushu in the formation of China educational establishment students' health culture formation is analyzed in this article. It is elucidated that wushu is accepted to be one of the effective means of the solution of the given problem that helps to form both physical and psychological health culture. Main kinds of this health-giving gymnastic, the peculiarities of psychological preparation during training are given, the means how to use it in higher educational establishments are presented. It is found that wushu is directed not only to the physical development of a person, but also to the perception of his (her) inner world, that in general leads to the formation of a physically developed and mentally cultural person.

Key words: health culture, student, China educational establishment, wushu.

Постановка проблеми в загальному вигляді. Сучасні науковці констатують, що стан здоров'я молоді з кожним роком значно погіршується, це зумовлює необхідність проведення в навчальних закладах роботи, спрямованої на забезпечення здоров'язбереження молодих людей усіх вікових категорій. У світлі цього особливої значущості набуває проблема формування культури здоров'я майбутніх фахівців у вищій школі, що є необхідною передумовою для успішності їхньої подальшої життєдіяльності.

Для вдосконалення процесу формування такої культури в студентів українських вищих навчальних закладів виникає потреба у вивченні педагогічного досвіду з цього питання, накопиченого іншими країнами. Особливий інтерес викликають теоретичні та практичні доробки китайських фахівців, адже Китайська Народна Республіка за останній час досягла значних успіхів у вищевказаній галузі [10]. Як з'ясовано, в сучасному китайському суспільстві активно закріплюється думка про те, що могутність держави та розквіт нації пов'язані зі здоров'ям її громадян. Тому формування культури здоров'я в дітей та молоді є одним з основних напрямів державної політики в освітній царині.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У педагогічній літературі вже висвітлювалися деякі аспекти проблеми формування культури здоров'я особистості. Так, питання здоров'язбереження були предметом вивчення Н. Амінової, М. Амосова, І. Брехмана, О. Васильєвої, Ф. Філатова та ін. Дослідження в галузі педагогічної валеології були проведені І. Глиняною, Г. Зайцевим, В. Колбановим, В. Максимовим, Л. Татарніковою та ін. Засоби формування культури здоров'я молоді було схарактеризовано в наукових працях таких авторів, як Г. Апанасенко, Н. Василенко, В. Ковалько, О. Микитюк, Т. Трифонова та ін. Разом із тим можливості використання ідей китайських педагогів та досвіду китайських ВНЗ із питань здоров'язбереження досліджувалося недостатньо. Зокрема, не вивчалися можливості творчого застосування теоретичних і практичних доробок щодо використання в українській вищій школі ушу як засобу формування культури здоров'я у студентів, що зумовлює актуальність обраної теми статті.

Формулювання цілей статті. Метою статті є аналіз можливостей використання ушу у формуванні культури здоров'я студентів (на прикладі КНР), що дозволить удосконалити існуючу у вітчизняній вищій школі систему здоров'язбереження молоді.

Виклад основного матеріалу дослідження. Завдяки стародавнім традиціям у КНР склалася унікальна система формування здорового способу життя та культури здоров'я, яка впроваджується в закладах освіти всіх рівнів. Ця система спрямовується на гармонійний духовний і фізичний розвиток особистості, являє собою синтез оздоровчих і бойових видів фізичних вправ.

Для кращого розуміння унікальності вищевказаної системи доцільно звернутися до історії її виникнення та становлення. Зазначимо, що передумови сучасної системи формування культури здоров'я в КНР з'явилися ще в IV в. до нашої ери з виникненням перших елементів ушу. Його метою на той час була підготовка воїнів, що мала вигляд танцювально-бойових вправ. Пізніше ушу набуло статусу воєнізованої навчальної

дисципліни в спеціалізованих навчальних закладах. До кінця III століття до нашої ери вся індивідуальна підготовка воїнів була об'єднана під назвою «уї». Цей термін зберігався впродовж багатьох сторіч і згодом став синонімом ушу. У систему ушу ввійшли цзюеді (боротьба), шоубо (рукопашний бій), техніка роботи зі зброєю. Навчання базувалося на комплексах вправ — таолу, які виконувалися як індивідуально, так і з партнерами [2; 6].

Під впливом державних принципів, наявності сталих традицій фізичного виховання та пануючої ідеології конфуціанства в Китаї сформувався особливий кодекс «моралі ушу» — уде. Причому кожна школа ушу мала особливі закони поведінки, зафіксовані в письмовому вигляді, які повинні були знати напам'ять учні й ніколи не розповідати про них непосвяченим особам. Наприклад, кодекс «бойової чесноти» знаменитого Шаолінського монастиря насамперед формулював основну мету занять ушу, яка полягала у звільненні особистості від агресивності й забіякуватості. При цьому акцент було спрямовано саме на гармонійний розвиток особистості шляхом виконання фізичних вправ. Гасло «Основна мета того, хто вивчає техніку ушу, полягає в тому, щоб зміцнити тіло і дух» можна побачити в монастирі Шаолін та Академії ушу КНР і в наші часи.

Під впливом ідей конфуціанства духовна складова виховання через вивчення ушу набула гуманістичного характеру. Зокрема, вважалося необхідним зробити все можливе для уникнення конфлікту. Крім того, вихованцям шкіл ушу заборонялося бути нещирим, обманювати, ображати слабких. Шаолінський кодекс поведінки затверджував ідею про неможливість застосування сили навіть для побутового з'ясування відносин [2; 3; 4]. Ці традиції значною мірою зберігаються в Китаї дотепер.

Тому на сьогоднішній день ушу є важливим елементом формування культури здоров'я як учнів середніх закладів освіти, так і студентів ВНЗ. Адже воно спрямовано не тільки на фізичний розвиток особистості, але й на пізнання свого внутрішнього світу і філософії життя, що в цілому сприяє формуванню фізично розвиненої та духовно культурної людини. У цьому виді спорту фізичний розвиток молодих людей досягається за рахунок відповідних фізичних вправ, тоді як духовний розвиток здійснюється через пасивні «внутрішні, розвиваючі» рухи (ней кунг) і активні «зовнішні» вправи (таоцзін) [2; 3].

Реформи традиційних стилів ушу зумовили формування нових офіційних напрямів цього мистецтва. Зокрема, поряд із традиційними школами тайцзи-цюань, шаолін-цюань, він-чунь, танлан-цюань та іншими виникли стилі чан-цюань та нан-цюань, які являють собою не так види бойових єдиноборств, як форми оздоровчої гімнастики. Сьогодні як традиційні стилі, так і сформовані у другій половині XX століття стилі ушу широко використовуються як одна з форм індивідуальної та групової фізичної активності китайських студентів.

Технічні комплекси, що складаються зі спеціально підібраних рухів, мають назву «таолу» і широко використовуються в КНР під час проведення ранкової гімнастики. Заохочення до таких ранкових занять ушу проводиться централізовано за допомогою щоденних передач по державному радіо, а також у формі щоденної відеотрансляції «таолу» на центральних телевізійних каналах. У межах цієї національної традиції виконання ранкових вправ є невід'ємною частиною формування культури здоров'я, зокрема навичок здорового способу життя, у студентів китайських ВНЗ, при цьому найчастіше застосовуються саме «таолу» різноманітних стилів ушу. Ранкові заняття ушу проводяться зазвичай на свіжому повітрі, причому як індивідуально, так і в групах.

Також традиційні форми ушу використовуються у вищих навчальних закладах КНР при проведенні занять із фізичної культури. Створена у першій половині XX століття Академія ушу надає можливість кадрового забезпечення цих занять спеціально підготовленими фахівцями [6].

Зазначимо, що поряд з оздоровчою формою заняття ушу для студентів китайських ВНЗ ще мають суто спортивний аспект. Так, щорічно проводиться низка спортивних змагань з ушу серед вищих навчальних закладів КНР, перелік яких затверджується центральними виконавчими органами управління у сфері фізичної культури. Змагання з ушу у вищих

навчальних закладах Китаю проходять у двох дисциплінах. Одна з них представляє собою виконання технічних комплексів ушу, «таолу», за що кожному з учасників нараховується певна кількість балів. З певною частиною умовності цей вид змагань з ушу можна порівняти з художньою гімнастикою. Інша дисципліна являє собою проведення контактних поєдинків двох спортсменів за правилами, близькими до правил сучасного європейського кікбоксингу [5; 7].

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок. Таким чином, заняття ушу серед студентів вищих навчальних закладів КНР дають змогу поєднати в собі кілька традиційних європейських видів спорту, а саме: гігієнічну оздоровчу гімнастику, форми художньої гімнастики з елементами прийомів самозахисту та проведення контактних єдиноборств. Така універсальна багатогранність ушу поряд із невід'ємною складовою системою духовного, гуманістичного виховання особистості, яка притаманна більшості стилів ушу, дозволяє вважати його однією з найбільш дієвих форм навчання студентів звичок здорового способу життя та формування культури здоров'я. Таким чином, роль традиційних систем фізичного виховання студентів ВНЗ КНР передбачає підготовку не тільки у фізичному напрямі, але й розвиток суто духовних, гуманістичних тенденцій в інтелектуальній складовій особистості, що є важливим фактором для забезпечення її психічного здоров'я.

У теперішній час ушу як система гармонійного духовного та фізичного розвитку особистості набуло величезної популярності не тільки на території КНР, але і за її межами. Наприклад, на сьогоднішній день існує ряд робіт сучасних українських і російських авторів, у яких не тільки розглядалися особливості стародавньої оздоровчої гімнастики ушу, але й робилися спроби адаптувати її до умов життя і традицій різних країн [5; 7]. Підкреслюючи важливу роль ушу у формуванні культури здоров'я китайських студентів, вважаємо за необхідне зазначити, що вирішенню цього питання також сприяють особливості китайської медицини, яка включає в себе оздоровчу гімнастику, масаж, а також цілий ряд традиційних для КНР методик народної медицини. Дана система має усталені традиції й базується на принципах єдності «духу і тіла», має свою філософію і секрети, що, у свою чергу, сприяє збереженню та зміцненню здоров'я і продовженню творчого довголіття. Слід зазначити, що традиційна китайська медицина також базується на понятті нерозривного поєднання духовної та фізичної складових особистості [8; 9].

Також формуванню культури здоров'я студентів китайських ВНЗ сприяють традиційні комплексні вправи, такі як «18 способів тренування» стародавньої даоської системи оздоровлення та «стояння стовпом» китайського мистецтва зміцнення здоров'я [1]. Отже, на основі вищесказаного можна зробити висновок, що в КНР існує потужна система формування культури здоров'я студентів ВНЗ, яка спрямована не тільки на загартування та зміцнення фізичного здоров'я. Особлива увага приділяється моральному здоров'ю молоді, профілактиці психіатричних захворювань, що сприяє розвитку як окремо взятої особистості, так і держави в цілому. Вважаємо, що досвід Китаю з цього питання може бути творчо використаний і на території України. Зокрема, популяризація ушу серед студентів українських ВНЗ також дала б позитивні результати у вирішенні визначеного питання.

У подальшому планується продовжити досліджування можливості використання досвіду формування культури здоров'я студентів китайських ВНЗ в українській вищій школі.

ЛІТЕРАТУРА

1. 18 способов тренировки тела и духа: оздоровительная гимнастика / Пер. с кит. Ю. М. Томихина. — М.: Наука, 1993. — 104 с.
2. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта / Л. Кун. — М.: Радуга, 1982. — 399 с.
3. Ли Цзин. Аналитический обзор программных требований по физическому воспитанию в вузах Китая и Украины / Цзин Ли // Слобожанський науково-спортивний вісник. — 2006. — № 9. — С. 167–169.
4. Маслов А. А. Уроки китайской гимнастики / А. А. Маслов, А. М. Подщеколдин. — М.: Советский спорт, 1990. — 94 с.
5. Маслов А. А. Ушу: традиции духовного и физического воспитания Китая / А. А. Маслов. — М.: Молодая гвардия, 1990. — 80 с.

6. Маслов А. А. Энциклопедия восточных боевых искусств / Под. ред. Г. Ф. Смелова. — М.: Гала Пресс, 2000. — Т. 1: Традиции и тайны китайского ушу. — 510 с.
7. Миронова В. М. Китайская гимнастика У-ШУ в программе обучения студентов специализации гимнастики / В. М. Миронова, В. И. Кожевников // Проблемы оптимизации учебно-воспитательного процесса в ИФК: Материалы научно-методической конференции. — Челябинск, 1993. — Вып. 3. — с. 137–139.
8. Пономарев Н. И. О законах функционирования и развития физической культуры: лекция / Н. И. Пономарев. — Л. : ГОИФК, 1989. — 20 с.
9. Халмурад У. Секреты китайской медицины / У. Халмурад, В. Г. Начатой. — М.: МХО «Быстрина», 1992. — 206 с.
10. Ван Сюе Мань. Особенности системы государственного управления физической культурой и спортом в КНР / Мань Ван Сюе // Слобожанський науково-спортивний вісник. — 2008. — № 4. — С. 217–221.

УДК 371.134

АРТПЕДАГОГІЧНІ ОСНОВИ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ОСОБИСТОСТІ

Ніжевська Т. В.

Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди
Харків, Україна

У статті відображено, що теоретичним підґрунтям для розвитку артпедагогіки є фундаментальні ідеї педагогіки, психології, психотерапії, теорії мистецтва й культурології, а також прогресивний практичний досвід. Визначено, що артпедагогіка в галузі фізичної культури являє собою гуманістичну систему освіти, яка розроблена на основі інтеграції засобів фізичної культури та мистецтва, що здійснює комплексний вплив на емоційно-ціннісну, духовну й фізичну складові особистості, розвиваючи її засобами творчої, естетично-художньої й навчально-пізнавальної діяльності.

Ключові слова: арттерапія, артпедагогіка, фізична культура, здоров'я.

В статтю отобрано, що теоретическою основою для розвитку артпедагогики являються фундаментальные идеи педагогики, психологии, психотерапии, теории искусств и культурологии, а также прогрессивный практический опыт. Определено, что артпедагогика в области физической культуры представляет собой гуманистическую систему образования, разработанную на основе интеграции средств физической культуры и искусства, которая осуществляет комплексное влияние на эмоционально-ценностную, духовную и физическую составляющие личности, развивая ее средствами творческой, эстетически-художественной и учебно-познавательной деятельности.

Ключевые слова: арттерапия, артпедагогика, физическая культура, здоровье.

It is asserted in the article that the theoretical principles for the development of artpedagogy are represented by fundamental ideas in pedagogy, psychology, psychotherapy, theory of art and culturology as well as progressive practical experience. It is determined that artpedagogy in the field of physical training is humanistic system of education which is developed by integrating means of physical training and art and one that exerts complex influence on emotional and value, moral and physical components of personality developing it by means of creative, aesthetic and art and learning and cognitive activities.

Key words: arttherapy, artpedagogy, physical training, health.

Постановка проблеми в загальному вигляді

В останні десятиріччя спостерігається постійне погіршення стану здоров'я школярів, що зумовлює необхідність пошуку й реалізації вчителями нових підходів до забезпечення його збереження та зміцнення. Проте встановлено, що в реальній практиці система фізичного виховання в загальноосвітніх закладах переважною мірою ґрунтується на застарілих ідеях імперативного педагогічного управління, у межах якого досягнення учнів у цій галузі оцінюються через специфічні показники спортивно-фізичної підготовленості.

Фахівці (В. Бальсевич, Ю. Васьков, М. Віленський, Л. Лубишева, Л. Сущенко та інші) у галузі фізичної культури вважають, що однією з причин низької ефективності процесу фізичного виховання молоді є відсутність творчого підходу до його здійснення, недооцінка гуманістичного потенціалу фізичної культури, яка тісно пов'язана з усіма складниками здоров'я: соціальним, духовним, психічним і фізичним. Деякі науковці (В. Балашова, М. Відякін, Е. Гусинський, Н. Шумакова та інші) вбачають вихід з цієї негативної ситуації, що склалася, у системі фізичного виховання учнів, в активному впровадженні в цей процес міждисциплінарного підходу.

У цьому плані значні педагогічні резерви має забезпечення інтеграції традиційних для формування фізичної культури учнів засобів із засобами різних видів мистецтва. Проте, як з'ясовано, у науковій літературі висвітлено лише окремі аспекти використання ідей артпедагогіки у процесі фізичного виховання учнів. Зокрема, у публікаціях визначено деякі питання застосування у фізичному вихованні елементів таких видів мистецтва, як зображувального й театрального мистецтва (М. Боголюбов, Н. Єфіменко та ін.), хореографії (Н. Белова, В. Бойкова, Р. Терехіна та ін.), літератури (М. Бахтін, Є. Квятковський та ін.), музики (І. Абсолямова, М. Бурцева, Р. Варшавська та ін.) тощо.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми

Незважаючи на ґрунтовність проведених досліджень різних аспектів визначеної проблеми, у науковій літературі не знайшли достатнього відображення артпедагогічні основи розвитку фізичної культури особистості. Проте без з'ясування цього питання неможливо проводити підготовку майбутніх учителів фізичної культури до використання засобів артпедагогіки у професійній діяльності, що і зумовило вибір теми статті.

Формулювання цілей статті. Метою статті є висвітлення артпедагогічних основ розвитку фізичної культури особистості.

Виклад основного матеріалу дослідження

Відзначимо, що ідею про важливість взаємодії педагогіки та психотерапії вперше було сформульовано в 1927 р. німецьким психіатром А. Кронфельдом у статті «Психогігієна, або психотерапевтичне вчення про виховання». У цій праці автор визначав необхідність розробки такого методу, який би стимулював людину на духовне оздоровлення й особистісний зріст. Одним із таких методів автор вважав арт-терапію. Подальший розвиток це поняття отримало в 1938 році в публікації лікаря А. Хілла, який, описуючи в ній свій досвід роботи з хворими, уживав поняття «арт-терапія», тобто терапія мистецтвом. Ще пізніше М. Лібман визначив арттерапію як використання засобів мистецтва для передачі почуттів та інших проявів психіки людини з метою зміни структури її світовідчуттів [2, с. 36].

Термін «артпедагогіка» науковці почали використовувати набагато пізніше. Як свідчить аналіз наукової літератури, в етимологічному плані поняття «артпедагогіка» з'явилося як результат сполучення двох слів — «арт» (від англійського слова art — мистецтво) та «педагогіка» (від грецького пайдос — «той, хто веде дитину»). Тому в буквальному сенсі артпедагогіку слід сприймати як художню педагогіку, педагогіку мистецтва, освіти й розвитку особистості через мистецтво [7, с. 124]. Теоретичним підґрунтям для виокремлення артпедагогіки як самостійної педагогічної галузі та її подальшого розвитку стали фундаментальні ідеї загальної педагогіки, психології, психотерапії, теорії мистецтва й культурології та інших наук, а також прогресивний практичний досвід роботи фахівців у цих галузях.

Як з'ясовано, термін «артпедагогіка» вперше використали в 1997 році Ю. Шевченко й А. Крепиця як автори навчально-методичного посібника «Принципи арттерапії й артпедагогіки в роботі з дітьми та підлітками». Більш широкого поширення це поняття набуло після виходу у світ підручника «Артпедагогіка й арттерапія», який було створено спільними зусиллями авторського колективу. До складу цього колективу увійшли фахівці з різних наукових галузей: педагогіки, психології й мистецтвознавства. Однак зміст цього посібника засвідчує, що він більшою мірою зорієнтований на реалізацію арттерапії, тобто

забезпечення лікувального ефекту під впливом мистецтва, зокрема проведення психофізичного оздоровлення, профілактики та корекції асоціальної поведінки в дітей і підлітків. Як вважають автори цього підручника (Т. Добровольська, Л. Комісарова, І. Левченко й Є. Медведєва), артпедагогіка, на відміну від арттерапії, включає в межах спеціальної освіти «не тільки художнє виховання, але й усі компоненти коригувально-розвивального процесу (розвиток, навчання й корекцію) засобами мистецтва, а також формування основ художньої культури» [1, с. 24].

Певною мірою схожі ідеї висловлює і Є. Таранова, яка артпедагогікою розуміє як оригінальну педагогічну технологію, що утворилася на межі педагогіки, мистецтва й арттерапії. Ця технологія спрямована на забезпечення комплексного впливу, який відбувається на основі залучення людини до різних видів творчої діяльності, що спонукає її відображати свої внутрішні психологічні проблеми у візуальній формі. Водночас авторка зазначає, що сферу використання артпедагогіки не можна обмежувати тільки сферою лікування й реабілітації, адже звуження її педагогічних можливостей не дозволяє повноцінно використовувати її потенціал [5]. Аналогічні ідеї висловлює Н. Шумакова. Пояснюючи різницю між арттерапією й артпедагогікою, дослідниця відзначає, що функції арттерапії обмежуються лікувальним впливом мистецтва на організм людини. Серед цих функцій авторка визначає такі:

- катарсична (очищує, звільнює людину від негативних станів);
- регулятивна (зняття нервово-психічного напруження, регуляція психоматичних процесів, моделювання позитивного психоемоційного стану);
- комунікативно-рефлексивна (реалізує корекцію спілкування, формування міжособистісної поведінки, самооцінки).

Н. Шумакова констатує, що ці функції значною мірою притаманні й артпедагогіці. Проте, на відміну від арттерапії, артпедагогіка реалізує й інші важливі функції, а саме:

- культурологічну, що забезпечує зв'язок людини зі світом культури, її цінностей, її розвиток на основі опанування художньої культури;
- навчальну — спрямована на набуття нових знань і вмінь засобами мистецтва;
- розвивальну — забезпечує особистісний розвиток дитини;
- виховну — передбачає виховання бажаних морально-естетичних якостей особистості, що сприяє соціокультурній адаптації людини [7, с. 126–127].

Отже, артпедагогіка вивчає сутність, закономірності, методи й форми організації педагогічного процесу на основі використання різноманітних видів мистецтва як чинника й засобу навчання, виховання й розвитку особистості учня, реалізації його фізичних, духовних і творчих здібностей.

Безумовно, засоби артпедагогіки можна успішно використовувати в реалізації різних напрямів виховної роботи. За висновками фахівців, на сьогодні одним із нагальних завдань для школи є активне впровадження теоретичних та практичних доробок артпедагогіки у процес розвитку фізичної культури школярів.

Як підкреслюють Т. Коновалова і М. Колокольцев, важливим складником змісту освіти є фізично-спортивна діяльність, яка сприяє гармонізації духовних і фізичних сил людини, інтеріоризації нею таких важливих загальнолюдських цінностей, як здоров'я, фізичне, психічне й духовне благополуччя, розвитку фізичної культури. Одним із засобів підвищення ефективності цієї діяльності автори називають артпедагогіку, яку вони сприймають як інноваційну педагогічну технологію, що, маючи могутній виховний потенціал, дає змогу кардинально змінювати педагогічні підходи до процесу розвитку фізичної культури особистості [4].

За Н. Шумаковою, артпедагогіка в галузі фізичної культури являє собою гуманістичну систему освіти, яка розроблена на основі інтеграції засобів фізичної культури та мистецтва, що здійснює комплексний вплив на емоційно-ціннісну, духовну й фізичну складові особистості учня, розвиваючи його засобами творчої, естетично-художньої й навчально-пізнавальної діяльності [6].

Відзначаючи важливість впровадження засобів артпедагогіки у спортивно-фізичну діяльність учнів загальноосвітніх закладів, О. Козирева наголошує, що оптимальний ефект від цієї діяльності досягається саме за умови сполучення традиційних форм фізичного розвитку дитини із засобами мистецтва у всіх його різновидах: художньої гімнастики, пластико-ритмічної, антистресової пластичної гімнастики, психогімнастики, тілесної арттерапії; психотехнічними, коригувальними, розвивальними інтелектуальними іграми, сюжетно-рольовими іграми та заняттями, народними іграми; методами конструктивної й технічної творчості [3].

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок

На підставі вищевикладеного з'ясовано, що теоретичним підґрунтям для розвитку артпедагогіки є фундаментальні ідеї загальної педагогіки, психології, психотерапії, теорії мистецтва й культурології та інших наук, а також прогресивний практичний досвід педагогічної роботи. Основним призначенням цієї нової галузі педагогічних знань є створення оптимальних умов для забезпечення розвитку потенційних можливостей людини як цілісної особистості за допомогою комплексного сполучення різних видів мистецтв.

Доведено, що артпедагогіка має значний потенціал для розвитку фізичної культури особистості. Це зумовлює необхідність широкого використання її засобів у процесі формування фізичної культури школярів. У перспективі планується дослідити більш докладно можливості використання теоретичних та практичних доробок артпедагогіки у педагогічній роботі вчителя фізичної культури з учнями різних вікових категорій, зокрема теоретично обґрунтувати педагогічні умови підготовки майбутніх учителів фізичної культури до використання ідей артпедагогіки у професійній діяльності.

ЛІТЕРАТУРА

1. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании: учеб. / Е. А. Медведева, И. Ю. Левченко, Л. Н. Комиссарова, Т. А. Добровольская. — М.: Академия, 2001. — 248 с.
2. Ахмедова Э. М. Артпедагогическое пространство как инновационная среда творческого развития дошкольника / Э. М. Ахмедова // Вектор науки ТГУ. — 2011. — № 3(6). — С. 36–38.
3. Козырева О. В. Спортивное воспитание детей дошкольного возраста в системе их гуманистического воспитания : докт. пед. наук / О. В. Козырева. — М., 2002. — 403 с.
4. Коновалова Т. Г. Артпедагогика в студенческом воспитании студенческой молодежи / Т. Г. Коновалова, М. М. Колокольчиков // Восток–Россия–Запад. Современные проблемы и инновационные технологии в развитии физической культуры и спорта, (Иркутск, 13–14 сентября 2011 г.). — Иркутск: Иркутский государственный технический университет, 2011. — Т. 3. — С. 208–209.
5. Таранова Е. В. Артпедагогический практикум по работе с дошкольниками: игры, упражнения, занятия / Е. В. Таранова. — Ставропольсервисшкола, 2003. — 96 с.
6. Шумакова Н. Ю. Развитие творческих способностей у студентов в артпедагогической системе физкультурного образования / Н. Ю. Шумакова // Теория и практика физической культуры. — 2007. — № 5. — С. 7–8.
7. Шумакова Н. Ю. Артпедагогика как гуманистическая система образования учащихся в области физической культуры: дис. ... докт. пед. наук / Н. Ю. Шумакова. — М., 2007. — 297 с.

УДК 378

СУТЬ ПОНЯТТЯ САМООСВІТНЬОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ З ПОЗИЦІЇ СУЧАСНОГО НАУКОВОГО ЗНАННЯ

Ткачов А. С.

Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди
Харків, Україна

У статті на основі аналізу різних точок зору фахівців у галузі філософії, соціології, психології та педагогіки визначено суть поняття самоосвітньої діяльності особистості як спеціально організованої самодіяльної, систематичної пізнавальної діяльності, спрямованої на досягнення особистісної й суспільної значущих освітніх цілей. Висвітлено основні функції самоосвітньої діяльності (екстенсивна, орієнтовна, компенсаторська, саморозвиток, методологічна, комунікативна, співтворча, омолодження, психотерапевтична).

Ключові слова: самоосвітня діяльність, філософія, соціологія, психологія, педагогіка, функції.

В статье на основе анализа разных точек зрения специалистов в области философии, психологии и педагогики определено сущность понятия самообразовательной деятельности, направленной на достижение личностно и общественно значимых образовательных целей. Освещены основные функции самообразовательной деятельности (экстенсивная, ориентационная, компенсаторская, саморазвития, методологическая, коммуникативная, соучастия, омоложения, психотерапевтическая).

Ключевые слова: самообразовательная деятельность, философия, социология, психология, педагогика, функции.

The article defines the essence of the notion of person's self-education activity as specially organized amateur, systematic cognitive activity aimed at achieving certain significant personality and society goals based on the analysis of the viewpoints of philosophy, sociology, psychology and pedagogy scientists. It determines the main functions of self-education activity (extensive, orientation, compensation, self-development, methodological, communicative, co-creative, rejuvenation, psychotherapeutic).

Key words: self-education activity, philosophy, sociology, psychology, pedagogy, functions.

Постановка проблеми в загальному вигляді. Самоосвіта є життєво необхідною потребою кожної сучасної людини, передумовою її успішної самореалізації в суспільстві. Адже самоосвітня діяльність дозволяє його членам здійснювати особистісне самовдосконалення, вільно обирати та при необхідності змінювати професію, постійно підвищувати свій рівень фахової компетентності. Тому актуальність проблеми самоосвіти не викликає сумніву.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Як встановлено, у науковій педагогічній літературі було висвітлено такі аспекти проблеми самоосвітньої діяльності: розкрито загальнотеоретичні основи організації самоосвіти (Ю. Бабанський, В. Лернер, М. Махмутов, П. Підкасистий та ін.); визначено її види (А. Громцева, Ю. Калугін та ін.), проаналізовано ознаки та рівні готовності особистості до здійснення самоосвітньої діяльності, виокремлено шляхи формування потреби в самоосвіті через проблемне навчання, здатності самостійно навчатися як умови включення суб'єкта в самоосвітню роботу, відпрацювання індивідуального стилю самоосвітньої діяльності (Н. Голованова, Г. Закіров, Н. Іванова, Б. Райський, І. Редьковець, С. Харіна та ін.), теоретично обґрунтовано дидактичні умови готовності особистості до самоосвіти, формування самоосвітніх умінь людини у процесі навчання, забезпечення системного сполучення навчання й самоосвіти молоді (Н. Любимцев, С. Калініна, Г. Коджаспірова, В. Кулько, Є. Пехота, А. Телюк та ін.).

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми

На основі аналізу наукової літератури зроблено висновок про те, що сучасні науковці зробили вагомий внесок у дослідження різних питань організації самоосвітньої діяльності

© Ткачов А. С., 2012

особистості. Проте сьогодні постає важливе завдання щодо уточнення суті самоосвітньої діяльності в контексті сучасних вимог.

Формулювання цілей статті. Метою статті є визначення суті поняття самоосвітньої діяльності особистості з позиції сучасного наукового знання.

Виклад основного матеріалу дослідження. На підставі аналізу наукової літератури визначено, що самоосвітня діяльність знаходиться в центрі уваги фахівців у різних наукових галузях. Так, аналізу цього феномена присвячено багато філософських праць. Зокрема, у філософській літературі підкреслюється, що самоосвітня діяльність спирається на основні принципи теорії пізнання: від живого споглядання до абстрактного, узагальненого мислення; від абстракцій, теоретичних узагальнень до практики, до використання методів наукового пізнання. Причому характерною ознакою самоосвітньої діяльності є те, що вона залежить тільки від самого суб'єкта і позбавлена зовнішнього тиску [6, с. 18].

В. Жариков розуміє під самоосвітньою діяльністю здатність особистості до самостійного здійснення освіти, причому автор підкреслює, що самоосвіта є важливою ознакою соціальної зрілості людини [1, с. 139]. За визначенням Є. Щукліної, самоосвітня діяльність — це такий її вид, який характеризується вільним вибором та спрямований на задоволення потреб у «соціалізації, самореалізації й підвищенні культурного, освітнього, професійного та наукового рівнів, отримання задоволення та насолоди» [10, с. 53].

В іншій своїй праці ця дослідниця зробила спробу розкрити внутрішню динаміку категорії самоосвітньої діяльності через визначення різних видів поляризації:

1. *Поляризація онтологічного й гносеологічного.* З точки зору онтології самоосвіта є процесом створення певної нової цілісності через саморозвиток суб'єкта. Причому в етимології цього слова проявляється дихотомія змісту та форми, адже в результаті розгортання деякої внутрішньої сутності як форми здійснення самоосвіти відбувається поява нової системної якості, тобто нового змісту, оскільки самоосвіта передбачає здійснення саморефлексії, самопізнання, в чому проявляється гносеологічний аспект цього феномена.

2. *Поляризація об'єктивного й суб'єктивного.* Така ситуація зумовлена тим, що «само» як відображення суб'єктивного начала людини протистоїть перетворенню її в об'єкт освітньої діяльності.

3. *Поляризація усвідомленого й неусвідомленого.* З одного боку, самоосвіта є процесом здійснення усвідомленого вільного особистісного вибору людини, з іншого — процес реалізації самоосвіти включає багато нераціональних, неусвідомлених аспектів.

4. *Поляризація необхідності та свободи.* У самоосвітньому процесі названі категорії тісно пов'язані між собою, адже прояви свободи в процесі самореалізації індивіда жорстко детерміновані соціальними факторами.

5. *Поляризація самоствердження й самозаперечення.* У процесі здійснення самоосвіти задовольняється потреба людини в самоствердженні, однак, цей процес може включати в себе і самозаперечення. А це значить, що самоосвіта може виступати і як форма самоствердження, і як форма самозаперечення.

6. *Поляризація індивідуалізації й співучасті.* Самоосвіта відбувається як прояв вільної волі автономного суб'єкта. Але цей суб'єкт є включеним у структурний універсум буття, а це значить, що людина є його «співучасником» [11, с. 88-89].

Отже, можна підсумувати, що з філософської точки зору самоосвітня діяльність тлумачиться як процес пізнання, результатом якого є нові знання. Також встановлено, що самоосвітня діяльність є об'єктом наукових досліджень соціологів. Причому в соціологічній літературі самоосвітня діяльність традиційно розглядається як соціальний феномен, котрий забезпечує суттєвий вплив на всі аспекти життєдіяльності сучасної людини.

Зокрема, уточнюючи цю думку, В. Нечаєв визначає самоосвітню діяльність як специфічний вид занять людини поза стаціонарних форм навчання без постійного, систематичного керівництва педагога та відсутності розробленого ким-то зовні плану навчання [5, с. 96]. Висвітлюючи свої погляди стосовно суті вищевказаної діяльності, І. Шахова визначає її як своєрідний пізнавальний акт, який супроводжується різними видами комунікації та психологічними реакціями. На думку дослідниці, потреба в самоосвіті та її результати відносяться до сфери ціннісної самосвідомості людини. Причому загальна

спрямованість самоосвітньої діяльності, з одного боку, визначається індивідуальними потребами індивіда, а з іншого боку — залежить від тієї соціальної спільноти, до якої він належить [9, с. 28].

Науковці також зазначають, що самоосвітня діяльність як специфічний феномен виконує такі основні функції:

- екстенсивна (накопичення, набуття нових знань);
- орієнтовна (визначення себе в культурі та свого місця в суспільстві);
- компенсаторська (подолання недоліків набутої освіти);
- саморозвиток (удосконалення свідомості, пам'яті, мислення, творчих якостей, суб'єктивної картини світу);
- методологічна (подолання професійної вузькості, розширення кругозору, формування методологічної культури);
- комунікативна (визначення зв'язків між науками, професіями тощо);
- співтворча (сприяння творчій роботі);
- омолоджування (подолання інерції мислення, попередження застою в суспільній позиції, покращення фізичного здоров'я);
- психотерапевтична (збереження повноти буття, відчуття причетності до подій навколишнього світу) [2].

У наукових працях із психології відзначається, що самоосвітня діяльність людини зумовлена її пізнавальними та соціальними потребами, які задовольняються шляхом самостійного отримання знань. Так, О. Матюшкіна зазначає, що самоосвітня діяльність являє собою продуктивний процес розвитку особистості, основу якої складають пізнавальні потреби. Причому вони викликають у людини прагнення до здійснення постійної цілеспрямованої самоосвіти, яка не закінчується при досягненні певного поточного результату, а продовжується кожний раз на новому витку активності [3]. Аналіз визначень, запропонованих психологами, дозволив сприймати самоосвітню діяльність як продуктивну активність особистості, зумовлену проявом особистісних потреб.

Особливе місце в контексті дослідження приділялося вивченню праць із педагогіки, присвячених окресленій проблемі. Як встановлено, у них пропонуються різні трактування поняття «самоосвітня діяльність». Так, наприклад, це поняття визначається як: напрям самовиховання (В. Андреев, Б. Райський та ін.); цілеспрямована пізнавальна діяльність (А. Громцева, Ю. Кулюткін, П. Підкасистий та ін.); засіб засвоєння соціального досвіду (Ю. Підповетна та ін.). І. Якиманською самоосвітня діяльність розуміється як активні, послідовні й у цілому незворотні якісні зміни статусу людини на основі її рефлексивної діяльності [12, с. 82]. О. Назарова розглядає самоосвіту як процес самоорганізації, самобудівництва особистості, пов'язаний із засвоєнням загальнолюдської культури та розширенням свого життєвого досвіду. Авторка зауважує, що ефективність самоосвіти залежить від інтелектуальної розвиненості людини, її установок на навчальну діяльність, ставлення до навчання, сформованості морально-вольових та інших якостей особистості [4, с. 64]. За Н. Тереховою, самоосвіта — це цілеспрямований, систематичний, пізнавальний процес формування особистості з усвідомлення засобів досягнення цілей, виходячи із суспільних інтересів та особистісних потреб, з урахуванням внутрішніх стимулів суб'єктів навчання, які прагнуть до самостійного набуття знань [8, с. 18]. Більш комплексне визначення пропонує Г. Сериков, який тлумачить самоосвітню діяльність як засіб пошуку та засвоєння соціального досвіду, за допомогою якого особистість може здійснювати власне виховання, освіту, розвиток та професійну підготовку відповідно до поставлених завдань [7, с. 34].

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок

На підставі вищевикладеного можна зробити висновок про наявність певної інтеграції в розвитку понятійного апарату філософії, соціології, психології та педагогіки, що забезпечило в значній мірі схожі визначення суті самоосвітньої діяльності у працях різних фахівців. У контексті дослідження ми приєднуємося до позиції Г. Коджаспирової, відповідно до якої під

самоосвітньою діяльністю розуміється спеціально організована самодіяльна, систематична пізнавальна діяльність, спрямована на досягнення певних особистісно й суспільно значущих освітніх цілей: задоволення пізнавальних інтересів, загальнокультурних і професійних запитів та підвищення професійної кваліфікації. У подальшому планується дослідити проблему підготовки майбутніх учителів до організації самоосвітньої діяльності старшокласників.

ЛІТЕРАТУРА

1. Жариков В. М. О философии педагогики / В. М. Жариков // Вестник российского философского общества. — 2004. — № 1. — С. 138–141.
2. Збровский Г. Е. Самообразование как социологическая проблема / Г. Е. Збровский, А. Е. Шуклина // Социологические исследования. — 1997. — № 10. — С. 78–87.
3. Матюшкин А. М. Психологические основы готовности личности к самообразованию / А. М. Матюшкин // Проблемы непрерывного образования в современных условиях социального прогресса и НТР (материалы 1-й Всесоюзной конференции). — М., 1981. — С. 39.
4. Назарова О. Л. Педагогические условия преодоления трудностей в самообразовании студентов индустриально-педагогического колледжа: дис. канд. пед. наук : 13.00.01 / О. Л. Назарова. — Челябинск, 1997. — 148 с.
5. Нечаев В. Л. Социология образования / В. Л. Нечаев. — М.: Изд-во МГУ, 1992.
6. Подвойская Н. В. Свободное время как социально философская категория: автореф. дис. канд. филос. наук / Н. В. Подвойская. — М., 1991. — 25 с.
7. Сериков Г. Н. Самообразование: совершенствование подготовки студентов / Г. Н. Сериков. — Иркутск: Издательство Иркутского университета, 1991. — 232 с.
8. Терехова Н. В. Педагогическое руководство самостоятельной работой студентов (На примере педагогического колледжа): дис. канд. пед. Наук: Наталия Владимировна Терехова. — М., 1996. — 168 с.
9. Шахова И. Н. Социальная природа самообразования: социологический анализ / И. Н. Шахова // Образование и наука. — 2001. — № 2 (8). — С. 24–34.
10. Шуклина Е. А. Самообразование как социологическая проблема: дис. канд. филос. наук / Е. А. Шуклина. — Екатеринбург, 1995. — 163 с.
11. Шуклина Е. А. Самообразование как отрасль знания / Е. А. Шуклина // Социс. — 1999. — № 4. — С. 87–94.
12. Якиманская И. С. Развивающее обучение / И. С. Якиманская. — М. : Педагогика, 1979. — 144 с.

УДК 613

РОЛЬ СИСТЕМОУТВОРЮВАЛЬНОГО ЧИННИКА У ПРОЦЕСІ ВАЛЕОЛОГІЗАЦІЇ КУРСУ «БЖД»

Шевчук О. А.

Рівненський державний гуманітарний університет

Рівне, Україна

У статті розглядається значима роль системоутворювального чинника у процесі валеологізації курсу «Безпека життєдіяльності». Теоретично обґрунтовано ефективність використання системоутворювального чинника у процесі валеологізації «Безпеки життєдіяльності», який допомагає студентам формувати, зміцнювати, зберігати, відновлювати, передавати наступним поколінням здоров'я. Виявлено, що процес валеологізації дієвий при вивченні усіх навчальних дисциплін.

Ключові слова: системоутворювальний чинник, процес, валеологізація, «БЖД», здоров'я.

В статье рассматривается значимая роль системообразовательного фактора в процессе валеологизации курса «БЖД». Теоретически обоснованно эффективность использования системообразовательного фактора в процессе валеологизации «БЖД», который помогает студентам формировать, укреплять, сохранять, восстанавливать, передавать последующим поколениям здоровье. Обнаружено, что процесс валеологизации действенный при изучении всех учебных дисциплин.

Ключевые слова: системообразовательный фактор, процесс, валеологизация, «БЖД», здоровье.

In the article the meaningful role of system forming factor is examined in the process of valeologisation of the course «SLA». The efficiency of the use of the system forming factor in the process of valeologisation «SLA» (Safety of life activity) is grounded in theory. It helps the students to form, strengthen, preserve, revitalize, transfer health next generation. The process of valeologisation works in studying all subjects.

Keywords: system forming factor, process, valeologisation, «SLA» (Safety of life activity), health.

Постановка проблеми. Першочерговим завданням усіх навчальних закладів освіти (НЗО) України є забезпечення здорового способу життя (ЗСЖ) всіх членів навчально-виховного процесу (НВП) за допомогою створення такого навколишнього середовища, яке сприяло б зміцненню здоров'я. Ми можемо його створити завдяки валеологізації навчально-виховної роботи (НВР) ЗОШ та ВНЗ, валеологізації всіх навчальних дисциплін. Проте без належного осмислення місця валеологізації в системі НЗО не можна вирішити питання про формування, зміцнення, збереження, відновлення та передачу здоров'я (ФЗЗВП) підростаючого покоління. Тому важливою науково-педагогічною проблемою, яка щороку набуває більшої актуальності, є валеологізація НВР НЗО в процесі вивчення навчальних дисциплін. Її актуальність та недостатня розробленість зумовили вибір теми нашого дослідження.

Формування цілей статті

У даному дослідженні ми хочемо розкрити роль системоутворювального чинника та теоретично обґрунтувати його ефективність використання у процесі валеологізації курсу «БЖД», що допоможе студентам формувати валеологічний світогляд щодо ФЗЗВП власного здоров'я.

Виклад основного матеріалу

Дослідження даної проблеми висвітлюються в роботах Т. Бойченко, М. Гончаренко, І. Поташнюк, І. Смірнова, В. Сухомлинського, Н. Ткачової, В. Шаповалової, В. Шахненка та інших.

Галузь знань про здоров'я почала своє входження у процес ЗНЗ та ВНЗ України з 1993 р. (уведення курсу «Валеологія»). З 1994 р. у навчальні плани всіх НЗЗ уведено новий предмет за вибором «Основи валеології». З 1995 р. Україна стала учасником міжнародного проекту «Європейська мережа шкіл сприяння здоров'ю». З 2000 р. уведено дисципліни «ОБЖ» (у ЗОШ) та «БЖД» (у ВНЗ). З 2004 р. у ЗНЗ викладають «Основи здоров'я» (1–9 кл.).

Таким чином, з'явилося нове розгалуження валеології — педагогічна валеологія [2–5; 11–12; 14–15; 22–23].

Закон України «Про освіту» (1999 р.), що підтверджує право всіх громадян на збереження і зміцнення здоров'я [12], та інші важливі урядові документи (Указ Президента України «Про заходи щодо розвитку духовності, захисту моралі та формування здорового способу життя громадян» (27.04.1999 № 456); «Про Концепцію розвитку охорони здоров'я населення України» (07.12.00 р. № 1313); «Про Національну програму «Репродуктивне здоров'я 2001–2005» (26.03.01 р. № 654) спрямовані на формування ЗСЖ, виховання на традиціях українського народу, запобігання наркоманії, антисоціальним явищам.

Запроваджуються інноваційні моделі входження особистості (підліткового та юнацького віку) в суспільне життя, життєтворчості та особистої самореалізації [21, 12–91, 238–273], сучасні педагогічні технології сприяння ФЗЗВП здоров'я здорової особистості, відбувається процес валеологізації НВР, що має базуватися на різних підходах (інтерактивний, системно-структурний, комплексний, діяльнісний, індивідуально-диферекційний, творчий, модульний, науковий, пізнавально-інформаційний, інноваційний, технологічний, дослідно-пошуковий, валеологічний, системний, інтегративний) [36].

Розробка вченими закономірностей залучення особистості до процесу формування власного здоров'я спричинила до виникнення поняття «*валеологізація освітнього середовища та навчального процесу*», яке уперше сформулював І. Смирнов (до складу цього поняття входить «валеологізація культури здоров'я та формування здоров'язбережувальних умов у навчальному закладі»). Водночас Н. Блінова, Е. Казін, Н. Літвінова валеологізацію освітнього середовища розуміють як упровадження до системи освіти здоров'язберігаючих методик [17].

Н. Ткачова під *валеологізацією* виховного процесу має на увазі «комплекс виховних заходів, спрямованих на збереження та зміцнення здоров'я молоді... комплекс педагогічних впливів на стан соціального, духовного, психічного, фізичного здоров'я учнів, які здійснюються як на урочних заняттях, так і в позаурочній виховній роботі». А забезпечення валеологізації виховного процесу в школі бачить у поєднанні роботи та узгодженні зусиль педагогів, лікарів, психологів, валеологів, батьків та представників громади, які відповідають за здоров'я учнівської молоді [27, 122–123].

На сьогодні в науково-педагогічній та навчально-валеологічній літературі домінує визначення поняття «валеологічне виховання» як процесу формування ціннісно-зорієнтованих настанов на здоров'я та ЗСЖ, як невід'ємних часток життєвих цінностей та загальнокультурного світогляду [1; 6; 9].

Незважаючи на те, що науковці Т. Бойченко, Н. Коцур, С. Свириденко, В. Шаповалова у працях актуалізували необхідність валеологічного виховання дітей підліткового віку, підкреслювали важливість цього віку для формування валеологічних цінностей і культури, визначали форми, засоби і методи валеологічного виховання в різних виховних інституціях, проте майже не окреслювали завдання валеологічного виховання підлітків з огляду на особливості розвитку особистості підлітка [2–4; 17; 24; 29]. Разом із тим валеологічне виховання набуває особливого значення у підлітковому віці, який охоплює період від 11–12 до 14–16 рр. (старший підлітковий вік) [30; 32; 35–36], що є перехідним від зрілості фізіологічної до зрілості соціальної (входження в доросле життя) [33, 26–30]. Тому особливу увагу ми спрямували на студентів-першокурсників ВНЗ, які перебувають у старшому підлітковому віці та потребують корекції, вчасної поради з боку досвідченого фахівця (медика, педагога, тренера, науковця, батьків) для формування врівноваженої стабільності та збалансованості духовного, психічного, фізичного розвитку особистості.

Одним із головних завдань валеологічної освіти є виховання в студентів усвідомленої потреби в здоров'ї та ЗСЖ у процесі навчально-виховної роботи.

Зміст валеологізації навчально-виховного процесу за М. Гончаренко [8] має багато складових, серед яких є: валеологізація уроку (духовна настанова; дихальна гімнастика; фізкультхвилинка задля зняття напруги, проти гіподинамії; психологічна настанова з

розвитку всіх функцій; зняття стресу, напруження, втоми (дихання, молитви тощо); кисневий та водний обміни (гігієнічне нормування); профілактика зору) та валеологізація навчального процесу (при викладанні окремих предметів вивчається вплив на здоров'я різноманітних чинників середовища) [34].

На нашу думку, *валеологізація* — це плідна, цілеспрямована валеологічна робота цілого ВНЗ, що спрямована на гармонійний розвиток здорової особистості через навчальні (коли студент отримує валеологічні знання на різних навчальних дисциплінах) і виховні аспекти (виховні заходи валеологічного спрямування).

Валеологізацію навчально-виховного процесу необхідно здійснювати через удосконалення навчальних програм [10], інноваційні моделі навчального процесу [7; 13], упровадження здоров'язбережувальних заходів [28], виконання єдиних валеологічних вимог до проведення уроку, забезпечення послідовності та єдиного підходу до формування духовного, психічного, фізичного здоров'я, а також реалізуючи особистісно орієнтований та системний підхід [19; 25] до навчання і виховання. Здійснити валеологізацію, наприклад, дисципліни «БЖД», можливо лише із застосуванням до неї системного підходу у процесі формування студентами системи валеологічних знань (як міжпредметних зв'язків «БЖД»). Системний підхід дозволяє розглянути об'єкт дослідження через призму системи, щоб вивчити його в цілому, уміти відібрати з навчальної програми необхідні валеологічні знання для формування валеологічної свідомості.

Система (І. Малафійк) — це форма організації деякої сукупності об'єктів у цілісність [19]. Вона має власні *атрибутивні ознаки*: а) системоутворювальний чинник (ідея, мета, ціль, яку треба досягти); б) функції (призначення певної системи); в) рівень ієрархії (розташування частин або елементів системи в порядку від вищого до нижчого); г) елементи (частини, з яких складається система) і взаємодія між ними (елементи можуть бути системами); д) структура (яка вона зовні і всередині, з чого складається); е) емерджентна (системна) властивість (нова якість, що виникає тоді, коли з'являється система; кінцевий результат системи); є) реляційний вплив (умови, від яких залежить, як має працювати система; дія нової системи, що виникла, на елементи, структуру системи в цілому). Система знань — це сукупність різноманітних знань, що об'єднані в цілісність навколо певної ідеї. Системність знань — це якість знань [18–20; 36–37]. Щоб навчитися розглядати будь-яку навчальну дисципліну як систему, що містить валеологічні знання, необхідно знати, якими вони є.

Наприклад, *системоутворювальний чинник* індивідуальної валеологічної системи студента. Здоров'я має низку складових: соціальну, духовну, психічну, фізичну. Якщо припустити, що одна з них є головна, а всі інші другорядні, то це означатиме, що наша увага до інших складових буде мізерна або ж узагалі відсутня. Так, власне, і має місце в сучасній теорії та практиці валеологічного виховання лише одна складова здоров'я: кожен, хто пише і говорить про це виховання, має на увазі фізичне здоров'я, тобто фізичну складову, і тим самим зводить здоров'я до фізичного здоров'я. Очевидно, у такій ситуації зовсім випадають з огляду всі інші складові здоров'я, а це означає, що мова йде лише про одну сторону здоров'я — фізичне. У цій ситуації є лише один вихід — прийняти положення про рівноцінність для зміцнення здоров'я всіх його складових. Це і є системоутворювальний чинник індивідуальної валеологічної системи знань. Доля уявлення про таку рівноцінність у змісті та структурі системоутворювального чинника визначається тим, що здоров'я асоціюється з фізичним станом, а тому дуже важливо мати приклади, коли інші складові здоров'я чи їх відсутність не дають підстав, щоб говорити про здоров'я як таке. Наприклад, людина з богатырським фізичним здоров'ям, яка поводить себе неадекватно в тій чи іншій ситуації, буде вважатися хворою (хоча б психічно). Не інакше як духовно та психічно хворою людиною можна назвати студента, який під час занять голосно розмовляє сам із собою, незважаючи на одногрупників та викладача в аудиторії [37]. Оскільки системні зв'язки між зазначеними елементами мають вузько направлену дію, тобто властивість валентності, то вони й утворюють ту цілісність, якою є система.

Розглянемо *системоутворювальні чинники* системи «здоров'я» [37]. Це те, що забезпечує цілісність здоров'я, що змушує елементи взаємодіяти, бути чимось цілісним, що об'єднує складові здоров'я в ціле у процесі дії взаємозв'язків та реляційного впливу. Одним із чинників забезпечення такої цілісності є формування у свідомості людини власної моделі здоров'я та постійна порівняльна оцінка зовнішніх впливів на неї (валеологічна культура). Другий — це ідея доповнення одного або кількох видів здоров'я іншими видами, тобто внутрішній чинник цієї системи (коли духовне здоров'я доповнює цілісну картину здоров'я фізичного і психічного); однакова важливість для людини таких складових здоров'я — духовного, психічного, фізичного.

Здоров'я людини як найвища людська цінність визначається гармонією чи дисгармонією та її стосунками з навколишнім середовищем, яке постійно змінюється і визначається природним, суспільним, техногенним видами середовища. Здоров'я тлумачиться як гармонійний стан фізіологічних і психологічних процесів, стан життєдіяльності організму людини, при якому не порушується рівновага психічної, духовної, фізичної складових індивідуального здоров'я, що сприяє покращенню соціального здоров'я за необхідних зовнішніх і внутрішніх чинників. Усі означені якості здоров'я впливають на вибір системоутворювального чинника системи «здоров'я». Ще одним чинником може бути взаємодоповнення елементів здоров'я, рівнозначність та однакова важливість функціонування всіх елементів одночасно у процесі самопізнання, саморозвитку, самоствердження, розумової та фізичної діяльності, що визначається рівнем валеологічної культури, способом життя людини.

Системоутворювальний чинник системи «здоров'я» координується внутрішніми та зовнішніми чинниками життя індивіда, суспільства, зокрема рівень валеологічної культури індивіда впливає на внутрішню рівновагу організму та свідчить про його духовне здоров'я). Таким чинником може бути стан життєдіяльності людини, при якому здійснюється перехід від стану передхвороби до стану здоров'я за певних зовнішніх та внутрішніх умов (рівень культури індивіда та суспільства тощо). Отже, системоутворювальний чинник системи «здоров'я» є внутрішній і зовнішній.

Внутрішній системоутворювальний чинник. У структурі здоров'я однаково важливою буде частка всіх елементів здоров'я (духовного, психічного, фізичного). Якщо людина володіє фізичним здоров'ям, але не володіє психічним, то вона не здатна перебувати в гармонійних стосунках із собою та зовнішнім оточенням. Якщо ж людина духовно здорова, то порушення на рівні фізичного здоров'я не є великою перешкодою у процесі її саморозвитку, життя. Духовне здоров'я превалює над іншими елементами здоров'я, оскільки є рятівним механізмом налагодження рівноваги між ними і визначається загалом рівнем культури людини. Кожен вид здоров'я виконує своєрідну доповнюючу функцію, щокомплектує ту конструкцію, якою є здоров'я як інтегративна цілісність. Це вміння бути здоровим (наприклад, суб'єктивні почуття, пов'язані зі станом психіки та загальною культурою, гармонійність між фізичним і розумовим розвитком, внутрішня емоційна стабільність).

Інтегруючі процеси, які сприяють формуванню у свідомості людини образу «Я–здоровий», на рівні фізіології може виконати лише головний мозок, кора головного мозку, спинний мозок, ЦНС, гуморальна і периферійна нервова системи та ін. Будь-які порушення кори головного мозку не дадуть йому виконати інтегруючу роль. Отже, у свідомості людини буде відсутня установка «Я–здоровий». Це означає, що внутрішнім системоутворювальним чинником системи «здоров'я» є інтегруюча дія кори головного мозку, кожна ділянка якого повноцінно функціонує. Здоров'я — це об'єктивний і суб'єктивний стан організму людини, яким керують ЦНС та інші види нервової системи (виконують регулюючу та інтегруючу роль). Визначальним є мозок, який відповідальний за функцію здійснення інтеграції всіх видів здоров'я (об'єктивний і суб'єктивний стани).

Експериментально доведено, що здоров'я в основному залежить від способу життя людини (50%), спадковості (20%), навколишнього середовища (20%), системи охорони

здоров'я (10%). Зі шкільних років необхідно формувати валеологічний світогляд, розвивати валеологічне мислення в учнів, тоді у процесі свого становлення людина буде себе пізнавати, саморозвиватися, самостверджуватися, як здорова особистість.

Тому *зовнішнім* чинником є об'єктивна й суб'єктивна рівність усіх видів здоров'я, яка приводить до динамічної і статичної рівноваги організму (гомеостазу) та середовища. Чинники зовнішнього, навколишнього середовища постійно діють на індивіда, намагаються розбалансувати сформовані постійні зв'язки між усіма видами здоров'я, що забезпечують єдність цих видів здоров'я, рухливість структур і фізіологічних кореляцій, які є основою здоров'я. У свою чергу, зовнішнім вираженням розбалансованості означених структур є стан передхвороби або хвороби, який людина сама відчуває. Отже, у людині діє такий механізм, який працює над об'єднанням усіх видів здоров'я в єдине ціле. Цей механізм може мати фізіологічну, психологічну, духовну природу. Ми схильні вважати, що в системі «здоров'я» діє зовнішній системоутворювальний чинник, яким є об'єднуюча функція всіх систем та органів, серед яких головною залишається нервова система.

Системоутворювальний чинник соціального здоров'я визначається потребою людини до самоствердження, розвитку суспільства, за якого не порушується рівновага індивідуального здоров'я.

До психологічних складових системи знань про здоров'я відносяться уявлення, поняття, судження, теорії [36]. Оскільки будь-яка система знань є результатом суперпозиції, тобто накладання функціонально-морфологічної структури системи «об'єкт», у нашому випадку — системи «здоров'я» — на компоненти формальної системи знань (уявлення, поняття, судження, теорії), то система валеологічних знань як власне надбання студента (предметна система) матиме такий зміст.

– *Уявлення* про те, що здоров'я — безцінний дар, який потрібно постійно формувати, зміцнювати, відновлювати, зберігати на належному рівні, оскільки його легко втратити, і не завжди вдається швидко відновити.

– *Мета* кожної людини, яка повинна починатися зі слів «Хочу навчитися бути щасливою, здоровою, уникати небезпечних ситуацій, попереджувати безпеку, що чекає на кожному кроці (у побуті, транспорті, виробництві тощо)». *Поняття* правильного вибору життєвих споглядань (починаючи з дитинства) переходить у валеологічний світогляд (у підлітковому та юнацькому віці), який у процесі подальшого життя та діяльності людини допомагає їй бути здоровою особистістю (через самопізнання, саморозвиток, самоствердження). Необхідно допомогти студенту (мотивувати до бажання бути здоровим, щасливим, вести ЗСЖ, не зважати на перепони «сурогатного» щастя п'яної компанії, похмільного нового дня, що не приносить радості, а лише призводить до захворювань).

– *Судження*. Вироблення у свідомості людини власної моделі здоров'я та постійна порівняльна оцінка зовнішніх впливів на неї (наприклад, валеологічна культура чи безкультур'я). Якщо завдяки різним видам діяльності нервової системи та головного мозку, який є керуючим, здійснюється інтеграція всіх видів здоров'я в одне ціле, то такі інтегративні процеси приведуть до формування у свідомості людини розуміння установки «Я здоровий і хочу таким бути якнайдовше». Отже, розумово розвинена особистість завдяки інтегруючій дії головного мозку має об'єднані в цілісне утворення всі види здоров'я, які гармонійно функціонують, якщо людина про це думає, усвідомлює кожен крок свого життя.

– *Теорії*. Духовне здоров'я є домінуючим над психічним, фізичним, соціальним; разом із тим усі складові рівнозначні, несуть однаково важливу функцію у формуванні цілісного утворення — здоров'я. Робота всіх видів здоров'я є однаково важливою, кожен із них виконує своєрідну доповнюючу функцію. Не слід забувати про гармонійність між фізичним, психічним, духовним розвитком. Наприклад, якщо нарощувати м'язи у тренажерному залі, а потім займатися побоем, забираючи в людей матеріальні цінності, то це призведе до втрати духовного і психічного здоров'я через злість, агресію, конфліктні ситуації, стреси, незадоволення життям і самим собою. Зазвичай, така людина з часом втратить і фізичне здоров'я. А якщо постійно читати, дивитися телевізор, уночі програвати за комп'ютером,

мати розумове навантаження, то від малорухливого способу життя почнуться порушення фізичного і психічного здоров'я (такі люди знервовані, постійно поспішають, нічого не встигають зробити, часто роздратовуються) і духовного (не вміють пробачати, ні на кого не зважають, крім себе, не вміють вислухати, не толерантні в діях і вчинках та ін.). Отже, у свідомості першокурсника має формуватися валеологічний світогляд і мислення, де кредо життя є культура здорової особистості.

У процесі вивчення дисципліни «БЖД» студент повинен знати та вміти самостійно визначати конкретний зміст лекційних і практичних занять, що містять елементи валеологічних знань про уявлення, поняття, судження, теорії, що розкривають зміст кожної функціонально-морфологічної характеристики системи [16].

Якщо уважно розглянути теми лекційних та практичних занять робочої програми навчальної дисципліни «БЖД» [31], то знайдемо багато елементів валеологічних знань, що взаємодіють між собою і утворюють систему валеологічних знань як власне надбання студента.

– *Тема «Принципи безпечного існування людини»* (безпечний, тверезий, ЗСЖ; рівень захищеності людини, що залежить від обов'язків її індивідуального захисту; проблеми існування людства; діяльність, навколишнє середовище і здоров'я людини; аксіоми БЖД людини). Студент створює модель динаміки складових власного захисту впродовж життя, моделює способи уникнення різних небезпек [16].

– *Тема «Теоретичні основи БЖД»* (небезпека; надзвичайна ситуація (НС); шляхи управління ризиком; професійна складова). Студент аналізує класифікацію небезпек, здійснює системний аналіз у «БЖД» систем «людина–навколишнє середовище (техногенне, соціальне, природне)»; «людина–побутове середовище»; «людина–виробниче (навчальне) середовище», оцінює ризик небезпек [16].

– *Тема «Психофізіологічна надійність людини»* (психічні та фізіологічні властивості людини, основні аналізатори, психологічні особливості людини, професійна складова). Студент вчиться застосовувати знання про вихід із різних НС відповідно до власного темпераменту та характеру.

Згідно з «БЖД», уміння цілеспрямовано та організовано використовувати кінестетичний аналізатор, що забезпечує відчуття положення і руху тіла, його частин, допомагає покращити можливості рухового апарата, раціонально підбирати професійні пози, рухи для безпечної фізичної та розумової діяльності, сприяє довголіттю людини [26, 132–133, 164].

До заходів профілактики втоми і перенапруження, що пов'язана з ефективними працездатністю та навчанням, відносяться: організація раціонального режиму праці та відпочинку; оптимізація санітарно-гігієнічних умов праці та навчання; удосконалення робочих рухів та робочої пози; обладнання раціонального робочого місця та устаткування з урахуванням антропофізіологічних особливостей організму; правильне, раціональне виробниче навчання; послаблення несприятливої дії монотонності; заходи щодо запобігання гіподинамії та інше [26, 130–131].

Тема «Основи теорії і практики культури здоров'я людини» (здоров'я та патологія; чинники зниження та засоби підвищення життєдіяльності; професійна складова; валеологічна культура). Студент вчиться визначати рівень індивідуального здоров'я та самооцінку власної культури здоров'я, правильно готуватися до іспиту, визначати якість пам'яті, ієрархії цінностей, здійснювати профілактику втоми та перевтоми. Також створює моделі систем безпечного, тверезого та ЗСЖ [16; 31; 33].

Тема «Природні загрози у світі і в Україні» (небезпеки та НС природного і екологічного характеру). *Тема «Техногенні небезпеки та наслідки їхніх проявів. Пожежа, радіаційна та хімічна безпеки»* (класифікація техногенних небезпек). Студент вчиться правил техногенної та природної безпеки і моделює різні ситуації уникнення їхніх небезпек [16; 31].

Тема «Соціально-політичні небезпеки, їхні види та особливості» (глобальні проблеми людства; соціально-політичні конфлікти; тероризм; злочинність; натовп). Студент формує

валеологічний світогляд щодо: особливостей впливу інформаційного чинника на здоров'я та безпеку людини; соціальних чинників, що впливають на життя та здоров'я людини; психотипів за реакцією людей на небезпеку; психологічної та медичної реабілітації постраждалих від соціально-політичних небезпек. Студент моделює поведінкові реакції населення в НС, правила і алгоритм дій щодо способів уникнення та захисту від соціальних небезпек (тютюнокуріння, тероризму, алкоголізму, епідемії, наркоманії) [16].

Тема «Правове забезпечення та організаційно-функціональна структура захисту населення у НС» (Конституція; законодавство України; закони «Про охорону праці», «Про охорону здоров'я», «Про забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення», «Про запобігання захворювання на СНІД та соціальний захист населення», «Про захист населення від інфекційних хвороб», «Про охорону дитинства», «Про використання ядерної енергії та радіаційну безпеку», «Про захист людини від впливу іонізуючого випромінювання» та ін. закони (про дорожній рух, пожежну, екологічну безпеку тощо). Студент моделює правильні дії та способи захисту в разі виникнення НС, аварій і заходи у сфері ЦЗ.

Тема «Способи та методи надання долікарської допомоги залежно від стану потерпілого» (карантин; санітарно-протиепідемічні заходи; спеціальні відомчі та позаштатні формування). Студент моделює дії щодо способів та методів надання долікарської допомоги залежно від стану потерпілого, який потрапив у НС; трансформує, відтворює знання щодо класифікації та ознак травм, причини їх виникнення, транспортування при різних видах травм тощо [16; 31].

Висновки

Отже, у результаті вивчення навчальної дисципліни «БЖД», системоутворювальним чинником її валеологізації є *знання* студента про: реакцію людського організму на зміни навколишнього середовища; небезпеки і шкідливі чинники життєвого середовища і наслідки їх негативних дій; основи організації забезпечення безпечних умов життя людини; надання першої допомоги при ураженні електрострумом; поняття пожежної безпеки; нормативно-технічні, правові та освітньо-виховні основи забезпечення безпеки життєдіяльності; *вміння* та *навички* студента: надавати долікарську допомогу у випадках виникнення НС; удосконалювати свої фізичні та психологічні можливості, щоб вправно протистояти небезпекам; усвідомлювати, що в центрі уваги повинна бути людина, як головна цінність держави; удосконалювати навички щодо оцінки різних видів небезпек, ризиків; професійної реалізації заходів щодо самозахисту і захисту суспільства від небезпек; використовувати на практиці правила безпеки життєдіяльності в побуті, на транспорті та в суспільстві загалом; *усвідомлення* та *розуміння* студентом необхідності ведення здорового, безпечного, тверезого способу життя; вибору найвищих цінностей – життя та здоров'я – і упорядкування їх на перше та друге місця ієрархії цінностей.

Ефективність залучення студентів ВНЗ до процесу формування власного здоров'я, валеологічної свідомості через системоутворювальний чинник систем «індивідуальне здоров'я», «валеологічні знання», «міжсистемні зв'язки «БЖД» — основи валеології» реалізується під час валеологізації навчально-виховної роботи будь-якої навчальної дисципліни, а не лише «БЖД». Ми теоретично обґрунтували ефективність використання системоутворювального чинника у процесі валеологізації «БЖД», який допомагає студентам ФЗЗВП здоров'я.

Якщо студент не буде знати завдань, мети вивчення дисципліни «БЖД», він не зможе зрозуміти її сутність, зміст складових системи «БЖД — знання, уміння, навички безпечного поведіння в навколишньому середовищі», моделювати правила поведінки в різних НС тощо.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бех І. Д. Виховання особистості: у 2 кн. Кн. 1: Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади : навч.-метод. видання / І. Д. Бех. — К. : Либідь, 2003. — 280 с.
2. Бойченко Т. Є. Базовий зміст валеологічної освіти / Т. Є. Бойченко, Н. В. Вадзюк [та ін.] // Валеологія: шкільний курс. — К., 1994. — С. 18–35.

3. Бойченко Т.Є. Валеологія в сучасній системі гуманітарної науки та освіти / Т.Є. Бойченко // Філософські проблеми гуман. наук. – 2004. – №3. — С. 82–93.
4. Бойченко Т.Є. Валеологічна освіта в Україні: особливості і проблеми формування / Т.Є. Бойченко // Валеологія. — 1996. – № 1. — С. 25–27.
5. Валеологічна освіта та виховання: сучасні підходи, доступність і шляхи їх розвитку в Україні: зб. наук.-практ. ст. / АПН України. Наук.-метод. центр презент. виховання; за заг. ред. В. М. Оржеховської. — К.: Магістр, 1999. — 120 с.
6. Гнатюк В. М. Управління системою виховання учнів у позакласній роботі загальноосвітньої школи: автореф. дис. ... канд. пед. наук: (13.00.01) «Загальна педагогіка та історія педагогіки» / В. М. Гнатюк; Центр. ін-т післядиплом. пед. освіти АПН України. — К., 2000. — 16 с.
7. Гончаренко М. С. Валеологічне розвантаження школярів протягом навчального процесу / М. С. Гончаренко, Л. М. Іванова // Валеологія. — 1999. – № 9. — С. 12–13.
8. Гончаренко М. С. Валеологія в схемах: навч. пос. / М. С. Гончаренко. — Х.: Бурун Книга, 2005. — 208 с.
9. Гончаренко М. С. Валеопедагогічні основи духовності: навч. посібник / М. С. Гончаренко. — Х.: ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2008. — 332 с.
10. Даниленко Г. Результати впровадження програми з валеології / Г. Даниленко, С. Пікузо // Біологія і хімія в школі. — 2002. – № 6. — С. 39–42.
11. Державний стандарт середньої освіти України: [Валеологія] // Освіта України. — 1997. — 4 липня.
12. Закон України «Про загальну середню освіту» // Відомості ВР України. — 1999. – № 28. – С. 547–562.
13. Інноваційні моделі навчального процесу в сучасній школі (на матеріалах різних типів навч.-освіт. закладів України): автореф. дис. ... канд. пед. наук: (13.00.01) «Загальна педагогіка та історія педагогіки» / І. О. Матіюк; Київ. ун-т ім. Т. Г. Шевченка. — К., 2000. — 22 с.
14. Концепція інтегративної українознавчої валеологічної освіти в Україні: проект/ за розробкою П. П. Кононенка; ведуча проекту Т. П. Усатенко // Освіта. — 1996. – № 39 (24 липня) — С. 1–3.
15. Концепція неперервного валеологічного виховання та освіти в Україні // Валеологія. — 1999. – № 2. — С. 2–4, 5–8; № 3. — С. 14–15; № 4. — С. 2–3, 13–14.
16. Костюк М. П., Шевчук О. А. Конспекти лекцій з БЖД: навч. пос. для студентів гуман. та природ. спеціальностей ВНЗ / О. А. Шевчук, М. П. Костюк. — Рівне: РДГУ. — 2006. — 70 с.
17. Коцур Н. Здоров'я дітей — здоров'я нації / Н. Коцур // Рідна школа. — 2002. – № 7. — С. 11–14.
18. Малафійк І. В. Метод системно-змістової декомпозиції / І. В. Малафійк // Теорія та методика вивч. природ.-математ. і технічних дисциплін: зб. наук.-метод. праць Рівнен. держ. гуманіт. ун-ту. — Рівне, 2000. — Вип. 2. — С. 116–119.
19. Малафійк І. В. Системний підхід у теорії і практиці навчання / І. В. Малафійк. — Рівне: Вид-во Рівнен. держ. гуманіт. ун-ту, 2004. — 437 с.
20. Малафійк І. В. Системність – якість знань / І. В. Малафійк. — Рівне: Вид-во Рівнен. держ. гуманіт. ун-ту, 2008. — 383 с.
21. Мистецтво життєтворчості особистості: наук.-метод. посібник: у 2 ч. / Ред. рада: В. М. Доній (голова), Г. М. Несен (заст. голови) та ін. — К., 1997. — Ч. 1: Теорія і технологія життєтворчості. — 392 с.
22. Національна доктрина розвитку освіти України // Нормативно-правове забезпечення освіти: у 4 ч. — Х., 2004. — Ч. 1. — С. 5–24.
23. Новикова Н. Інтегративний зміст валеологічної освіти / Н. Новикова // Біологія і хімія в школі. — 2000. – № 6. — С. 32–34.
24. Свириденко С. О. Формування в учнів умінь і навичок ЗСЖ / С. О. Свириденко // Теоретико-метод. проблеми вих. дітей та учнівської молоді: зб. наук. праць. — Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2005. — С. 153–158.
25. Системний підхід // Українська радянська енциклопедія: у 12 т. / під ред. М. П. Бажана. — 2-ге вид. — К., 1983. — С. 178.
26. Скобло Ю. С., Соколовська Т. Б., Мазоренко Д. І., Тіщенко Л. М., Троянов М. М. Безпека життєдіяльності: навч. пос. для ВНЗ III–IV рівнів акредитації / Ю. С. Скобло, Т. Б. Соколовська, Д. І. Мазоренко, Л. М. Тіщенко, М. М. Троянов. — Київ: Кондор, 2003. — 424 с.
27. Ткачова Н. О. Валеологізація виховного процесу у школі / Н. О. Ткачова, Н. О. Семченко // Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. — 2010. – № 923. Серія : Валеологія: сучасність і майбутнє. — Вип. 9. — С. 121–124.
28. Ткачова Н. О. Упровадження здоров'язберігаючих заходів у шкільний навчальний заклад / Н. О. Ткачова // Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. — 2008. – № 818. Серія: Валеологія: сучасність і майбутнє. — Вип. 5: Теорія та методика навчання фізичної культури та основ здоров'я. — С. 196–202.
29. Шаповалова В. А. Методичні рекомендації щодо використання комп'ютерної інформ.-діагност. оздоровчої програми «Школяр» у роботі закладів освіти і охорони здоров'я / В. А. Шаповалова. — К.: ІЗМН, 2000. — 56 с.
30. Шахненко В. І. Підготовка учнівської молоді до ведення ЗСЖ, створення сім'ї і виховання дітей на цих засадах як соціально-педагогічна проблема / В. І. Шахненко // Педагогіка, психологія та медико-біолог. проблеми фізичного виховання і спорту / за ред. С. С. Єрмакова. — Х., 2009. – № 2. — С. 155–158.

31. Шевчук О. А. БЖД. Робоча програма навч. дисципліни для гуманіт. і природн. спеціальностей / О. А. Шевчук. — Рівне: РДГУ, 2012. — 16 с.
32. Шевчук О. А. Валеологія. Розробки уроків для 5–7 класів: метод. посібник для вчителів та учнів / О. А. Шевчук. — Рівне: Ліста, 2001. — 200 с.
33. Шевчук О. А. Основи здоров'я : конспекти уроків: 9 клас / О. Шевчук. — К.: Шк. світ, 2009. — 136 с.
34. Шевчук О. А. Процес формування індивідуальної системи валеологічних знань на рівні функції через валеологізацію математики та алгебри в ЗОШ / О. А. Шевчук // Науковий вісник Чернівецького університету. Серія «Педагогіка і психологія»: зб. наук. праць. — Чернівці, 2011. — Вип. 576. — С. 197–205.
35. Шевчук О. А. Формування валеологічної культури підлітків у системі освіти / О. А. Шевчук // Здоров'я та фізична культура. — 2005. — № 9. — С. 2–3.
36. Шевчук О. А. Формування системи валеологічних знань учнів основної школи у процесі навчання основ здоров'я: автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.02 / Олена Анатоліївна Шевчук; Рівнен. держ. гуманіст. ун-т. — Харків, 2011. — 20 с.
37. Шевчук О. А. Формування системи валеологічних знань учнів основної школи у процесі навчання основ здоров'я: дис. ... канд. пед. наук: (13.00.02) «Теорія та методика навчання» / О. А. Шевчук ; Рівнен. держ. гуманіст. ун-т. — Харків, 2011. — 217 с.

ВАЛЕОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ ЕКСПЕРИМЕНТ

УДК 577.115:591.139

АЛИМЕНТАРНЫЕ ФАКТОРЫ: РОЛЬ В ФОРМИРОВАНИИ ПАМЯТИ И СПОСОБНОСТИ К ОБУЧЕНИЮ

Бабенко Н. А.

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Харків, Україна

Показана важная роль полиненасыщенных жирных кислот (ПНЖК) n-3 ряда в обеспечении нормального постнатального развития мозга и реализации поведенческих реакций, а также прямая корреляция дефицита этих жирных кислот со снижением памяти, способности к обучению, нейросенсорными и поведенческими нарушениями. Жирные кислоты n-3 ряда являются структурными элементами большинства фосфолипидов мембран нервных клеток, однако наиболее обогащенным n-3 ПНЖК липидом является фосфатидилсерин. Важным источником ПНЖК является рыбий жир, содержащий эйкозапентаеновую и докозагексаеновую кислоты. Установлено улучшение под влиянием рыбьего жира способности к обучению и памяти. Адекватное возрасту поступление в организм человека и животных n-3 ПНЖК является залогом нормального развития и функционирования мозга, а обогащение пищевого рациона рыбьим жиром в старости и в процессе нарушения когнитивных функций может предотвращать развитие патологии нервной системы.

Ключевые слова: рыбий жир, мозг, формирование памяти, способность к обучению.

Показана важлива роль поліненасичених жирних кислот (ПНЖК) n-3 ряду в забезпеченні нормального постнатального розвитку мозку та реалізації поведінкових реакцій, а також пряма кореляція дефіциту цих жирних кислот із погіршенням пам'яті, здатності до навчання, нейросенсорними та поведінковими порушеннями. Жирні кислоти n-3 ряду — це структурні елементи більшості фосфоліпідів мембран нервових клітин, однак найбільш збагаченим n-3 ПНЖК ліпідом є фосфатидилсерин. Важливим джерелом ПНЖК є риб'ячий жир, що містить ейкозапентаєнову та докогексаєнову кислоти. Установлено, що під впливом риб'ячого жиру спостерігається поліпшення пам'яті та здатності до навчання. Адекватне до віку надходження до організму людини та тварин n-3 ПНЖК є запорукою нормального розвитку та функціонування мозку, а збагачення харчового раціону риб'ячим жиром у старості й у процесі погіршення когнітивних функцій може запобігти розвитку патології нервової системи.

Ключові слова: риб'ячий жир, мозок, формування пам'яті, здатність до навчання.

Dietary n-3 polyunsaturated fatty acids (PUFAs) are necessary for normal development of the brain, maintenance of the processes of neuroplasticity, and adequate realization of the processes of learning and memory. N-3 PUFAs (docosahexaenoic and eicosapentaenoic acids) are components of phospholipids of nervous cells. Brain phosphatidylserine is enriched with n-3 PUFAs. The fish oil is the main source of n-3 PUFAs. Upon the action of docosahexaenoic acid, the fluidity of synaptic membranes increases, which facilitates the process of neurotransmission. This fatty acid also influences the expression of genes and processes of signal transduction in neurons. It is believed that n-3 PUFAs are responsible for neuroprotective action under conditions of traumatic and ischemic damage to the brain and alcohol intoxication. These neuroprotective effects are followed by cognitive functions improvement. These findings suggest an important role of n-3 PUFAs in the beneficial action of dietetic fish oil on the brain.

Key words: fish oil, brain; memory, learning

Постановка проблеми

Алиментарные факторы являются важными модуляторами обмена липидов и функциональной активности различных тканей, органов и систем организма. Среди многочисленных компонентов пищевого рациона особое значение имеют жиры. Недостаточное поступление в организм n-3 полиненасыщенных жирных кислот (ПНЖК) в процессе пренатального и постнатального развития приводит к снижению в фосфолипидах нервной ткани уровня докозагексаеновой кислоты (22:6n-3) [1] и нарушению зрения, когнитивных функций и поведенческих реакций [2–4]. Содержание 22:6n-3 снижается в различных отделах головного мозга в процессе нормального старения организма и в процессе развития нейродегенеративных заболеваний, возникающих в старости. Введение этим больным 22:6n-3 позволяет преодолеть часть симптомов [5], предотвратить развитие патологии дендритов [6] и снизить повреждение нейронов при ишемии мозга [7,8].

Анализ последних исследований

Важным источником n-3 ПНЖК в организме является рыбий жир. Известно, что n-3 ПНЖК рыбьего жира оказывают модулирующее действие на сигналинг эйкозаноидов через воздействие на их синтез, метаболизм и биологическую активность [9–13]. Установлено, что липидные рафты мембран являются важной мишенью действия алиментарных n-3 ПНЖК [14, 15]. Среди многочисленных функций жирных кислот особое внимание привлекает их способность регулировать экспрессию генов [16–18].

N-3 ПНЖК индуцируют синтез молекулярных разновидностей фосфатидилсерина (ФС) и других фосфолипидов, обогащенных эйкозапентаеновой кислотой (20:5n-3) и 22:6n-3, что лежит в основе их воздействия на физиологические функции различных тканей и клеток. n-3 ПНЖК пищевого рациона воздействуют на многочисленные физиологические процессы: когнитивные функции, зрение, иммуносупрессию и воспаление [19]. 20:5n-3 и 22:6n-3 играют антитромботическую и антиаритмическую роль [20], влияют на перекисное окисление липидов [21–23], а также регулируют обмен глюкозы и липидов в организме [24]. Следует отметить, что ряд эффектов n-3 ПНЖК является строго специфичным. К специфичным эффектам следует отнести значение 22:6n-3 для нормального развития и функционирования центральной нервной системы, роль n-3 ПНЖК в ингибировании синтеза и сигналинга эйкозаноидов, и активации NFκB. В то же время действие n-3 ПНЖК на рафты и экспрессию генов происходит в результате повышения в клетках ПНЖК.

Среди липидов биологических мембран наиболее обогащенными n-3 ПНЖК являются ФС. ФС — важный липид нервной ткани, выполняющий целый ряд специфических функций, и это, в первую очередь, связано со значительным количеством входящей в его состав жирной кислоты — 22:6n-3. ФС, благодаря особенностям своей структуры, участвует в таких важных процессах, как нейротрансмиссия [25, 26] и апоптоз [27, 28]. Участие ФС в процессах сигнальной трансдукции во многом связано с его ролью кофактора таких ключевых сигнальных белков, как протеинкиназа C [29,30], нейтральная сфингомиелиназа [31], протеинкиназа cRaf1, Na⁺/K⁺ АТФ-аза [32] и динамин-1 [33].

Недостаточное поступление в организм человека и животных n-3 ПНЖК приводит к нарушению процессов памяти и когнитивных функций организма [34–38]. Среди симптомов недостаточности n-3 ПНЖК — постоянная жажда, частое мочеиспускание, сухость кожи и волос, и фолликулярный кератоз. Полагают, что недостаточность n-3 ПНЖК в рационе является фактором риска развития коронарной болезни сердца [39]. Установлено, что для предотвращения возникновения симптомов недостаточности n-3 ПНЖК последние должны составлять не менее 8% от общего количества жирных кислот пищевого рациона.

В настоящее время установлено, что 22:6n-3 абсолютно необходима для развития сенсорных, когнитивных и моторных нейрональных систем в процессе эмбрионального и раннего постнатального онтогенеза [40, 41]. Установлено, что недостаточное поступление в организм человека среднего возраста n-3 ПНЖК может усиливать нарушения когнитивных функций в старости. Установлено, что содержание 22:6n-3 в сером веществе мозга пациентов

с заболеванием Альцгеймера гораздо ниже, чем у нормальных людей этого же возраста. Моделирование заболевания Альцгеймера на мышах позволило установить, что их содержание на пищевом рационе, обедненном n-3 ПНЖК, приводит к потере 80–90% субъединиц p85 α фосфатидилинозитол-3-киназы и постсинаптического белка бредина [42]. Введение в рацион 22:6n-3 полностью предотвращает эти изменения в содержании постсинаптических белков и развитие поведенческих нарушений. Поскольку n-3 ПНЖК являются необходимыми для p85-опосредованного сигналинга инсулина в центральной нервной системе и избирательной защите постсинаптических белков, блокирование этих процессов может играть важную роль в развитии нейродегенеративных процессов, при которых потеря синапсов является критической, особенно в случае болезни Альцгеймера [42].

Многочисленные эксперименты на грызунах и приматах, с экспериментальным нарушением процессов памяти и способности к обучению, показали, что включение в рацион 22:6n-3 улучшает когнитивные функции. В то же время потребление с пищей 20:5n-3 позволяет подавить провоспалительные процессы, играющие важную роль в процессах нейродегенерации. Клинические и эпидемиологические данные свидетельствуют о том, что появлению симптомов болезни Альцгеймера предшествует состояние хронического воспаления [43].

Диета, обогащенная рыбьим жиром, оказывает значительное влияние на содержание и синтез фосфолипидов в гиппокампе старых 24-месячных крыс, способствуя нормализации возрастных изменений метаболизма одного из основных фосфолипидов мозга — ФС, во многом определяющего структурно-функциональную организацию клеточных мембран и реализацию нейрональных функций [44]. Повышение содержания ФС в гиппокампе старых крыс под влиянием диеты с n-3 полиненасыщенными жирными кислотами рыбьего жира сопровождается значительным улучшением условно-рефлекторной деятельности животных в челночной камере. Скармливание старым животным экзогенного ФС, также как и рыбьего жира, нормализует содержание и обмен ФС в гиппокампе и неокортексе, улучшает память и способность животных к обучению [45, 46]. Введение рыбьего жира или ФС животным сопровождалось снижением количества сочетаний раздражителей до появления первого условного рефлекса активного избегания, повышением на 2-й и 3-й день эксперимента количества активных избеганий электроболевого раздражителя и снижением длительности латентного периода избегания на третий день тестирования по сравнению с контролем. Учитывая тот факт, что важной физиологической функцией ФС (липида, наиболее обогащенного ПНЖК в нервной ткани) является участие в процессах синаптической передачи в мозгу, и то, что содержание этого липида в гиппокампе крыс снижается в старости [46], можно полагать, что повышение уровня ФС в гиппокампе старых животных под действием рыбьего жира может являться одной из причин улучшения условнорефлекторной деятельности животных.

Выводы

Таким образом, n-3 ПНЖК пищи животных и человека являются уникальным классом липидов, которые вызывают глубокие изменения в содержании и структуре фосфолипидов мембран, в синтезе и действии эйкозаноидов, и регулируют активность и содержание факторов транскрипции. n-3 ПНЖК индуцируют синтез молекулярных разновидностей ФС и других фосфолипидов, обогащенных 20:5n-3 и 22:6n-3, что лежит в основе их воздействия на физиологические функции различных тканей и клеток. n-3 ПНЖК воздействуют на многочисленные физиологические процессы: когнитивные функции, зрение, иммуносупрессию и воспаление. 20:5n-3 и 22:6n-3 играют антитромботическую и антиаритмическую роль, а также регулируют обмен глюкозы и липидов в организме. Следует отметить, что ряд эффектов n-3 ПНЖК являются строго специфичными. К специфичным эффектам следует отнести значение 22:6n-3 для нормального развития и функционирования центральной нервной системы, роль n-3 ПНЖК в ингибировании синтеза и сигналинга эйкозаноидов, и активации NF κ B. Можно полагать, что обогащение пищевого

рациона n-3 ПНЖК рыбьего жира, модулируя метаболизм ФС, процесс высвобождения и экзоцитоза нейромедиаторов, и синаптической передачи, способствуют улучшению когнитивных функций организма.

ЛІТЕРАТУРА

1. Schiefermeier M. n-3 deficient and docosahexaenoic acid-enriched diets during critical periods of the developing prenatal rat brain / M. Schiefermeier, E. Yavin // *Journal of lipid research*. – 2002. – Vol. 43. – P. 124–131.
2. Wheeler T. G. Visual membranes: specificity of fatty acid precursors for the electrical response to illumination / T. G. Wheeler, R. M. Benolken, R. E. Anderson // *Science*. – 1975. – Vol. 188. – P. 1312–1314.
3. Reduced G protein-coupled signaling efficiency in retinal rod outer segments in response to n-3 fatty acid deficiency / S. L. Niu, D. C. Mitchell, S. Y. Lim [et al.] // *The journal of biological chemistry*. – 2004. – Vol. 279. – P. 31098–31104.
4. Moriguchi T. Behavioral deficits associated with dietary induction of decreased brain docosahexaenoic acid concentration / T. Moriguchi, R. S. Greiner, N. Jr. Salem // *Journal of neurochemistry*. – 2000. – Vol. 75. – P. 2563–2573.
5. Therapeutic effects of docosahexaenoic acid ethyl ester in patients with generalized peroxisomal disorders / M. Martinez, E. Vazquez, M. T. Garcia-Silva [et al.] // *American journal of clinical nutrition*. – 2000. – Vol. 71. – P. 376–385.
6. Docosahexaenoic acid protects from dendritic pathology in an Alzheimer's disease mouse model / F. Calon, G. P. Lim, F. Yang [et al.] // *Neuron*. – 2004. – Vol. 43. – P. 633–645.
7. Temporal changes in cerebral antioxidant enzyme activities after ischemia and reperfusion in a rat focal brain ischemia model: effect of dietary fish oil / S. Choi-Kwon, K. A. Park, H. J. Lee [et al.] // *Brain research. Developmental brain research*. – 2004. – Vol. 152. – P. 11–18.
8. The chronic administration of docosahexaenoic acid reduces the spatial cognitive deficit following transient forebrain ischemia in rats / M. Okada, T. Amamoto, M. Tomonaga [et al.] // *Neuroscience*. – 1996. – Vol. 71. – P. 17–25.
9. Sellmayer A. Lipids in vascular function / A. Sellmayer, N. Hrboticky, P. C. Weber // *Lipids*. – 1999. – Vol. 34. – P. 13–18.
10. Hwang D. Fatty acids and immune responses – a new perspective in searching for clues to mechanism / D. Hwang // *Annual review of nutrition*. – 2000. – Vol. 20. – P. 431–456.
11. Fatty acid substrate specificities of human prostaglandin-endoperoxide H synthase-1 and -2. Formation of 12-hydroxy-(9Z, 13E/Z, 15Z)-octadecatrienoic acids from alpha-linolenic acid / O. Laneuville, D. K. Breuer, N. Xu [et al.] // *The journal of biological chemistry*. – 1995. – Vol. 270. – P. 19330–19336.
12. Dietary n-3 fatty acids accelerate catabolism of leukotriene B4 in human granulocytes / C. Von Schacky, R. Kiefl, A. J. Marcus [et al.] // *Biochimica et biophysica acta*. – 1993. – Vol. 1166. – P. 20–24.
13. Когтева Г. С. Ненасыщенные жирные кислоты как эндогенные биорегуляторы / Г. С. Когтева, В. В. Безуглов // *Биохимия*. – 1998. – Т. 63, № 1. – С. 6–15.
14. Jump D. B. The biochemistry of n-3 polyunsaturated fatty acids / D. B. Jump // *The journal of biological chemistry*. – 2002. – Vol. 277, №11. – P. 8755–8758.
15. Docosahexaenoic acid affects cell signaling by altering lipid rafts / W. Stillwell, S. R. Shaikh, M. Zerouga [et al.] // *Reproduction, nutrition, development*. – 2005. – Vol. 45, № 5. – P. 559–579.
16. Fernandes G. The effects of dietary lipids on gene expression and apoptosis / G. Fernandes, D. Troyer, C. Jolly // *The proceedings of the nutrition society*. – 1998. – Vol. 57. – P. 543–550.
17. Jump D. B. Regulation of gene expression by dietary fat / D. B. Jump, S. D. Clarke // *Annual review of nutrition*. – 1999. – Vol. 19. – P. 63–90.
18. Duplus E. Fatty acid regulation of gene transcription / E. Duplus, M. Glorian, C. Forest // *The journal of biological chemistry*. – 2000. – Vol. 275. – P. 30749–30752.
19. Гаврисюк В. К. Применение Омега-3 полиненасыщенных жирных кислот в медицине / В. К. Гаврисюк // *Український пульмонологічний журнал*. – 2001. – № 3. – С. 5–10.
20. Simopoulos A. P. Omega-3 fatty acids in inflammation and autoimmune diseases / A. P. Simopoulos // *Journal of the American College of nutrition*. – 2002. – Vol. 21, № 6. – P. 495–505.
21. Kim Y. J. Antioxidative and anti-inflammatory actions of docosahexaenoic acid and eicosapentaenoic acid in renal epithelial cells and macrophages / Y. J. Kim, H. Y. Chung // *Journal of medical food*. – 2007. – Vol. 10, №2. – P. 225–231.
22. Вплив ω -3 поліненасичених жирних кислот на перекисне окиснення ліпідів / Т. В. Кукоба, А. М. Шиш, О. О. Мойбенко [та ін.] // *Фізіологічний журнал*. – 2005 – Т. 51, № 1. – С. 26–32.
23. Даценко З. М. Антиоксидантна дія фосфоліпідного комплексу, вилученого з морських організмів / З. М. Даценко, О. В. Шахман, В. М. Шумейко // *Український біохімічний журнал*. – 1994. – Т. 66, № 4. – С. 87–95.
24. N-3 fatty acids modulate brain glucose transport in endothelial cells of the blood-brain barrier / F. Pifferi, M. Jouin, J. M. Alessandri [et al.] // *The prostaglandins leukotriens and essential fatty acids*. – 2007. – Vol. 77, № 5-6. – P. 279–286.

25. Vannucchi M. G. Decrease of acetylcholine release from cortical slices in aged rats: investigations into its reversal by phosphatidylserine / M. G. Vannucchi, F. Casamenti, G. Pepeu // Journal of neurochemistry. – 1990. – Vol. 55. – P. 819–825.
26. Pepeu G. Effects of phosphatidylserine on cortical acetylcholine release and calcium uptake in adult and ageing rats / G. Pepeu, L. Giovanelli, M. G. Giovannini, F. Pedata // Phospholipid research and the nervous system. Biochemical and molecular pharmacology: [Horrocks L.A., Freysz L., Toffano G., eds]. – Padova: Liviana Press, 1986. – P. 265–71.
27. Inhibition of neuronal apoptosis by docosahexaenoic acid (22:6 n-3). Role of phosphatidylserine in antiapoptotic effect / H. Y. Kim, M. Akbar, A. Lau [et al.] // The journal of biological chemistry. – 2000. – Vol. 275. – P. 35215–35223.
28. Docosahexaenoic acid: a positive modulator of Akt signaling in neuronal survival / M. Akbar, F. Calderon, Z. Wen [et al.] // PNAS. – 2005. – Vol. 102, № 31. – P. 10858–10863.
29. Nishizuka Y. Intracellular signaling by hydrolysis of phospholipids and activation of protein kinase C / Y. Nishizuka // Science. – 1992. – Vol. 258. – P. 607–614.
30. Bittova L. Roles of ionic residues of the C1 domain in protein kinase C- α activation and the origin of phosphatidylserine specificity / L. Bittova, R. V. Stahelin, W. Cho // The Journal of biological chemistry. – 2001. – Vol. 276. – P. 4218–4226.
31. Tomiuk S. Characterization and subcellular localization of murine and human magnesium-dependent neutral sphingomyelinase / S. Tomiuk, M. Zumbansen, W. Stoffel // The Journal of biological chemistry. – 2000. – Vol. 275. – P. 5710–5717.
32. Nagai Y. An alternative splicing form of phosphatidylserine-specific phospholipase A1 that exhibits lysophosphatidylserine-specific lysophospholipase activity in humans / Y. Nagai, J. Aoki, T. Sato [et al.] // The journal of biological chemistry. – 1999. – Vol. 274. – P. 11053–11059.
33. Phosphorylation of dynamin I on Ser-795 by protein kinase C blocks its association with phospholipids / K. A. Powell, V. A. Valova, C. S. Malladi [et al.] // The journal of biological chemistry. – 2000. – Vol. 275. – P. 11610–11617.
34. Alterations in brain function after loss of docosahexaenoate due to dietary restriction of n-3 fatty acids / N. Jr. Salem, T. Moriguchi, R. S. Greiner [et al.] // Journal of molecular neuroscience. – 2001. – Vol. 16. – P. 299–307.
35. Moriguchi T. Behavioral deficits associated with dietary induction of decreased brain docosahexaenoic acid concentration / T. Moriguchi, R. S. Greiner, N. Jr. Salem // Journal of neurochemistry. – 2000. – Vol. 75. – P. 2563–2573.
36. Mechanisms of action of docosahexaenoic acid in the nervous system / N. Jr. Salem, B. Litman, H-Y. Kim [et al.] // Lipids. – 2001. – Vol. 36. – P. 945–959.
37. Chronic nutritional deprivation of n-3 α -linolenic acid does not affect n-6 arachidonic acid recycling within brain phospholipids of awake rats / M. A. Contreras, R. S. Greiner, M. C. Chang [et al.] // Journal of neurochemistry. – 2000. – Vol. 75. – P. 2392–2400.
38. Physiological compartmental analysis of α -linolenic acid metabolism in adult humans / R. J. Pawlosky, J. R. Hibbeln, J. A. Novotny [et al.] // Journal of lipid research. – 2001. – Vol. 42. – P. 1257–1265.
39. Harris W. S. Omega-3 fatty acids and cardiovascular disease: a case for omega-3 index as a new risk factor / W. S. Harris // Pharmacological research. – 2007. – Vol. 55. – P. 217–223.
40. Kidd P. M. Omega-3 DHA and EPA for cognition, behavior, and mood: clinical findings and structural-functional synergies with cell membrane phospholipids / P. M. Kidd // Alternative medicine review. – 2007. – Vol. 12, № 3. – P. 207–227.
41. Innis S. M. Dietary (n-3) fatty acids and brain development / S. M. Innis // The Journal of nutrition. – 2007. – Vol. 137, № 4. – P. 855–859.
42. Docosahexaenoic acid protects from dendritic pathology in an Alzheimer's disease mouse model / F. Calon, G. P. Lim, F. Yang [et al.] // Neuron. – 2004. – Vol. 43. – P. 633–645.
43. McGeer P. L. The inflammatory response system of brain: implications for therapy of Alzheimer and other neurodegenerative diseases / P. L. McGeer, E. G. McGeer // Brain research. Brain research reviews. – 1995. – Vol. 21, № 2. – P. 195–218.
44. Бабенко Н. А. Влияние диеты, обогащенной полиненасыщенными жирными кислотами рыбьего жира, на обмен фосфолипидов и когнитивные функции старых крыс / Н. А. Бабенко, Я. А. Семенова // Российский физиологический журнал им. И. М. Сеченова. – 2008. – Т. 94, № 12. – С. 1400–1406.
45. Babenko N. A. Effects of exogenous phosphatidylserine on cognitive functions and phospholipid metabolism in the hippocampus of aged rats / N. A. Babenko, Ya. A. Semenova // Neuroscience and behavioral physiology. — 2011. – Vol. 41, № 1. – P. 97–101.
46. Babenko N. A. Effects of long-term fish oil-enriched diet on the sphingolipid metabolism in brain of old rats / N. A. Babenko, Ya. A. Semenova // Experimental Gerontology. – 2010. – Vol. 45. – P. 375–380.

УДК 613.955:371.7

ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗДОРОВ'Я У ШКОЛЯРІВ

Бандуров І. М.

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Харків, Україна

З метою виявлення вікових особливостей формування мотивації до здоров'я у дітей за допомогою тесту Соломіна було проведено обстеження учнів молодшого шкільного віку та повторне їх дослідження через три з половиною роки. Використаний при обробці отриманих даних метод багатомірного шкалювання дозволив орієнтовно виділити два прихованих фактори, що першочергово впливають на формування особистісної мотивації до здоров'я. Перший пов'язаний з негативними емоційними станами дітей. Другий прихований фактор — це позитивні емоційні стани, які мають місце в житті школярів.

Ключові слова: мотивація, ціннісні орієнтації, здоров'я учнів.

С целью выявления возрастных особенностей формирования мотивации к здоровью у детей, с помощью теста Соломина было проведено обследование учащихся младшего школьного возраста и повторное их исследование через три с половиной года. Исползованный при обработке полученных данных метод многомерного шкалирования позволил ориентировочно выделить два скрытых фактора, первоочередно влияющих на формирование личностной мотивации к здоровью. Первый связан с негативными эмоциональными состояниями детей. Второй скрытый фактор — это положительные эмоциональные состояния, которые имеют место в жизни школьников.

Ключевые слова: мотивация, ценностные ориентации, здоровье.

With the purpose of exposure of the age-related features of forming of motivation to the health for children the inspection of students midchildhood was conducted and the repeated research in three with a half years.

The method of multidimensional scale allowed approximately to distinguish two hidden factor. First — related to the negative emotional states of children. The second hidden factor of motivation to the health is the positive emotional states that take place in life of schoolchildren.

Key words: motivation, valued orientations, health.

Актуальність проблеми

Розвиток і вдосконалення культури сім'ї та школи є одним із важливих напрямів зміцнення здоров'я і формування культури здоров'я дітей у різні періоди їх розвитку. У цей час формується розуміння значення фізичної активності, раціонального харчування, здорового способу життя та цінності здоров'я свого та оточуючих як найвищого пріоритету.

Протягом багатоміліонної історії людства за всіх суспільно-економічних формацій проблеми здоров'я посідали важливе місце в соціальному, економічному та культурному житті суспільства і були тісно пов'язані з розвитком суспільного виробництва й формуванням суспільного буття [1].

Сучасними психологами і педагогами вивчаються умови, найбільш сприятливі для цілісного розвитку дитини як особистості, формування її здоров'я, значна увага приділяється питанням дотримання підростаючим поколінням здорового способу життя. Водночас залишається недостатньо розробленою і вивченою проблема формування мотивації у школярів ціннісного ставлення до власного здоров'я. Адже зовсім не випадково ВООЗ вважає здоров'я одним із найголовніших прав людини та визначає його як стан повного фізичного, психічного та соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороби чи фізичних дефектів [1]. Очевидним є той факт, що лише в такому випадку можна говорити про гармонійний розвиток індивіда.

Формування потенціалу здоров'я високого рівня в дітей відбувається за активної участі, у першу чергу, батьків і школи [4]. Тому дослідження вікових особливостей мотивації дітей до здоров'я на сьогодні є досить актуальним питанням для формування у підростаючого покоління потенціалу здоров'я високого рівня.

Мета роботи: моніторинг вікових особливостей формування мотивації до здоров'я у дітей.

Завдання дослідження:

- визначення рейтингу здоров'я в мотиваційній сфері обстежених дітей;
- встановлення основних чинників, які впливають на мотивацію до здоров'я;
- виявлення емоційного ставлення до здоров'я у школярів;
- визначення основних категорій, які відіграють основну роль у формуванні мотивації до здоров'я в різний віковий період;

Об'єкт дослідження — учні середнього шкільного віку.

Предмет дослідження — вікова динаміка рівня мотивації до здоров'я у школярів.

Новизна роботи — уперше проведено динамічне спостереження формування мотивації до здоров'я у школярів протягом трьох із половиною років.

Практична цінність роботи полягає в тому, що отримані результати можна використовувати для розробки освітніх програм цілеспрямованого формування потенціалу здоров'я високого рівня підростаючого покоління, гармонізації взаємовідносин дітей у родині та в освітньому середовищі, а також для подальшого застосування в системі валеологізації шкільної освіти в цілому.

Організація дослідження

Дослідження було проведено в групі школярів ЗОШ І–ІІІ ступенів № 3 м. Люботина, яка має статус «Школи культури здоров'я». Обстеження проводилось у 2008 (40 учнів) та в 2011 роках (54 особи). Методом сліпої вибірки було обрано 20 учнів, які брали участь в обох обстеженнях. Вік дітей при першому обстеженні — 9–11 років, при другому — 13–15 років.

Використана в дослідженні методика виявлення мотивацій людини заснована на припущенні, що позначення різних понять одним кольором є непрямым показником схожості емоційного ставлення до даних понять [2]. Даний тест заснований на двох простих принципах. По-перше, якщо дитина позначає будь-яке поняття привабливим кольором, то це може свідчити про привабливість цього поняття, позитивне ставлення до нього. Навпаки, до понять, позначених неприємними кольорами вона і ставиться, скоріш за все, негативно. По-друге, у тому випадку, якщо два або декілька понять позначено одним кольором, то, певно, ставлення до них приблизно однакове [5]. Отже, у цих поняттях для неї є щось спільне. І якщо поняття різних категорій потрапляють до однієї групи, тобто позначаються одним кольором, то це не випадково. У процесі обробки тесту були проранговані задані поняття в порядку переваги кольорів.

У результаті отримано набори понять, позначених найприємнішими кольорами, які мають найбільше значення в житті дітей. Далі можна отримати групи, пов'язані з поняттями «моє захоплення» і «цікаве заняття». Потім ті, які пов'язані з поняттям «моє сьогодні», «моє майбутнє» і «моє минуле», з'ясувати, з чим асоціюються поняття «яким я є насправді» і «яким я хочу бути».

Усі отримані показники досліджень були занесені до комп'ютерного банку даних. Їх обробка проводилася на комп'ютері типу IBM Pentium IV з використання табличного процесу Microsoft Excel. Редагування матеріалу забезпечувалося текстовим редактором Microsoft Word. Для статистичного аналізу використовувався пакет статистичного аналізу SPSS Statistics.

Результати дослідження

При першому обстеженні (2008 рік) рейтинг здоров'я в ієрархії цінностей школярів посідав середнє місце (3–4). Це свідчить про його низьку значущість у системі вітальних цінностей. З віком у школярів відзначається тенденція націлення мотивації на здоров'я в ієрархії ціннісно-смісловій сфери та надання їй вищої значимості (2–3 місця).

Основними позитивними чинниками формування мотивації до здоров'я є компоненти категорій цінностей, які належать до блоків «уявлення про себе — я насправді, яким я хочу бути, моє сьогодні, моє майбутнє», «цілеспрямованості — успіх, лідерство, свобода, праця, знання, дисципліна» та «захоплення — гра, творчість, хобі, природа, релігія».

Аналіз рангування компонентів ціннісно-смісловій сфери показав динаміку ставлення опитаних до здоров'я протягом трьох з половиною років. У 2008-му році здоров'я в ієрархії

цінностей школярів посідало місце між 3 та 4 рангом. Це свідчило про низьку значимість цієї категорії в системі вітальних цінностей, що, можливо, пояснюється дуже спрощеним трактуванням цього поняття молодшими школярами.

При повторному обстеженні у 2011-му році спостерігається підвищення рангу мотивації до здоров'я на 2 місце. Це свідчить про те, що з віком у школярів відзначається тенденція влаштування мотивації до здоров'я в ієрархію цінностей та надання їй вищої значимості.

Порівнюючи дані двох обстежень, ми зробили висновок, що у 2008-му році лише для 10 відсотків учнів категорія «здоров'я» виступала як повністю задоволена базова потреба. Ще в 10 відсотків воно домінувало над іншими цінностями, і 25 відсотків дітей були повністю задоволені рівнем свого здоров'я на момент обстеження. При повторному дослідженні через 3,5 роки задоволеними своїм здоров'ям виявилось 40 відсотків опитаних. Здоров'я в якості домінуючої цінності виступило у 25 відсотків школярів. А повністю задоволеною базовою потребою здоров'я виявилось у 20 відсотків учнів, що вдвічі більше за показник попереднього обстеження.

Висновки

1. Аналіз рангування компонентів ціннісно-сислової сфери показав динаміку ставлення опитаних до здоров'я протягом трьох з половиною років. У 2008-му році здоров'я в ієрархії цінностей школярів посідало місце між 3 та 4 рангом. Це свідчило про низьку значимість цієї категорії в системі вітальних цінностей, що, можливо, пояснюється дуже спрощеним трактуванням цього поняття молодшими школярами. При повторному обстеженні у 2011-му році спостерігалось підвищення рангу мотивації до здоров'я на 2 місце. Це свідчить про те, що з віком у школярів відзначається тенденція влаштування мотивації до здоров'я в ієрархію цінностей та надання їй вищої значимості.

2. Проведений частотний розподіл понять, з якими діти асоціюють категорію «здоров'я» у молодшому шкільному віці (2008-й рік), виявив, що максимальне число повторення асоціації складало 6 — поняття «реклама і телебачення», що може бути свідченням значного впливу інформаційних чинників на формування мотивації до здоров'я. У підлітковому віці ведуча роль відводиться природі, захищеності, матері.

3. У 2008 році для 10 відсотків учнів категорія «здоров'я» виступила як повністю задоволена базова потреба. Ще в 10 відсотків воно домінувало над іншими цінностями і 25 відсотків дітей були повністю задоволені рівнем свого здоров'я на момент обстеження. При повторному дослідженні через 3,5 року задоволеними своїм здоров'ям виявилось 40% опитаних. Здоров'я в якості домінуючої цінності виступило у 25% школярів. А повністю задоволеною базовою потребою здоров'я виявилось у 20% учнів, що вдвічі більше за показник попереднього обстеження.

4. Для формування мотивації до здоров'я вирішальне значення мали позитивне уявлення про себе та матеріальні блага. Водночас незадоволення шкільними відносинами та негативні емоції знижували рівень мотивації до формування здоров'я в дітей. Таким чином, ми можемо допустити, що перший прихований фактор пов'язаний з негативними психологічними станами в дітей. Другим прихованим фактором скоріше за все є позитивні емоційні стани школярів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Агаджанян Н. А. Учение о здоровье и проблемы адаптации / Н. А. Агаджанян, Р. М. Баевский, А. П. Барсенева. — Севастополь: Изд-во СГУ, 2000. — 204 с.
2. Бажин Е. Ф. Цветовой тест отношений (ЦТО). Методические рекомендации / Е. Ф. Бажин, А. Ф. Эткинд. — Л., 1985. 18 с.
3. Дронов С. В. Многомерный статистический анализ / С. В. Дронов. — Барнаул: Изд-во Алтайского гос. ун-та, 2003. — 213 с.
4. Морозова Н. И. Состояние здоровья и ценностные ориентации молодежи / Н. И. Морозова // Валеология. — 2009. — № 3. — С. 34–40.

УДК 37-40

ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ НЕОБХОДИМОСТИ ТЕСТИРОВАНИЯ УЧАЩИХСЯ ПРИ ПОМОЩИ ПРИБОРА КСД

Дяченко А. В.

Киевский национальный экономический университет имени Вадима Гетьмана
Научно-образовательный центр «Интенсив»
Киев, Украина

Статья посвящена актуальной на сегодняшний день проблеме комплексного тестирования процесса образования. Проанализированы характерные особенности существующих систем тестирования соматического, психического и духовного здоровья. Обоснована и предложена новая система тестирования при помощи КСД как наиболее информативная, автоматизированная и менее трудоемкая для отслеживания динамики показателей уровня здоровья учащихся и оценки эффективности работы системы образования.

Ключевые слова: здоровье, аппарат КСД, тестирование, органы и системы.

Стаття присвячена актуальній на сьогоднішній день проблемі комплексного тестування процесу освіти. Проаналізовані характерні особливості існуючих систем тестування соматичного, психічного і духовного здоров'я. Обґрунтована і запропонована нова система тестування за допомогою КСД як найбільш інформативна, автоматизована і менш трудомістка для відстежування динаміки показників рівня здоров'я учнів і оцінки ефективності роботи системи освіти.

Ключові слова: здоров'я, апарат КСД, тестування, органи і системи.

This article is devoted to the date issue of modern complex testing devices of educational process. The characteristic features of existing testing systems of somatic, mental and spiritual health are analysed. It was grounded and offered a new system of testing with the help of KSD device. This system is the most informing, automated and less labour intensive for tracing of dynamics of health level indexes.

Key words: health, KSD device, testing system, organs and systems.

Постановка проблемы в целом и связь с важными научными и практическими заданиями

Здоровье – это интегральная характеристика личности, которая определяет качество жизни человека. На сегодняшний день в Украине фиксируют высокий уровень заболевания населения, особенно среди детей и подростков. Если обратиться к статистике, то за период обучения в школе с первого по одиннадцатый классы количество здоровых детей уменьшается в 3–4 раза [1, 3].

Современный мир — это мир очень интенсивного развития и внедрения новых технологий и компьютеризации. Что самое плохое во всем этом — что он затрагивает самые высокопроизводительные слои населения, детей и подростков. Дети отдают предпочтение интернету, компьютерным играм, значительно уменьшая при этом физические нагрузки. С одной стороны, это ведет к повышению их информированности и интеллекта, а с другой — к гиподинамии, что чревато физическим недоразвитием, прогрессированием болезней опорно-двигательного аппарата, сердечнососудистой системы, эндокринных, нервных и психических расстройств. Поэтому в прессе все чаще появляются сообщения о несчастных случаях, которые возникают с учащимися вследствие иногда даже нормированной физической или педагогической нагрузки. Свалить вину о случившемся только на преподавателей и неправильно, и не этично, т.к. проблема выходит за педагогические рамки и носит скорее социальный характер. Проведенные в этом направлении исследования разрешают нам констатировать, что основой эффективного воспитания в школе должна быть индивидуализация процесса обучения, ориентированная на приоритеты личности, интересы и потребности в свободном и самостоятельном развитии, а также формирование ее духовных потребностей, психологической и психической стрессоустойчивости [4, 5, 11].

Анализ последних достижений и публикаций. На сегодняшний день для тестирования физического (соматического) здоровья успешно применяются вариационная кардиоинтервалометрия по Р. М. Баевскому (для определения адаптационного потенциала системы кровообращения к факторам внешней среды), тест физических возможностей по Г. Л. Апанасенко, тест зрительно-моторной реакции по Т. Д. Лоскутовой [6,8]. Для определения уровня физической подготовки используются тесты на физическую работоспособность, а именно:

- тесты на восстановление;
- субмаксимальные тесты на усилие;
- гарвардский степ-тест;
- нагрузочные тесты у детей;
- субмаксимальный тест Валунда-Шестранда;
- определение максимального потребления кислорода;
- тестирование анаэробной производительности;
- тест со ступеньками;
- велоэргометрия.

Для определения психологического потенциала разработан ряд психологических тестов (цветометрический тест Люшера, тест самооценки САН, тест тревожности, тест общей реактивности) с последующим определением ряда показателей: общие резервы здоровья (ОРЗ), психологический компонент (ПК), уровень физических возможностей (УФВ), функциональные резервы центральной нервной системы (ФРЦНС), индекс напряжения (ИН) и показатель активности регуляторных систем (ПАРС) [13].

По совокупности результатов тестирования для каждого ученика составляется паспорт здоровья с установлением самого слабого звена в интегральном показателе здоровья. Также возможно санотипирование — распределение по группам здоровья и функционального статуса (санотипам). Цель санотипирования — выявление наиболее часто встречающихся вариантов отклонений от нормы (показателей рисков) для ранней и эффективной (стандартной) их коррекции. После этого специалистами выдаются рекомендации по профилактике простудных заболеваний, оптимизации здорового образа жизни, коррекционные занятия физической культурой и спортом.

Профилактика же в первую очередь направлена на предупреждение поведенческих факторов риска и обычно включает:

- информационно-образовательное вмешательство (включение в образовательный процесс по валеологии, физкультуре специальных тем, практикумов и пр.; пособия, буклеты, лекции; тематические интернет-сайты и т.д.);
- участие в оздоровительных кампаниях (отказ от вредных привычек);
- формирование групп волонтеров для пропаганды здорового образа жизни.

Коррекция предусматривает целенаправленную работу с группами риска, направленную на нормализацию функционального состояния и показателей здоровья, при этом используются:

- функциональные тренинги, позволяющие влиять на механизмы регуляции внимания, сосредоточенности, восприятия, уровень неспецифической активации и т.п.;
- методики саморегуляции на основе принципа биологической обратной связи (БОС), а также методы психо-, баро-, аромо-, музо-, магнито- и т. д. терапии;
- немедикаментозная терапия: фитотерапия, баротерапия и т.п., БАДы;
- препараты, влияющие на обучение и память (йодомарин, мемория, биовитальгель и т.п.);
- пищевые добавки с неспецифическим антигипоксическим и антиоксидантным спектром действия;
- витамины и биостимуляторы;
- кабинеты психологической разгрузки;
- лечебная гимнастика;

– при наличии серьезных соматических заболеваний — профильные медицинские учреждения, санаторно-курортное лечение [14,17].

Существующие в настоящее время стандартные методы тестирования учащихся многогабаритны, трудоемки и занимают много времени при снятии показателей и последующей интерпретации результатов. С целью оптимизации данного процесса нами предлагается система тестирования учащихся при помощи комплекса спектрально динамического КСД, зарегистрированного на территории Украины как лечебно-диагностического.

Цель статьи — презентовать систему тестирования при помощи комплекса спектрально динамического КСД, которая максимально информативна, снятие информации с учащегося не занимает много времени, что позволяет охватить большую аудиторию, расшифровка полученных результатов автоматизирована, а результат выдается в виде рекомендаций.

Данная система поможет пересмотреть педагогические и физические нагрузки, а также подобрать современные инновационные методики раскрытия личности, подходя к каждому ученику как к индивидууму, учитывая его физическое, психологическое и духовное состояние перед учебой, в процессе учебы и после занятий.

Изложение основного материала

Аппарат КСД был разработан исходя из известных понятий о волновой структуре организма [2]. В организме человека каждый атом, каждая молекула, каждая клеточка и т.д. находятся в состоянии колебания. Созвучие колебательных движений этих структур составляет спектральную характеристику состояния всего человека. В пассивном режиме списывая спектр человека, мы получаем информацию о состоянии всех внутренних органов, систем, об их функциональном, психическом и физическом равновесии. Для того чтобы эти изменения «увидеть», достаточно ввести в базу спектров компьютера стандарты тех показателей, которые нам хочется протестировать и сравнить со спектром исследуемого.

Процесс тестирования учащихся необходимо проводить в несколько этапов. На первом этапе исследуются исходные данные пациентов. Сюда входит определение соматических заболеваний и психического статуса, которые присущи данному учащемуся в силу его индивидуального развития. Тестирование проходит по наиболее напряженным органам и системам. Ими являются сердечнососудистая система, бронхолегочная, заболевания опорно-двигательного аппарата, эндокринные нарушения и т.д.

Следующим этапом уточняется проблематика определенных органов, которые составляют данную систему. Например, при нарушениях сердечно-сосудистой системы важно определить: носят они морфологический или функциональный характер, какую структуру они захватывают и т.д. Если же определенные изменения имеются, мы рекомендуем учащемуся обратиться к профильному специалисту (в нашем случае к кардиологу) для уточнения диагноза.

При длительных педагогических нагрузках стрессовыми являются психическая, эндокринная, как общая система, поддерживающая гомеостаз всего организма, и нервная — в первую очередь вегетативная системы.

Психическая система, в свою очередь, состоит из эмоциональной и энергетической. Составляющими эмоциональной являются: гнев, радость, тревога, печаль и страх. Определенное чередование и формирование этих составляющих, по мнению профессора Пак-Дже-Ву [15], образуют энергетические конституции эмоционального фона, в которых есть основная энергия (например, страх) и вспомогательные. Поэтому страх у каждого будет свой, в зависимости от того, какой вспомогательной энергией он будет поддержан (или тревогой, или печалью, или гневом). Как сформировавшийся синдром он будет лишь тогда, когда среди энергий образуются три последовательные излишества или недостаточности. Если это условие не подтверждается, то страх можно рассматривать как пришедшее эмоциональное состояние, возникшее вследствие сложившихся обстоятельств. Такие состояния не требуют медицинской коррекции, а требуют лишь анализа.

С помощью данной методики можно также определить энергетическое состояние человека, которое, по примеру эмоций, может организовываться в определенные энергетические конституции. Учитывая, что существует пять основных энергий (ветер, тепло, влажность, сухость и холод), есть возможность определить конституционный тип энергии учащегося и предвидеть его поведение во время занятий [16]. Так, к примеру, если у человека преобладает ветер, то это непоседа, который вместо того, чтобы подумать, а затем что-то сделать, он делает, а потом подумает, но материал ловит на лету. Людям, у которых преобладает энергия холода, свойственно иметь проблемы с почками, костно-мышечной структурой. Эти люди всего боятся, медлительны, могут быть тучными, материал воспринимают тяжело. Практически для каждой энергии характерны определенные особенности, как по физиологическим показателям, так и поведенческим. Но эти показатели могут меняться и при педагогических нагрузках, когда энергетическая конституция еще не успевает сформироваться, а основная энергия окрашивается в какой-то вид субэнергии. К примеру, если энергия ветра приобретет оттенки субэнергии тепла, то это будет человек ветряный, но веселый и добрый, а если к ветру присоединится субэнергия холода — то к ветренности еще присоединится и страх. Определяя энергетическую нагрузку до и после занятий учащегося, появляется возможность определять, как преподаватель работает с аудиторией — увлекает ли он слушателей интересным изложением и новизной материала или держит весь коллектив в страхе.

Следующая система, которая мощно реагирует на раздражитель, — это эндокринная. Это система, которая регулирует деятельность внутренних органов посредством гормонов, выделяемых эндокринными клетками непосредственно в кровь, обеспечивая адаптацию организма к постоянно изменяющимся условиям внешней и внутренней среды, и сохраняет постоянство внутренней среды, необходимое для поддержания нормальной жизнедеятельности данного индивидуума. Она делится на glandулярную эндокринную систему, в которой эндокринные клетки собраны вместе и формируют железу внутренней секреции, и диффузную эндокринную систему, которая представлена рассеянными по всему организму эндокринными клетками, продуцирующими гормоны [20]. Практически в любой ткани организма имеются эндокринные клетки.

В эндокринной системе, как нигде, прослеживается иерархия подчиненности. Во главе эндокринной системы стоит гипоталамус, продуцирующий как гормоны усиливающие функцию практически любой эндокринной железы (это рилизинг-гормоны), так и гормоны, ослабляющие их функцию (это статины). Эти гормоны выделяются в нервных окончаниях. За счет этого гипоталамус осуществляет нейроэндокринную регуляцию. При длительной гиперсекреции любого из этих гормонов может развиваться серьезная патология, проявляющаяся на физическом уровне. Раздражающим фактором как для гипоталамуса, так и для гипофиза являются электромагнитные волны, исходящие из мобильных телефонов. При разговоре по мобильной связи, когда трубка непосредственно прикладывается к уху (а на этой оси расположены и гипофиз и гипоталамус), перераздражаются отдельные структуры этих желез, что может проявиться нарушением менструального цикла, гиперфункцией щитовидной железы или надпочечников. А это сопровождается раздражительностью, тахикардией, плохой усваиваемостью материала, излишней потливостью как ладошек рук, так и подмышечных впадин, повышением артериального давления.

Нарушение функции гипофиза может проявиться ожирением, когда увеличено количество липотропного гормона, заболеваниями щитовидной железы, когда нарушено количество тиреотропного гормона, нарушениями функции надпочечников, когда увеличено количество адренокортикотропного гормона (АКТГ), гигантизмом или карликовостью в зависимости от количества соматотропного гормона. Состояние костной системы, наличие в ней кальция зависит от количества парат-гормона, регулирующего работу паращитовидных желез.

Для тестирования учащихся с помощью аппарата КСД важным является определение липотропного гормона, т.к. его избыток ведет к увеличению аппетита и веса. Многие люди

едой стараются снять стресс. Важным есть и состояние АКТГ, как одного из факторов предстресса, так и стресса, который запускает кору и мозговое вещество надпочечников, что отразится выбросом адреналина и норадреналина, а это приведет к спазму периферических сосудов, бледности кожных покровов, тахикардии, расширению зрачков и повышению кровяного давления. Поэтому очень важно отслеживать всю вертикаль гормональной цепочки от верхних эшелонов гормонального дерева до исполнителей (надпочечники, щитовидная железа, яички и яичники).

Наконец, вегетативная нервная система, составляющими которой являются парасимпатические и симпатические элементы. Не подчиняющееся прямому нашему контролю, наше самочувствие, состояние и гомеостаз зависят от взаимоотношения симпатикуса и парасимпатикуса. Симпатические нервные волокна, сопровождая артериальную сеть, иннервируют практически все органы и системы. Ее перераздражение способствует спазму сосудов, уменьшению функции органа, ухудшению его кровоснабжения. Раздражение симпатикуса может быть хроническим и острым [7]. Причиной хронического раздражения может быть вирусная инфекция, поражающая нервные сплетения, травма на любом уровне позвоночного столба и, наконец, неправильная поза сидения за столом, ведущая к сколиозу или смещению шейных позвонков. Наиболее нейротропными вирусами являются герпес (вирус опоясывающего лишая и вирус ветряной оспы). Этот немаловажный факт нужно иметь ввиду во время эпидемии ветряной оспы.

Парасимпатическая нервная система, в отличие от симпатической, иннервирует не все системы и подходит к органу в виде пресинаптического нервного ствола, где в подслизистом слое образует множество постсинаптических мелких волокон, охватывающих практически весь орган. Многие органы имеют несколько пресинаптических волокон, четко распределяя между собой зоны иннервации.

Симпатическая и парасимпатическая нервная системы находятся в нашем организме в состоянии диаметрального противоборства [7]. При активной, к примеру, симпатической нервной системе — парасимпатическая всегда будет угнетена. Идеальным будет, когда они находятся в равновесии. Для достижения этого равновесия недостаточно только угнетать симпатикус, необходимо еще активировать парасимпатикус.

Основными раздражителями парасимпатической нервной системы могут быть вирусное поражение на уровне бульбарного отдела головного мозга, на уровне нервного волокна, а также воспаления нервных сплетений, которые возникают при воспалении близлежащих органов. Своевременная санация заболеваний, связанных с дисгармонией вегетативной нервной системы, приведет к гармонизации не только соматического, психического, но и духовного состояния (по принципу: в здоровом теле — здоровый дух).

Выводы

Таким образом, взяв за основу тестирование учащихся на аппарате КСД, имея представление об общей работе с учащимися, зная, какие органы и системы нам необходимо обследовать, у нас появляется возможность очень быстро (снятие информации с одного учащегося составляет не более 3 минут) протестировать коллектив, как до занятий, так и после. Эти данные остаются в компьютере, что дает возможность анализировать их в любое время, сравнивать, а при необходимости проводить и индивидуальную коррекцию здоровья учащегося, как по физическим недугам, так и по психическим. Такой подход открывает новые возможности в поиске научного подхода дозированной нагрузки разного рода нагрузок на учащегося, выработки рекомендаций по развитию его индивидуальности, а также к тестированию инновационных методик обучения и развития личности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Авдеев Н. Н. Здоровье как ценность и предмет научного знания / Н. Н. Авдеев, И. И. Ашмарин, Г. Б. Степанова // Мир психологии. Научно-методический журнал, п. 1 (21). Москва — Воронеж, 2000. — С. 68–75.

2. Акимов А. Е. Наука об энергетической сути мировоззрения. Физические модели мира / А. Е. Акимов // Ступени грядущего синтеза. Современное состояние культуры и проблемы духовно-нравственного воспитания человека: Мат.межд.общ.-практ.конф. — Минск: ИП «Лотаць», 1998. — С. 30–47.
3. Агаджанян Н. А. Ученые о здоровье и проблемах адаптации, теория и практика валеологических исследований / Н. А. Агаджанян, Р. М. Баевский, А. П. Берсенева. — Москва-Ставрополь, 2000. — 203 с.
4. Андреев Ю. А. Три кита здоровья / Ю. А. Андреев. — М.: Физ.и сп, 1991. — 336 с.
5. Апанасенко Г. Л. Медицинская валеология // Г. Л. Апанасенко, Л. А. Попова. — Ростов на Дону: «Феликс», 2000. — 248 с.
6. Апанасенко Г. Л. Медицинская валеология./ Г. Л. Апанасенко. — Киев, 2001. — 156с.
7. Анатомия нервной системы: учебное пособие для студентов / В. И. Козлов, Т. А. Цехмистренко. — М.: Мир: ООО «Издательство АСТ», 2004. — С. 206.
8. Баева И. А. / Психология в понятиях, образах, переживаниях / И. А. Баева — Центр гуманитарного образования, 1996. — 448 с.
9. Баевский Р. М. Научно-теоретические основы использования анализа variability сердечного ритма для оценки степени напряжения регуляторных связей организма. Компьютерная электрокардиография на рубеже столетий / Р. М. Баевский. Международный симпозиум 27–30 апреля 1999г. — М., 1999.
10. Гончаренко М. С. Этапы формирования духовности человека в учебно-воспитательном процессе. Теоретические и практические аспекты / М. С. Гончаренко, В. Г. Гончаренко, Н. В. Михайличенко // Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку: Мат. 3-ї між народ. наук.-практ.конф.: Т.1,ч.2. — Харків, 2005. — С. 6–12.
11. Коновалова Е. О. Валеологические методы адаптации студентов университетов к учебному процессу / Е. О. Коновалова // Вісник Харківського національного університету (серія «Валеологія: сучасність і майбутнє»). — Харків, 2008. — С. 107–119.
12. Киричук О. В. Концепція виховання підростаючого покоління суверенної України / О. В. Киричук // Рідна школа. —1995. — № 5.
13. Матюхина М. В. Возрастная и педагогическая психология / М. В. Матюхина, Т. С. Михальчик, Н. Ф. Прокина и др. уч. пособие/под ред М. В. Гамезо и др. — М.: Просвещение, 1984.
14. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности / Ланда Б. Х. — М.: Советский спорт, 2006 — 200 с.
15. Пак Чже Ву. Су джок для всех / Пак Чже Ву. М.: Академия Су Джок — 2003. — 103 с.
16. Пак Чже Ву. Атлас энергетической системы тела человека (су-джок) // Пак Чже Ву. М.: Академия Су Джок — 2000. — 446 с.
17. Полулях А. Формування здорового способу життя школярів засобами фізичного виховання в умовах ступеневої освіти / А. Полулях //Фізичне виховання в школі. — 2002. — № 4. — С. 35–38.
18. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе / Н. К. Смирнов. — М.: АРКТИ, 2005.
19. Сердюковська Г. Н. Організація медичного контролю над розвитком та здоров'ям дошкільнят і школярів / Г. Н. Сердюковська. — М., 1995.
20. Старкова Н. Т. Клиническая эндокринология / Н. Т. Старкова. — М.: Медицина, 1993. — 45 с.

УДК 613.955: 371.25

ВАЛЕОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ЯК УМОВА ФОРМУВАННЯ АДАПТАЦІЙНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Коновалова О. О., Перський Є. Е., Остапек І. М.
Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Харків, Україна

Досліджено вплив музики в комплексі з композицією ефірних олій на показники фізичного здоров'я молодших школярів. Експериментальною базою практичного втілення валеооздоровлення стала загальноосвітня школа Харківської області, що входить до мережі шкіл сприяння здоров'ю. Оцінено зміни адаптаційних можливостей учнів молодшого шкільного віку за умов аромооздоровлення та музикотерапії за допомогою обчислення індексу функціональних можливостей організму (методика Баєвського-Берсенєвої) та дослідження варіабельності серцевого ритму (за Р. М. Баєвським).

Ключові слова: школа здоров'я, валеооздоровлення, аромооздоровлення, серцевий ритм, адаптаційні можливості.

Исследовано влияние музыки в комплексе с композицией эфирных масел на показатели физического здоровья младших школьников. Экспериментальной базой практического воплощения валеооздоровления стала общеобразовательная школа Харьковской области, входящая в сеть школ содействия здоровью. Оценивались изменения адаптационных возможностей учеников младшего школьного возраста при аромооздоровлении и музыкотерапии с помощью вычисления индекса функциональных возможностей организма (методика Баевского-Берсенева) и исследования вариабельности сердечного ритма (по Р. М. Баевскому).

Ключевые слова: школа здоровья, валеооздоровление, аромооздоровление, сердечный ритм, адаптационные возможности.

Studied influence of music in a complex with composition of essential oils on the indexes of physical health of junior schoolchildren. General school of health of the Kharkov region became the experimental base of practical embodiment of valeo recovery. The estimation of changes of adaptation possibilities of students of midchildhood was determined on condition of aroma recovery and musicotherapy by means of estimation of index of functional possibilities of organism (methodology by Bayevskiy-Berseneva) and method of estimation of variableness of cardiac rhythm (by R. M. Baevskiy).

Keywords: school of health, valeo recovery, aroma recovery, cardiac rhythm, adaptation possibilities.

З кожним роком відсоток здорових дітей у популяції неухильно зменшується, особливо ця несприятлива тенденція характерна для дітей шкільного віку. Фахівці вважають, що 20–40% негативних впливів, які погіршують здоров'я дітей, пов'язано зі школою. Широке використання різних педагогічних інновацій призводить до невідповідності навчального навантаження функціональним можливостям організму дітей і розвитку напруги адаптаційних механізмів. За даними наукових досліджень, успішні в навчанні діти, які приділяють багато уваги і часу навчанню, частіше хворіють у результаті послаблення захисних адаптаційних механізмів, збільшення хронічних захворювань, зниження показників збереження і відновлення здоров'я. А в кожного четвертого першокласника виявлено відхилення від норми у функціонуванні серцево-судинної системи, підвищена нервова збудливість, проявляється вегето-судинна дистонія, головні болі. До кінця навчання в початковій школі вже 53 відсотки учнів мають ослаблене здоров'я. У початкових класах налічується тільки 20 відсотків відносно здорових дітей, а закінчують навчання в середній школі без виражених відхилень у стані здоров'я тільки 5–8 відсотків [8].

Тому важливим аспектом освітньої діяльності є валеологічна освіта та виховання нового ставлення до власного здоров'я, орієнтація на престижність і значущість здорового способу життя.

Оздоровча робота в сучасній системі освіти, що включає введення реабілітаційних компонентів у режим дня і безпосередньо в процес навчання, апробацію здоров'язбережувальних технологій навчання, впровадження авторських освітніх програм із

валеології, побудованих на профілактичній ідеї, розробці рекомендацій з дотримання гігієнічних вимог до організації навчальних занять і побудови навчання з урахуванням психофізіологічних особливостей учнів, може привести до досить ефективних результатів.

Одним зі шляхів вирішення цієї проблеми є створення навчальних закладів — шкіл сприяння здоров'ю [4].

У якості перспективного і ефективного напрямку здоров'язбережувальних технологій у школі сприяння здоров'ю можна розглядати використання природних засобів гармонізації, таких як музика і рослинні аромаолії. Використання музики на уроках активізує розумову діяльність учнів, стимулює емоційний чинник у навчанні, будить у дітях творчий початок, уяву, розвиває мовні здібності. Використання певної музики допомагає виконувати напружену розумову роботу, залишаючись одночасно розслабленим і сконцентрованим. Це відбувається завдяки балансу правої і лівої півкулі головного мозку, що забезпечує його оптимальну роботу і робить можливим досягнення піку інтелектуальної форми [7]. Методика застосування олій заснована на штучній компенсації нестачі фітонцидів у повітрі. Важливою перевагою ароматерапії є можливість масового застосування. У цьому випадку використовуються невисокі концентрації ефірних олій. В. В. Миколаївський, В. І. Зинькович, А. Ю. Разіков, підсумовуючи досягнення науки і практики, вважають за доцільне широке застосування ароматерапії в повсякденному житті. Зокрема, вони рекомендують проводити аромопрофілактику в дошкільних і шкільних установах: дитячих садках, школах [5]. Включення музико- та аромооздоровлення безпосередньо в освітній процес уже дало позитивні результати в міських школах [2,3].

Адаптація відображає взаємозв'язок організму з середовищем, визначає рівень здоров'я людини і ризик розвитку захворювань, тому вивчення адаптаційних можливостей організму в якості інтегрального критерію здоров'я досить важливо [1].

Метою даної дослідницької роботи є дослідження зміни адаптаційних можливостей молодших школярів при застосуванні аромооздоровлення і музикотерапії під час уроків у школі сприяння здоров'ю.

Завдання дослідження:

1. Упровадити оздоровчу програму для учнів початкових класів з використанням музики і ефірних олій.
2. Визначити рівень здоров'я учнів школи здоров'я на початку дослідження та після проведення оздоровчої програми;
3. Проаналізувати вплив комбінованого впливу музики і аромокомпозиції на рівень здоров'я учнів;

Об'єкт дослідження — учні молодших класів Люботинської загальноосвітньої школи І–ІІІ ступенів № 3 Люботинської міської ради Харківської області. Експериментальну групу склали учні другого класу Люботинської загальноосвітньої школи І–ІІІ ступенів № 3 Люботинської міської ради Харківської області в кількості 15 чоловік: 9 хлопчиків, 6 дівчаток, (6–8 років).

Ці учні склали групу, в якій одночасно з прослуховуванням функціональної музики проводилася ароматерапія.

Предмет дослідження — стан фізичного здоров'я школярів.

В експерименті використовувалися такі методи та методики:

- оцінка індексу функціональних можливостей організму (методика Баєвського-Берсенєвої);
- метод оцінки варіабельності серцевого ритму (варіаційна пульсометрія за Р. М. Баєвським);
- статистична обробка отриманих результатів проводилася за допомогою програми «SPSS 17.0» з використанням t- критерію Ст'юдента і D-критерію Сомерса, критерію Вілкоксона.

У процесі проведення валеологічного експерименту була розроблена оздоровча програма, в якій використовувалися музичні твори різних жанрів і авторська аромокомпозиція.

Для профілактики сезонної навчальної дезадаптації використовували такі музичні жанри:

- класична музика (В. А. Моцарт. Фортепіанний концерт 19–20 (частини 1 і 4), П. І. Чайковський. Пори року (обрані п'єси);
- григоріанські духовні співи (альбом Christmas Chants, 2006 р.);
- твори в стилі Нью Ейдж (New Age) — сучасна духовна гармонізуюча музика Корчіоллі (Corciolli); Роберт Хейг Коксон (Роберт Haig Coxon), звуки природи (шум дощу, шум моря, спів птахів, спів китів).

Для проведення ароматерапії була складена аромокомпозиція з чотирьох ефірних олій, що оптимально поєднуються між собою і рекомендовані для застосування в педіатрії. Ці олії добре сприймаються дітьми і роблять позитивну дію на дитячий організм. Аромокомпозиція була складена за запатентованою на кафедрі авторською методикою з урахуванням міри летючості ефірних олій (світлі, середні і темні тони) [6].

Сеанси музики і ароматерапії проводилися три рази на тиждень (усього 9 сеансів) під час останнього (4-го або 5-го) уроку. Зазвичай це були уроки праці, малювання, основ здоров'я. Музика тривала 20-30 хвилин, рівень звуку — середній. Використовувалося декілька музичних жанрів спрямованої дії (що гармонізує, антистресове).

Аерація приміщення ефірними оліями проводилася на тлі звучання музики. Оскільки необхідна концентрація ефірних олій при використанні методу інгаляції досягається через 10 хвилин від початку, час дії аромокомпозиції склав від 15 до 20 хвилин.

Дослідження рівня здоров'я учнів сільської школи шляхом визначення адаптаційного потенціалу показало позитивну динаміку після проведення сеансів музики і ароматерапії. У сільській школі: до оздоровлення у 40% учнів спостерігалася напруга механізмів адаптації, а після сеансів у всіх дітей нормалізувався рівень адаптації (у 100% ІФВ став задовільним).

Ці зміни свідчать про сприятливий вплив музики і аромокомпозиції на функціональний стан дітей. Зміни, що спостерігалися, статистично достовірні ($p < 0,05$).

Зокрема, відзначалося підвищення середнього показника АТ в залежності від вікової норми до оздоровлення (109/71), а після оздоровлення цей показник знизився (87/49), а також відзначалося збільшення показника ЧСС на 9,8 %.

Індекс напруги (ІН) у сільській школі несуттєво підвищився $71,5 \pm 11,10$ до $96,7 \pm 22,46$ ум. од. у стані спокою і знизився з $348,5 \pm 126,65$ ум. од. до $295,1 \pm 73,53$ у. од. після навантаження (рис. 1).

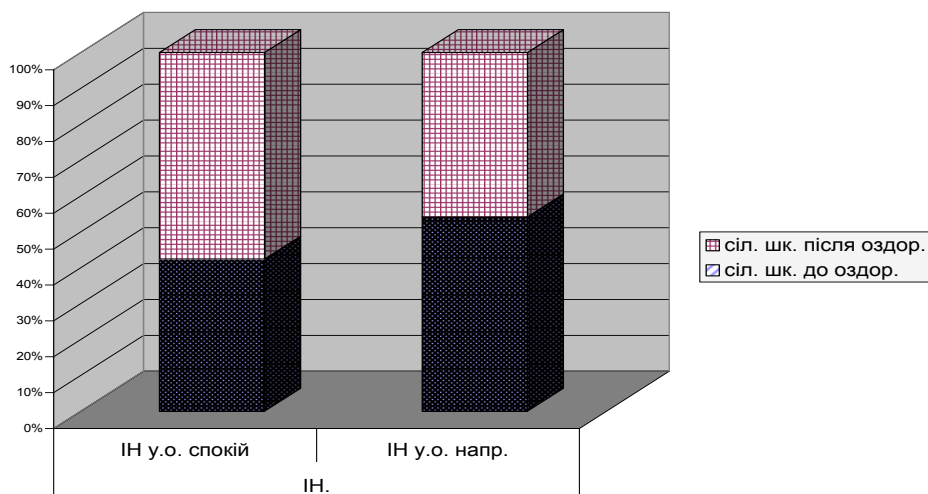


Рис.1. Показники індексу напруги в учнів сільської школи

Дослідження розподілу учнів за типами регуляції серцевої діяльності показало, що в учнів після оздоровлення зменшився відсоток парасимпатотоніків на 5%, кількість нормотоніків зменшилася на 13%, а відсоток симпатотоніків виріс на 10%.

Аналіз реакції у відповідь серцево-судинної системи на навантаження дозволяє робити висновок про тип вегетативної реактивності (ВР), що відбиває стан ВНС, співвідношення між її симпатичними і парасимпатичними відділами. Можливі наступні варіанти ВР: нормальний (симпатикотонічний), асимпатикотонічний, гіперсимпатикотонічний. Категорії оцінки ВР залежать від початкового індексу напруги. В учнів після оздоровлення збільшилося число нормотоніків на 6%, зменшилося число гіперсимпатикотоніків на 13%, також з'явилася відповідна доля асимпатотоніків – 7%.

Оцінка стану неспецифічної адаптації шляхом порівняння даних варіаційної пульсометрії до і після навантаження показала, що в учнів зафіксовано збільшення числа дітей із напругою адаптації на 20%, а відсоток з перенапруженням адаптації залишився незмінним – 40%.

Висновки

Виявлено, що у весняний час серед молодших школярів наявний високий відсоток учнів з напругою механізмів адаптації організму (від 33% до 40%). Для подолання весняної дезадаптації була впроваджена програма з використанням музики та композиції ефірних олій.

Аналіз рівня здоров'я учнів сільської школи після оздоровлення показав позитивну динаміку адаптаційного потенціалу, що визначався за методом Баєвського-Берсенєвої. Також спостерігається тенденція до зменшення АТ, але виявляється перерозподіл учнів за типами регуляції серцевої діяльності та показниками неспецифічної адаптації в негативний бік.

Отримані результати свідчать про необхідність удосконалення методики проведення оздоровчих заходів для школярів із сільської місцевості.

ЛІТЕРАТУРА

1. Коновалова О. О. Досвід проведення моніторингу стану здоров'я дітей у навчальних закладах мережі шкіл сприяння здоров'ю. / О. О. Коновалова // Матер. наук.-метод. конф. «Формування ціннісно-мотиваційного ставлення педагогів до проблеми збереження здоров'я». — К., 2008. — С. 56–60.
2. Коновалова Е. О. Скринінг рівня здоров'я младших школьников после применения музыки и ароматов на уроках основ здоровья / Е. О. Коновалова, А. В. Бородин // Здоровье человека 6: VI международный научный конгресс валеологов. — СПб, 2011. — С. 50–51.
3. Коновалова Е. О. Профилактика весенней учебной дезадаптации у младших школьников путем применения музыки и ароматов на уроках основ здоровья / Е. О. Коновалова // Проблемы социально-психологической адаптации детей и молодежи в условиях модернизации российского образования, 19–20 октября, 2011, Белгород. — С. 284–287.
4. Коновалова О. О. Система валеологического оздоровления учнів навчальних закладів сприяння здоров'ю / О. О. Коновалова, Л. С. Страшна, Л. К. Овдієнко, Н. В. Заугольникова, Л. І. Гончаренко, В. С. Бирюкова. // IV Международная научно-практическая конференция «Валеология: современное состояние, направления и перспективы развития». — Харьков, 5–7 апреля 2006 г. — Т. 3. — С. 101–114.
5. Николаевский В. В. Ароматы растений и здоровье человека / В. В. Николаевский, В. И. Зинькович. — Я: ВА3, 1997. — 206 с.
6. Патент України на корисну модель, заявл. 28.05.2009. Заявка u200905358 C11B9/00 Назва: Композиція ефірних олій, переважно для ароматерапії, автори: Гончаренко М. С., Шилова С. В., Коновалова О. О., Опубл. Бюл. 2009 р.
7. Чепига М. П. Стимуляція здоров'я та інтелекту / М. П. Чепига, С. М. Чепига. — К.: Знання, 2006. — 347 с.
8. Шахненко В. І. Теоретичні основи формування культури здоров'я молодших школярів. II част. / В. І. Шахненко. — К., 1995. — 179 с.

УДК 57.034:613

ХРОНОБІОЛОГІЧНИЙ СТАТУС СТУДЕНТІВ

Тимченко Г. М., Шевченко С. А.

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Харків, Україна

Виявлено нормальну адаптацію серцево-судинної системи в осіб із ранковим хронобіологічним типом та мобілізацію адаптаційних можливостей серцево-судинної системи до умов життєдіяльності в осіб із вечірнім хронобіологічним типом. Вторинна адаптація системи кровообігу до дії умов життєдіяльності зумовлена зміною природного ранкового біоритму працездатності на вечірній і аритмічний.

Ключові слова: хронобіологічний тип, хронобіологічний статус, соматичне здоров'я.

Выявлена нормальная адаптация сердечнососудистой системы у лиц с утренним хронобиологическим типом и мобилизация адаптационных возможностей сердечнососудистой системы к условиям жизнедеятельности у лиц с вечерним хронобиологическим типом. Вторичная адаптация системы кровообращения к условиям жизнедеятельности обусловлена изменением естественного утреннего биоритма работоспособности на вечерний и аритмический.

Ключевые слова: хронобиологический тип, хронобиологический статус, соматическое здоровье.

Normal adaptation of cardiovascular system at persons with morning chronobiological type and mobilization of adaptable possibilities cardiovascular systems to conditions of ability to live at persons with evening chronobiologic type is revealed. Secondary adaptation of blood circulation to ability to live conditions is caused by change of a natural morning biorhythm of working capacity on evening and arrhythmic.

Key words: chronobiological types, chronobiological status, somatic health.

Початок навчання людини у навчальному закладі є новим для неї середовищем, тому і чинники, з якими вона стикається в цьому середовищі, здійснюють на неї прямий або опосередкований вплив, до того ж додаткове навантаження здійснює завершення пубертатного періоду. У зв'язку з цим пріоритетним постає питання вивчення стану біоритмологічних особливостей, антропометричних показників, показників діяльності фізіологічних функцій організму студентів першого курсу, які безпосередньо будуть формувати хронобіологічний статус особистості — сукупність фізіологічних ознак особистості, які притаманні новому біоритмологічному типу працездатності при зміні соціальних умов існування та циклу «сон — пильнування» [5, 6].

Мета роботи — вивчення особливостей стану соматичного здоров'я студентів залежно від біоритмологічного типу працездатності.

Матеріали і методи

Групу студентів склали 110 осіб віком 18 років, які навчаються на факультеті міжнародних економічних відносин та туристичного бізнесу Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна (юнаки — 58, дівчата — 52). Біоритмологічні особливості вивчали за допомогою методу Остберга. Для оцінки фізіологічних функцій та стану здоров'я використовувалися індексні оцінки. Індексна оцінка стану здоров'я проводилася за стандартною методикою з урахуванням суми балів за кожним із вищевказаних показників індексів. Індексна оцінка рівня соматичного здоров'я проводилася за методикою Г. Л. Апанасенка [1, 3]. У якості інтегральної фізіологічної характеристики використовували розрахункову величину адаптаційного потенціалу за Р. М. Баєвським за стандартною методикою. Усі отримані показники лабораторних та інструментальних досліджень були занесені до комп'ютерного банку даних, які були оброблені математично та статистично [2].

Результати дослідження

Аналіз біоритмологічних типів студентів показав, що вечірній біоритмологічний тип (53%) переважав над аритмічним (42%) та ранковим (15%) (див. рис. 1).

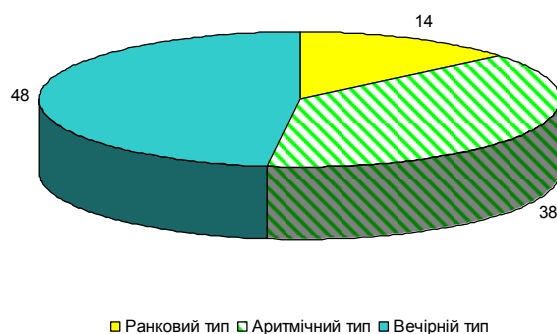


Рис. 1. Розподіл біоритмологічних типів у студентів, %

Хронобіологічний статус студентів визначався за показниками індексної оцінки стану здоров'я у студентів з різними біоритмологічними типами працездатності.

За допомогою експрес-оцінки рівня здоров'я виявлено, що 58% студентів мають рівень фізичної надійності вище середнього, 34% студентів — середній рівень (див. рис. 2). Розподіл рівнів фізичної надійності залежно від біоритмологічного типу працездатності показав, що студенти вечірнього та аритмічного біоритмологічних типів мають переважно високі та вище середнього показники рівня фізичної надійності до 60% випадків у порівнянні зі студентами з ранковим біоритмологічним типом. При порівнянні розподілу рівня фізичного здоров'я за гендерними відмінами виявлено, що дівчата мають середній рівень фізичної надійності у 36% випадків у порівнянні з 22% випадків у юнаків за показником d Сомера ($p \leq 0,05$).

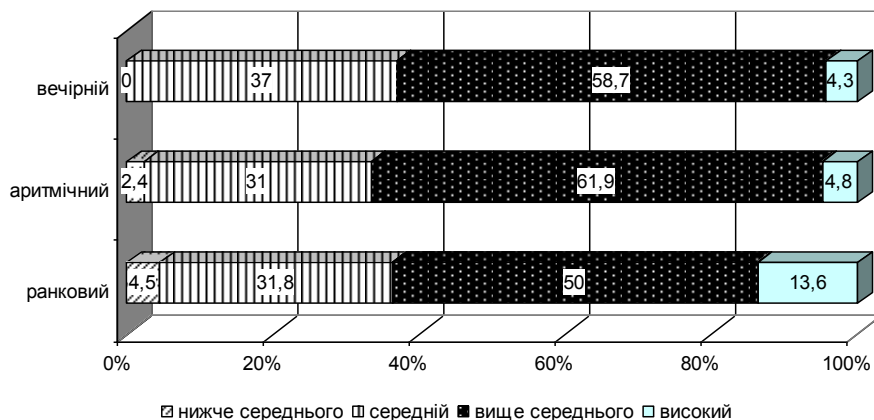


Рис. 2. Розподіл рівня фізичної надійності у студентів різних біоритмологічних типів, %

Індексна оцінка рівня здоров'я за методикою Г. Л. Апанасенка показала, що 46% студентів мають середній рівень здоров'я і 25% — низький (див. рис. 3). Розподіл рівнів фізичного здоров'я за методикою Г. Л. Апанасенка залежно від біоритмологічного типу працездатності показав, що студенти всіх біоритмологічних типів у понад 50% випадків мають переважно високі та вище середнього показники рівня фізичного здоров'я. При порівнянні розподілу рівня фізичного здоров'я за гендерними відмінами виявлено, що дівчата мають середній рівень здоров'я у 50% випадків у порівнянні з 28% випадків у юнаків за показником d Сомера ($p \leq 0,05$).

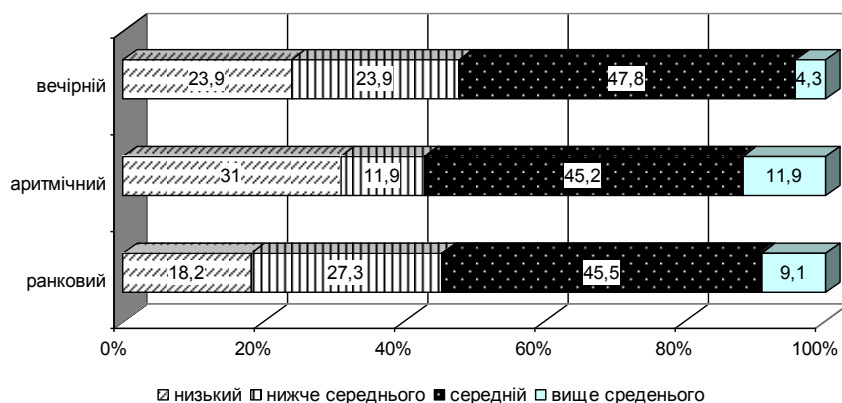


Рис. 3. Розподіл рівня фізичного здоров'я у студентів різних біоритмологічних типів за методикою Г. Л. Апанасенка, %

Аналіз рівня адаптаційних можливостей студентів за методом Баєвського показав, що задовільну адаптацію мають 58% студентів, напругу механізмів адаптації — 41% студентів. 52% студентів з вечірнім, 64% з аритмічним та 60% із ранковим біоритмологічними типами мають задовільну адаптацію, що свідчить про добрий рівень здоров'я та фізичних можливостей (див. рис. 4). Лише 2% студентів аритмічного біоритмологічного типу мають незадовільну адаптацію, тобто становлять «групу ризику» щодо проявів дезадаптації. Гендерні відмінності за показниками адаптаційних можливостей організму студентів показали, що 64% дівчат мають задовільну адаптацію проти 28% юнаків, у той час як напруга механізмів адаптації виявлена у 67% юнаків проти 36% дівчат за критерієм d Сомера ($p \leq 0,05$).

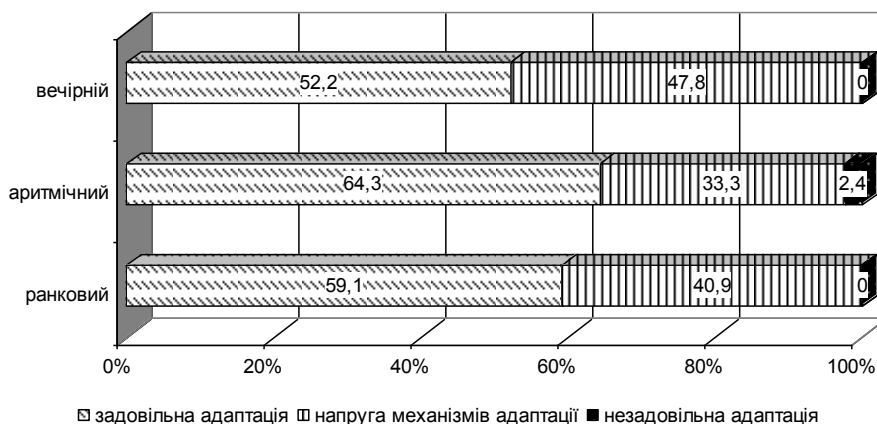


Рис. 4. Розподіл рівня адаптаційних можливостей студентів різних біоритмологічних типів, %

Висновки

Вивчення закономірностей та механізмів взаємодії природних, генетичних, екологічних та соціальних чинників у природі та суспільстві, які безпосередньо впливають на стан здоров'я організму на сучасному етапі розвитку суспільства примушує до врахування біоритмологічних особливостей при оцінці рівня здоров'я та стану адаптаційних реакцій організму студентів.

Аналіз біоритмологічних типів студентів показав перевагу осіб із вечірнім (48%) та аритмічним (38%) біоритмологічними типами над ранковим (14%), який є більш природним для людини.

Виявлені особливості в діяльності серцево-судинної та кардіореспіраторної систем, а також у характеристиці рівня індивідуального здоров'я вказують на появу нових проявів

компенсаторних реакцій в організмі студента, що безпосередньо спричинені набуттям нових пристосувальних ознак, які можуть, у свою чергу, спричинити зміну біоритмологічного типу працездатності в межах рівня здоров'я. Набуття певних фізіологічних ознак та резервів здоров'я особистості з певним біоритмологічним типом працездатності становлять її хронобіологічний тип як показник нормальної життєдіяльності та опірності стресовим станам.

Вивчення особливостей формування хронобіологічного статусу в студентів дозволило розробити *практичні рекомендації* щодо профілактики навчальної та соціальної дезадаптації, до яких належить:

- формування динаміки добової працездатності з урахуванням індивідуального біоритмологічного типу;
- створення системи валеологічної освіти і навчання, яка зумовлена закономірностями розвитку особистості та заснована на сукупності фізіологічних, психологічних, валеопедагогічних принципів, засобів, форм і методів;
- дотримання оптимальних умов працездатності та відпочинку, сну і бадьорості, а також харчування з метою профілактики десинхронозів;
- урахування впливу сезонних, кліматичних, погодних та космічних факторів на функціональний стан людини і корекція відповідно до цих факторів індивідуальних ритмів життя;
- відмова від уживання засобів, що спричиняють десинхроноз основних функцій організму, – алкоголь, тютюн, наркотики;
- регулярне виконання фізичних вправ та психотренінгу для підтримки нормальної ритмічності фізіологічних функцій.

Проведені дослідження характеризують особливості реагування організму студентів-першокурсників на нові умови соціального існування, що зумовлює *перспективність* досліджень впливу факторів оточуючого середовища, указуючи на «слабкі» ланки в стані здоров'я людини.

ЛІТЕРАТУРА

1. Апанасенко Г. Л. О возможности количественной оценки здоровья человека / Г. Л. Апансенко // Гигиена и санитария. — 1985. — № 6. — С. 55–58.
2. Атраментова Л. О. Статистичні методи в біології / Л. О. Атраментова, О. М. Утевська. — Харків: ХНУ ім. В. Н. Каразіна, 2007. — 288 с.
3. Гончаренко М. С. Методическое пособие по валеологическим аспектам диагностики здоровья // М. С. Гончаренко. — Харьков, 2000. — 197 с.
4. Мезенцев С. А. Хронобиологический подход, как метод объективного прогнозирования адаптации человека // С. А. Мезенцев, В. Г. Кузьминых: [Материалы Международного симпозиума «Эколого-физиологические проблемы адаптации»], (24–28 января 2003 г), Москва: Изд-во РУДН, 2003. — С. 355–356.
5. Тимченко Г. М. Хронофізіологічний статус сучасних студентів / Г. М. Тимченко, С. А. Шевченко // Матеріали X міжнародної науково-практичної конференції «Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку» (5–7 квітня 2012 р.): у 2-х т. — Харків, 2012. — С. 236–238.
6. Хетагурова Л. Г. Патофизиология десинхронозов / Л. Г. Хетагурова // Владикавказский медико-биологический вестник. — 2005. — № 5. — С. 32–41.

ЗДОРОВ'Я УЧНІВ ТА СТУДЕНТІВ — ЧЕРЕЗ ОСВІТУ

УДК [378.147:504]:177

ЕКОЛОГО-ЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ

Александрович Н. О.

Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди
Харків, Україна

У статті розглянуто сучасні аспекти екологічної кризи в системі «Людина-Природа», проаналізовано значення в її виникненні, загостренні та поглибленні духовних і соціальних чинників. Визначено місце та роль екологічної етики в процесі формування нового гуманістичного типу екологічної культури майбутніх учителів, шляхи введення еколого-етичних проблем у коло освітньо-виховних процесів вищої педагогічної школи.

Ключові слова: екологічна криза, майбутній учитель, екологічна культура, екологічна етика.

В статье рассмотрены современные аспекты экологического кризиса в системе «Человек-Природа», проанализировано значение в ее возникновении, обострении и углублении духовных и социальных факторов. Определено место и роль экологической этики в процессе формирования гуманистического типа экологической культуры будущих учителей, пути введения эколого-этических проблем в круг образовательно-воспитательных процессов высшей педагогической школы.

Ключевые слова: экологический кризис, будущий учитель, экологическая культура, экологическая этика.

In the article the modern aspects of ecological crisis are considered in the system «Man-nature», a value is analysed in her origin, intensifying and deepening of spiritual and social factors. The location and role of ecological ethics in the process of forming of humanistic type of ecological culture of future teachers, ways of introduction of ecological ethics problems in the circle of educationally-educator processes of higher pedagogical school are determined.

Key words: ecological crisis, future teacher, ecological culture, ecological ethics.

Постановка проблеми. У сучасному суспільному житті України неважко помітити, наскільки у своїй свідомості та діях ми пасивні, а то й байдужі в соціальному плані. Політичні пристрасті відтискають на другий план екологічні проблеми, а перманентна соціальна криза, що посилюється економічною, суттєво загострює її. У державі, безперечно, здійснюється природоохоронна діяльність, але із захисними нормами майже ніяк не пов'язуються більш загальні правила екологічної поведінки людей, що згідно з ноосферним типом екологічної культури мають відповідати екологічній етиці. Проблема полягає в тому, що факт глобальної екологічної кризи ще не став предметом загальної уваги з боку всього суспільства [1]. Більше того, цей факт не став відправною точкою для розгортання нового світорозуміння, а саме: заміни уявлень про систему суперечливих взаємовідносин «Природа

та Суспільство» на уявлення про систему гармонійних відносин «Природа-Суспільство-Людина», в якому людина є гармонізуючою ланкою як амбівалентна, біопсихосоціальна істота. На часі є актуальним питання, яким чином і які саме уявлення про цю систему та відносини в ній слід упроваджувати, а які прояви споживацької культури мають бути об'єктом критичного ставлення в екологічній освіті та вихованні.

Разом із цим відбуваються зміни у вимогах до особистості педагогів, які долучаються до означених процесів.

Метою статті є визначення місця та ролі екологічної етики в процесі формування нового гуманістичного типу екологічної культури майбутніх учителів.

Найбільш очевидною причиною введення еколого-етичних проблем у коло освітньо-виховних процесів є екологічна криза, що проявляється в жорсткій залежності людини від ресурсів живої та неживої природи. Ця ситуація на сьогодні є досить драматичною і не може не викликати занепокоєння. І вона має, перш за все, вагомі духовні, соціальні причини. Науково-технічна революція, потужне посилення технічної озброєності людини дозволяють їй проявлятися в ролі «господаря природи». Окремі тенденції входження екологічної культури в матеріально-виробничі аспекти діяльності людини (створення очисних систем, безвідходного виробництва, замкнених циклів, біотехнології, екологічно чисті джерела енергії, служб моніторингу за станом навколишнього природного середовища тощо) свідчать про те, що у свідомості людей поступово складається уявлення про невідворотність партнерських, а не владно-ієрархічних стосунків з природою. Але вони не вирішують проблему, бо не складаються і не розвиваються відповідні творчі здатності та навички людини, тобто її сучасна екологічна культура, її екоетична позиція. Це й має бути в центрі уваги як учителя, так і тих, кого він навчає.

Аналіз досліджень і публікацій

Проблема формування екологічної культури студентів педагогічних спеціальностей нині знайшла широке висвітлення у низці праць. Зокрема, нею переймалися Ю. Бойчук, Н. Лисенко, Л. Лук'янова, О. Плахотнік, А. Степанюк, Г. Тарасенко, С. Шмалей та інші. На жаль, наше екологічне мислення доволі збіднене, бо світоглядний рівень розуміння проблем, який був у В. Вернадського, М. Моїсєєва, В. Соловйова, М. Федорова, П. Тейяра де Шардена, Е. Леруа, А. Швейцера, сьогодні є поки що на рівні бажаного. Виправлення такого становища, продукування ідей, що згуртували б людство та скерували його на певні досягнення, — актуальне завдання для науковців.

Упоратися з цим завданням може допомогти порівняно молода галузь екологічної науки — соціальна екологія, що вивчає людське суспільство саме в аспекті його сумісності з особливостями навколишнього природного середовища.

Сьогодні відбувається активна розробка теоретичних основ цієї науки, причому акцент ставиться на значущості масової суспільної діяльності, що скерована на захист та відтворення природних ресурсів. Оскільки ця масова суспільна діяльність можлива лише в тому випадку, коли в самому суспільстві, у переважній більшості його членів сформується екологічна культура, слід визначити, що є її суттю та змістом. У філософії культура в найбільш загальному сенсі розглядається як специфічний спосіб організації та розвитку людської життєдіяльності, представлений у продуктах матеріальної та духовної праці, у системі соціальних норм та інституцій, у духовних цінностях, у сукупності відносин людей та природи, відносин між людьми та людей самих до себе. Культура не має бути протиставлена природі. Це прояв свідомої діяльності, що характеризує ступінь свободи суб'єкта по відношенню до природної та соціальної необхідності.

Останнім часом суспільство дійсно опинилося перед вибором: або зберегти свій спосіб взаємодії з природою, або зберегти біосферу, що придатна для життя, змінивши при цьому тип своєї діяльності. Зрозуміло, що останнє можливе лише за умови докорінної зміни цінностей у галузі як матеріальної, так і духовної культури і формування нової — екологічної культури. Екологічну культуру можна охарактеризувати як органічну,

невід'ємну частину загальної культури, що охоплює ті аспекти мислення та діяльності людини, які співвідносяться з природним середовищем.

Екологічну культуру можна визначити як складову загальнолюдської культури, «...яка характеризується глибоким усвідомленням насущної важливості гармонійного взаєморозвитку суспільства і природи» [3, с. 40]. Отже, найважливішим показником рівня культури суспільства має бути не просто ступінь його духовного розвитку, а й те, наскільки воно моральне, наскільки вкорінені екологічні принципи не тільки в діяльності людей зі збереження навколишнього світу, а й в усій їх повсякденній поведінці та найдрібніших вчинках.

Екологічна культура повільно, але невпинно, на різному ступені охоплює всі підсистеми — соціальні та виробничі відносини, суспільні інституції, освіту та виховання особистості. Змістовою базою для процесу формування екологічної культури особистості є екологічні знання, що виступають передумовою адекватного ставлення людини до екологічних проблем. Другою фундаментальною складовою екологічної культури особистості, що формує етико-естетичне ставлення до дійсності, є емоційно-естетична культура. Нарешті, екологічна культура особистості не мислиться без діяльнісно-практичної складової. Усі названі вище складові визначають єдиний зміст процесу становлення нового екологічного мислення.

Без високого рівня розвитку людського світогляду неможливо прийти до дуже важливого в екології естетичного сприйняття навколишнього світу: такого світовідчуття, у якому було б наявне почуття єдності всього Універсуму, а отже, єдності самої людини та природи. У людини має виникати одночасна потреба естетизації власного життя та сприйняття навколишнього світу як іншого образу себе, насиченого прекрасним. Така гармонія між людиною та природою відображена в безлічі творів мистецтва і характеризує вироблення тонких градацій в осягненні життя [3, с. 40].

В. Красилов зазначає: «Матеріальна сфера західної цивілізації будується на конкуренції — механізмі формування і підтримання «вертикальних» відношень «вище — нижче». Духовна сфера тієї ж цивілізації утверджується на протилежних — «горизонтальних» — відношеннях любові до ближнього, взаємозамінності першого та останнього, що проголошені християнською етикою. Між ними існує конкуренція, що часом має дуже жорсткі форми [2, с. 6]». У сучасному світі на тлі «екологічної безтурботності» та поверхового ставлення до свого життя і до навколишніх живих істот, здається, неможливо «переробити» людство, прищепити йому глибоко моральні засади сталого розвитку, в якому кожний є відповідальним за долю прийдешніх поколінь і не ставить під загрозу їх здатність жити і розвиватися. Дійсно, етичність суспільства — це химера, і мова може йти тільки про етичність кожної людини. Отже, яким чином можна сформулювати такі норми та правила екологічної поведінки, що відповідали б гуманістичній етиці?

Світогляд сучасної людини, зокрема в Україні, сформований під впливом філософських концепцій індивідуалізму. Слідування принципам егоїзму та антропоцентризму роблять неможливим вихід з екологічної кризи. Академік М. Моїсєєв критикував ці позиції, доводячи «...неможливість подолання кризи, що насувається, суто технічними засобами... людство чекає або колапс, або якісна перебудова основ тієї цивілізації, яка почала формуватися в результаті неолітичної революції» [5, с. 26]. Антропоцентризм розглядає природу як об'єкт, і тому будь-яка шкода, нанесена їй, оцінюється лише з погляду збитків, нанесених іншій людині, державі і т.д., з поглядів на те, у чий власності знаходиться природний ресурс. На відміну від цього підходу, екологічна етика визначається нашим ставленням до природи: як до об'єкта (предмета) чи суб'єкта (тобто до рівного собі, що має моральний статус і права). Екологічна етика існує лише тоді, коли ми ставимося до природи як до суб'єкта. У цьому випадку шкода, нанесена природі, буде розглядатися з погляду нанесення збитку самій природі, а відтак — і самій людині. Екологічна етика стверджує концепцію моральних взаємовідносин між людьми та природою і припускає, що людська поведінка стосовно природи може спрямовуватись і спрямовується моральними нормами. Не повинно бути так,

що масові вбивства розглядаються як злочин проти людства і не мають строку давності, а масове знищення лісів — як запланована господарська діяльність.

Екологічна етика має регулювати не тільки відносини окремого індивіда з навколишнім середовищем, але й відносини цілих етносів, держав, усього людства в цілому. Екологічна етика має встановлювати ті норми та правила відносин людини та природи, що забезпечують коеволюцію людини та біосфери. Але головне полягає в тому, що екологічна етика має стати етикою взаємовідносин між людьми. Сучасний мегаполіс загострює «самотність у натовпі», робить практично неможливим просте міжособистісне спілкування. Люди дивляться один на одного в кращому випадку як на постачальників послуг, а в гіршому — як на потенційну загрозу спокою, гідності, гарному настрою. Якщо в межах екологічної етики вдасться сформувати уявлення про єдність людства, хіба не зміняться тоді норми взаємостосунків між людьми?

Певну роль у формуванні екологічних моральних норм повинна виконати філософія, бо вона має накопичений досвід стратегій упровадження цих норм у суспільну свідомість. Якщо людина та природа виступають як нерозривна єдність, то інтереси природи в цьому випадку мають вийти на перший план, отримати пріоритет над інтересами суспільства, включитися у сферу моралі. При такому підході природа в системі моральних цінностей має виступати не як засіб, а як мета. Отже, постає питання про моральне ставлення людини до природи, про особливості його в різних суспільно-історичних умовах, про розширення сфери традиційних, звичних норм моральної регуляції стосовно до природи (норм, засад, цінностей, ідеалів), про включення до цього процесу духовних, релігійних концепцій.

У зв'язку зі сказаним вище у структурі екологічної етики слід ще раз підкреслити роль морального вибору та відповідальності. Як відомо, будь-який вибір особистості визначається або раціональними міркуваннями, або емоційно. В екології вибір, на думку багатьох дослідників, має робитися суто раціонально, розумно, бо лише такий вибір буде відповідальним повною мірою. Але в педагогіці добре відомо, що будь-яке знання засвоюється, якщо воно пережите емоційно. Отже, у проблемах морального вибору не слід применшувати ролі естетичної, почуттєвої сторони. Крім того, ідеться не лише про особисту відповідальність, яку відчуває людина перед окремою екологічною ситуацією, а про соціально-екологічну відповідальність, що має значення не тільки для певної особи, але й для всього історичного розвитку людства, для збереження існування його на планеті.

З іншого боку, цілком зрозуміло, що неможливо запропонувати такий кодекс норм, засад, який задовольнив би всіх, адже мораль є похідною від багатьох об'єктивних умов, у тому числі природних. Тому в соціальній екології пропонується декілька найбільш загальних принципів. Першим з них є «екологічний імператив», запропонований академіком М. Моїсеєвим, який проголошує, що моральна позиція людини по відношенню до природи має бути гуманістичною і не вступати в протиріччя з природними законами. Другим є принцип партнерства, який базується на теорії коеволюції природи та суспільства. Третім може бути названий принцип любові та поваги до природи, особливо до життя у всіх його проявах» [6, с. 9].

Таким чином, еколого-етичні принципи визначають такий тип діяльності людини, який виключає можливість споживацтва, егоцентризму, зневаги до теперішнього та майбутнього життя на планеті. Відповідно до цих принципів має будуватися і робота всієї системи освіти та виховання, бо від того, як молоді люди, діти приймуть та реалізують відповідальність за життя, залежить це майбутнє. Учитель завжди був і залишиться «мотором» суспільного розвитку і прогресу. Отже, учитель будь-якого рівня в складній екологічній ситуації перетворюється на центральну фігуру суспільства, що здатна передати найкращі традиції поваги до життя в будь-яких формах, ненасильства, любові до природи. Саме та держава, яка зможе створити умови для передавання не тільки технологій та знань, а й культури взаємовідносин із навколишнім середовищем, стане лідером у забезпеченні та збереженні життя на Землі.

Екологічні проблеми, з якими людство може зустрітися найближчим часом і вже зустрічається, — часто непередбачувані, і реакція особистості на умови, що склалися, вимагає стійкості, витримки, здатності до вчинку. Професійна підготовка педагога не завжди скерована на означені риси його особистості, отже, його вчинки залежать від нього самого, від його самопізнання власної природи, саморозвитку та свідомої позиції. У межах професійної підготовки потрібні не просто нові програми, підручники, а нова система екологічної етики, заснована на розумінні місця і завдань людини в культурі та природі. Це зробити дуже важко, бо століттями стверджуваний антропоцентристський підхід до природи і недооцінка особистісного досвіду людини, її етико-естетичного сприйняття дійсності заважають реалізувати в діяльності набуті знання з екологічних наук. Лише створивши власний, суб'єктивний образ Природи, актуалізувавши його в своїй особистості, педагог може реалізувати його в практичній діяльності, впливаючи на смислові установки, цінності, становлення до життя своїх учнів.

Висновки

У професійній підготовці вчителя перетинаються два процеси – освіта людини та її становлення як соціокультурного індивідуума. Крім того, в ній поєднуються когнітивний, рефлексивно-ціннісний та діяльнісний компоненти. Таким чином, у процесі професійної підготовки слід залучати майбутніх учителів до дії в системі відношень «Людина-Природа», розвивати у них здатність до конструктивної взаємодії з природою та людьми (зокрема, своїми учнями) та готовність до осмислення цієї взаємодії за критеріями «етично – неетично». Важливо слід активізувати емоційний бік особистості, переживання краси природи і людських стосунків, їх чистоти та цілісності. Отже, усі найголовніші зв'язки особистості, суспільства та природи будуть доповнювати один одного, завдяки чому збагачуватимуться компоненти екологічної культури вчителя та його вихованців.

Перспективи подальших пошуків у напрямі дослідження

Роль екологічної етики буде виконана, якщо в системі професійної підготовки вдасться синтезувати етико-педагогічний та особистісно орієнтований підходи до розвитку вчителя. Треба побудувати професійну підготовку так, щоб майбутній учитель особисто прийняв певні екологічні заборони, норми, правила та міг своїм прикладом передати їх учням.

Для закріплення досягнутого рівня екологічної культури педагога необхідно створювати певні еколого-етичні ситуації, вихід із яких вимагав би визначення пріоритетної цінності етичного ставлення до навколишнього світу і, нарешті, через формування повсякденного досвіду вчинків виведення вчителя на найвищий щабель такого розуміння єдності людини та природи, у якому природа розуміється як цінність культури.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бойчук Ю. Д. Еколого-валеологічна культура майбутнього вчителя: [монографія]. — Суми: Університетська книга, 2008. — 375 с.
2. Борецько В. Є. Екологічна етика: навчальний посібник / В. Є. Борецько, А. В. Подобайло. — К.: Фітосоціоцентр, 2004. — 116 с.
3. Красилов В. А. Метаекологія / В. А. Красилов. — М.: ПИН РАН, 1997. — 208 с.
4. Марчишин С. М. Екологічний словник-довідник: Основні терміни і поняття / С. М. Марчишин — К.: Рідна мова, 1998. — 220 с.
5. Моисеев Н. Н. Еще раз о проблеме коэволюции / Н. Н. Моисеев // Вопросы философии. — 1998. — № 8. — С. 26–32.
6. Моисеев Н. Н. Коэволюция природы и общества. Пути ноосферогенеза / Н. Н. Моисеев // Экология и жизнь. — 1997. — № 2/3. — С. 6–9.
7. Швейцер А. Благоговение перед жизнью / А. Швейцер. — М.: Прогресс, 1992. — 572 с.

УДК 613:37.018.43

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ПРОЕКТУВАННЯ ДИСТАНЦІЙНОГО КУРСУ «КУЛЬТУРА ЗДОРОВ'Я» ЗАСОБАМИ ІНФОРМАЦІЙНОГО СЕРЕДОВИЩА MOODLE

Іваненко Л. О.

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Харків, Україна

У статті розглядається характеристика основних компонентів курсу «Культура здоров'я» в системі дистанційного навчання Moodle, визначені психолого-педагогічні умови проектування дистанційного курсу, відбитий досвід розробки курсу й представлені методичні рекомендації з даної проблеми.

Ключові слова: навчальний процес, дистанційне навчання, Moodle, електронні ресурси, елемент курсу, компоненти курсу, культура здоров'я.

В статье рассматривается характеристика основных компонентов курса «Культура здоровья» в системе дистанционного обучения Moodle, определены психолого-педагогические условия проектирования дистанционного курса, отражен опыт по разработке курса и представлены методические рекомендации по данной проблеме.

Ключевые слова: учебный процесс, дистанционное обучение, Moodle, электронные ресурсы, элемент курса, компоненты курса, культура здоров'я.

In the article the characteristic of the basic components of a course «Culture of health» in Moodle system of distance learning is considered, psychological and pedagogical conditions of designing of a distance course are certain, experience on development of a course is reflected and methodical recommendations on the given problem are presented.

Key words: academic activity, distance learning, Moodle, electronic resources, element of course, components of course, culture of health.

Постановка проблеми

У сучасній системі освіти України все більше актуалізуються питання збереження здоров'я студентів у процесі навчання, робиться акцент на підготовку не тільки яскравої, творчої особистості, але й людини високого рівня освіченості й вихованості людини, яка веде здоровий спосіб життя. Збереження й зміцнення здоров'я перебувають у прямій залежності від рівня загальної культури й культури здоров'я.

Численні публікації останніх років свідчать про те, що значна частина сучасної молоді має невисокий рівень грамотності в питаннях здоров'язбереження (О. Терещева, І. Павлова, О. Ахвердова, В. Магін, С. Логвинов та ін.), і тому це знаходить висвітлення в їхньому способі життя. У зв'язку з цим пріоритетними завданнями сучасного етапу модернізації вищої освіти повинно стати збереження й зміцнення здоров'я студентів, формування у них культури здоров'я.

Наукові дослідження А. Басте, Є. Багнетова, В. Горашука, Ю. Драгнєва, О. Дубогай, О. Кабацької, С. Кириленко, Г. Кривошеєва, В. Оржеховської, С. Страшка та інші свідчать, що питання, пов'язані з розробкою методичних підходів до формування культури здоров'я молоді у навчально-виховному процесі, не достатньо вивчені.

Відомо, що навчальна діяльність студентів проходить при значній нервово-емоційній перенапрузі, якої практично неможливо уникнути. Крім цього, прискорення соціально-економічного прогресу вимагає інтенсифікації професійної підготовки. Тому необхідним є вдосконалення навчального процесу, створення відповідних умов для одержання студентами валеологічних знань, формування в них навичок і звичок культури здоров'я.

Процес інформатизації сучасного суспільства істотно впливає на освіту і вимагає її розвитку за рахунок упровадження різних інновацій. Значні можливості для цього надає впровадження сучасних мережевих технологій у процес професійного навчання. Мережеві технології базуються на поєднанні дистанційних та інформаційних технологій,

реалізованому на базі комп'ютерних мереж та мережі Інтернет. Вітчизняні та зарубіжні вчені досліджували різноманітні аспекти теорії та практики дистанційного навчання, розробки і застосування засобів на основі інформаційних технологій (Д. Андерсон, Е. Доунс, А. Огур, А. Андрєєв, П. Підкасистий, Є. Полат, В. Биков, В. Олійник, В. Рибалка, С. Пейперт, Л. Білоусова та ін.).

На сучасному етапі свого розвитку засоби нових дистанційних технологій стосовно до навчання культури здоров'я можуть сприяти:

- розвитку допитливості розуму і бажання навчатися протягом усього життя, тобто формування готовності до безперервної освіти як важливого фактора здоров'я та показника культури здоров'я;
- розвитку здатності до конструктивного спілкування і взаємодії з людьми різного походження, вірувань і способу життя, не поступаючись при цьому власними ідеалами і цінностями;
- розвитку почуття особистої відповідальності та суспільно-корисної значущості як основи соціального здоров'я, що включає в себе повагу закону і влади, а також прав інших людей;
- розвитку самодисципліни, розуміння себе і формування позитивного образу «Я» шляхом адекватної оцінки власних можливостей та обмежень;
- розвитку поваги до традицій, здатності розуміти і конструктивно реагувати на зміни, що відбуваються в особистому житті та житті суспільства;
- розвитку розуміння сенсу життя, етичних і духовних цінностей, які передбачають повагу цінності людини, справедливості, визнання правил, основних прав, обов'язків і свобод;
- оперативному обміну інформацією, ідеями, планами за тематикою, що цікавить партнерів;
- формуванню навичок самоосвіти, самостійного придбання та вдосконалення валеологічних знань.

Отже, актуальність обраного нами напряму роботи пояснюється необхідністю впровадження дистанційних технологій навчання в систему вищої освіти з метою підвищення рівня сформованості культури здоров'я у молоді. У зв'язку з цим метою нашої роботи було визначення оптимальної структури дистанційного курсу «Культура здоров'я» в інформаційному середовищі Moodle та розробки відповідного методичного забезпечення в процесі вивчення дисципліни.

Виклад основного матеріалу дослідження

Сьогодні формується соціальна домінанта, орієнтована на здоров'я, і відповідно змінюється замовлення суспільства до сфери освіти. Вхідження України у світовий освітній простір і підписання Болонської конвенції спрямовано на забезпечення академічної мобільності студентів і підвищення якості освітніх послуг, що досягається за рахунок упровадження нової технології Moodle, орієнтованої на побудову індивідуальної траєкторії навчання студентів з різних дисциплін.

Moodle (модульне об'єктивно-орієнтоване середовище) — система створення й керування курсами, розроблена на основі педагогічних принципів, що дозволяє ефективно вибудувати освітній процес, зокрема при організації самостійної роботи студентів [1].

Використовуючи Moodle, можна створювати курси, наповнюючи їх навчальними матеріалами у вигляді текстів, допоміжних файлів, презентацій, розміщати графіку, відео- і аудіо-файли. Таким чином, Moodle є центром створення навчального матеріалу й забезпечення інтерактивної взаємодії між учасниками навчального процесу.

Дистанційний курс розглядався нами як особлива, заснована на мережевій технології, форма представлення змісту навчальної дисципліни та засобів для реалізації мережових форм і методів навчання. Розробка дистанційного курсу включає в себе проектування та розробку інформаційної частини курсу і впровадження її в інформаційне середовище Moodle.

Дистанційний курс «Культура здоров'я» базується на озброєнні студентів відповідними знаннями: про культуру пізнання, тобто формування, збереження й зміцнення здоров'я; про культуру відносин, тобто емоційно-ціннісне ставлення до свого здоров'я, мотиви, бажання; про культуру поведінки, що дозволяє реалізувати всі придбані знання, емоційні установки в практичних діях, вчинках, житті.

Як вважає Є. С. Полат, дистанційний курс повинен містити такі структурні компоненти [6]: 1) загальні відомості про курс: його призначення, цілі, завдання, зміст (структура), умови запису на курс, підсумкові документи; 2) довідкові матеріали; 3) блоки для установлення контакту з користувачами; 4) навчальний курс, структурований за модулями; 5) блок завдань, направлений на засвоєння матеріалу, формування та закріплення практичних умінь і навиків; 6) блок творчих завдань; 7) блок моніторингу та контролю.

Дистанційний курс «Культура здоров'я» являє собою навчальний курс у вигляді системи пов'язаних між собою сторінок, переміщення між якими здійснюється за допомогою гіперпосилань. Розробка дистанційного курсу базується на послідовному створенні навчального матеріалу, який підлягає впровадженню в інформаційне середовище, та представлений у файлах, розроблених у сторонніх програмних додатках.

Дистанційний курс з культури здоров'я повинен:

- істотно поглибити систему знань, умінь і навичок, що забезпечують збереження і зміцнення здоров'я, навчити вести правильний спосіб життя;
- надати можливість одержати валеологічну освіту тим, хто не може навчатися очно за різних обставин.

Розробка курсу для мережевого навчання здійснювалася з використанням сайту дистанційного навчання Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна, який функціонує на базі інформаційного середовища Moodle (рис.1).

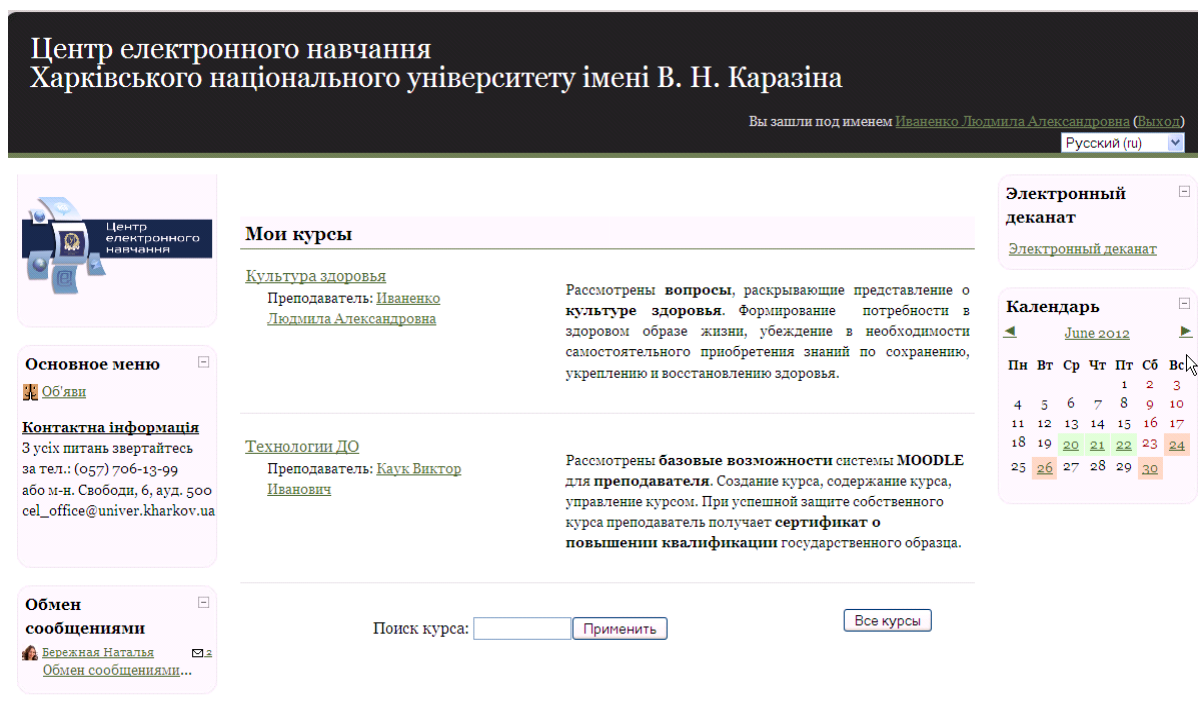


Рис. 1. Головний екран Moodle

Комплексний підхід до проектування курсу в системі дистанційного навчання Moodle повинен включати: цільовий, організаційно-інструктивний, змістовно-інформаційний, процесуально-технологічний, контрольно-оцінний і комунікативний компоненти [5].

Цільовий компонент визначає загальну політику курсу і є визначальним у виборі основних компонентів (див. рис.2).

ХНУ > КЗ > Ресурси > Описание курса Обновить Ресурс

Основные задачи курса:

- 1) способствовать освоению студентами теоретических и практических знаний о культуре формирования физического, психического и духовного здоровья;
- 2) способствовать овладению студентами интегративными и аналитическими способностями для непрерывного образования, процесса постоянного повышения профессиональной и общекультурной компетентности, способствующей оздоровлению населения;
- 3) обеспечивать готовность студентов к диагностике уровня культуры здоровья, постановке задач повышения культурного уровня населения в области здоровьесбережения;
- 4) формировать навыки и умения проектировать и реализовывать технологии формирования культуры здоровья в различных социальных средах;

Должен знать:

- способы, средства, подходы, методологию, процедуры и технологии, используемые в оздоровительной деятельности специалистов разного профиля;
- характеристики, структуру, преобразовательные возможности различных средств и методов формирования здоровья человека.
- характеристики и свойства отдельных элементов или подсистем организма человека: двигательной, нервной, дыхательной, сердечной и т.д.

Должен уметь:

- обладать качествами здоровой личности в физическом, психическом, социальном и духовном плане;
- эффективно взаимодействовать в социуме как личность, сохраняющая свое здоровье и здоровье окружающих через культуросообразное поведение;
- организовывать выбор необходимых и достаточных средств для обоснованного воздействия на поведение и образ жизни человека;
- правильно спланировать процедуру применяемых средств формирования здоровья;
- выбрать или сконструировать адекватную задачам оздоровления методологию воздействия на личность.

Рис. 2. Опис курсу

Змістовно-інформаційний компонент (як на етапі проектування курсу, так і в процесі його використання) є пріоритетним.

Заголовки тем

- Новостной форум
- Описание курса
- Модель оценивания
- Методические рекомендации к написанию реферата
- общие вопросы по курсу
- консультация по курсу
- Общий словарь по курсу
- ☒ Что такое на Ваш взгляд "здоровый образ жизни"?
- Рекомендованная литература к курсу
- Основная книга по курсу
- Культура здоровья

1 Модуль 1. Культура здоровья как составляющая часть общей культуры □

- Тема 1. Здоровье как человеческая ценность. Факторы риска.
 - Вопросы для самоконтроля
 - ☒ Тест-тренинг
 - Ключ к тесту-тренингу
 - ☒ Опросник "Оrientировочная оценка здорового поведения"
 - Ключ к опроснику
- Тема 2. Понятие и определение культуры.
 - Вопросы для самоконтроля
 - ☒ Тест на культурность
- Тема 3. Культура здоровья и ее значение в развитии общества.
 - Вопросы для самоконтроля
 - ☒ Эссе
- Текущий контроль по модулю 1..

Рис. 3. Сторінка дистанційного курсу «Культура здоров'я»

Організаційно-інструктивний компонент містить у собі загальну організацію дистанційного навчання, забезпечує технічну та інструктивну підтримку учасників курсу. Специфіка розробки навчально-методичних матеріалів у системі дистанційного навчання передбачає, насамперед, орієнтацію на самостійну роботу студентів, що вимагає певної структурності (див. рис. 3).

Курс дистанційного навчання розробляється на модульній основі: кожен модуль — це стандартний навчальний продукт, що включає чітко позначений обсяг знань й умінь, призначений для вивчення протягом певного часу, якість роботи якого фіксується курсовими й контрольними роботами, а також тестовими, заліковими й екзаменаційними засобами [3].

Навчальний матеріал для дистанційного курсу надає можливість студентам використовувати різні варіанти роботи з ним: від традиційного читання сторінок електронного курсу до вибору окремих фрагментів дистанційного курсу. Він чітко організований, розділений на невеликі, легко сприймані й логічно завершені фрагменти з використанням таблиць, малюнків, схем, що забезпечує наочність і краще засвоєння інформації. Методичні посібники побудовані таким чином, щоб студент міг перейти від діяльності, яка виконується під керівництвом викладача, до максимальної заміни викладацького контролю самоконтролем. Тому вони містять докладний опис раціональних прийомів описаних видів діяльності, критеріїв правильності рішень.

Процесуально-технологічний компонент спрямований на реалізацію процесу навчання в дистанційній формі відповідно до логіки пізнавальної діяльності й наукової організації діяльності викладача й студентів.

У системі дистанційного навчання неоціненну роль відіграє комунікативний компонент. До основних видів комунікацій у системі Moodle відносяться викладач-студент, студент-студент, які реалізуються шляхом обміну листами, форумів, чатів тощо.

Елемент курсу «Форум» дозволяє формувати самостійні судження. Під час форуму розвивається творче спілкування студентів, формуються навички доказу власних суджень.

Форуми дають студентам більше часу на обмірковування й формулювання відповідей, дозволяючи організувати більш глибоке обговорення досліджуваного матеріалу. З іншого боку, чати дозволяють організувати легке й швидке спілкування студентів один з одним (наприклад, для обговорення спільного проекту) і викладачем, незалежно від того, де вони перебувають. Чати використовуються для різних цілей — від анонса курсів, змін у розкладі, до проведення самого заняття в режимі чату.

Електронні семінари в режимах форум або чат використовуються, у випадку, якщо викладачеві необхідно довідатися про особисту думку тих, кого навчають, із якого-небудь питання, оцінити розуміння суті досліджуваних явищ. Проведення електронних семінарів студентів оцінюється за такими критеріями: рівень активності в дискусії (кількість виступів), уміння задавати питання за темою дискусії, уміння аргументовано відповідати на питання, інформованості, знання першоджерел інформації, уміння використати терміни й поняття з досліджуваної теми, уміння виділяти головну думку.

Однією з умов успішного засвоєння дистанційного курсу є відкритість системи оцінювання, відкритість (доступність) питань і завдань, які будуть оцінені (див. рис. 4).

Контроль та оцінювання знань студентів сприяє підвищенню мотивації студентів до системного активного навчання і здійснюється шляхом проведення кредитно-модульного контролю знань [2].

У системі дистанційного навчання, як і при традиційному навчанні, здійснюється поточний, рубіжний і підсумковий контроль.

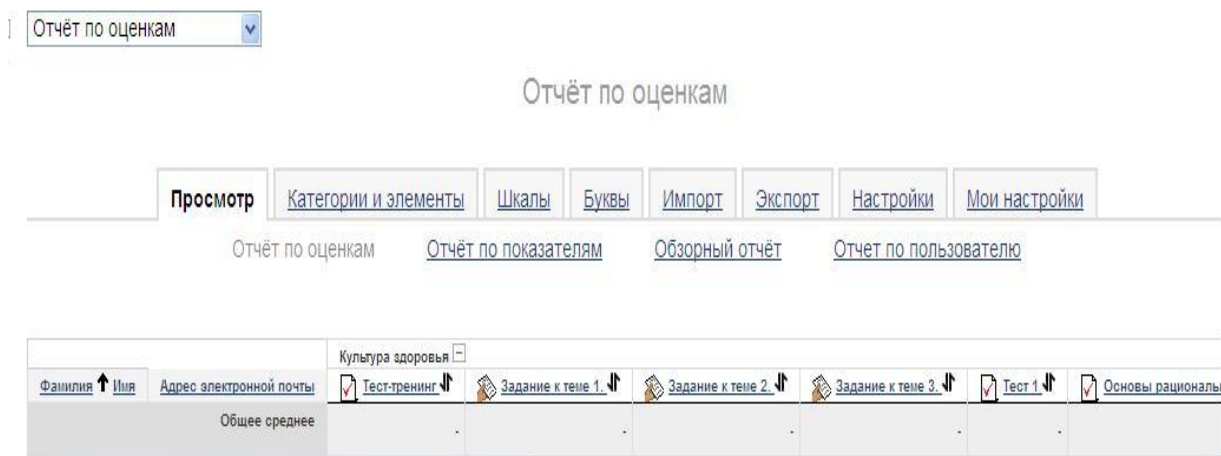


Рис. 4. Звіт за оцінками

Moodle має не тільки багатофункціональний тестовий модуль, але й надає можливість оцінювання роботи студентів у таких елементах курсу як Завдання, Форум, Wiki, Глосарій і т.д. Оцінки можуть бути переглянуті на сторінці оцінок курсу, що має безліч налаштувань за видом відображення й угруповання оцінок.

Оскільки основною формою контролю знань у дистанційному навчанні є тестування, система Moodle має великий інструментарій для створення тестів і проведення навчального й контрольного тестування. Як стверджує І. А. Морєв, освітні інформаційні технології мають розвинену шкалу градуювання і дозволяють застосовувати методику м'якого тестування (тренінги, неодноразове проходження), що сприяє використанню тестів як засобу оцінки та оптимізації професійної підготовки майбутніх фахівців [4]. Це дає можливість використовувати тест не тільки на етапі контролю, а й на етапі формування і закріплення компетенцій, установивши можливість декількох спроб та різні стратегії оцінювання — з урахуванням попередніх спроб чи ні. Проходячи тестовий тренінг на етапі самостійної підготовки до контрольного тестування, студент має можливість сам критично оцінити свої успіхи та промахи при вивченні даного матеріалу, правильно організувати подальшу роботу, забезпечити її системність та систематичність.

Просмотр Тест-тренинг

1 *1. Если утром Вам надо встать пораньше, Вы*
 Баллов: --/30

Выберите один ответ.

☐ а. полагаетесь на случай

☐ б. заводите будильник

☐ в. доверяете внутреннему голосу

2 *Проснувшись утром, Вы*
 Баллов: --/30

Выберите один ответ.

☐ а. встаете не спеша, делаете легкую гимнастику и только потом начинаете собираться на занятия

☐ б. сразу вскакиваете с постели и принимаетесь за дела

☐ в. увидев, что у вас в запасе несколько минут, продолжаете нежиться под одеялом

Рис. 5. Приклад тестового задания

Якщо в процесі навчання студенти освоюють якийсь обсяг академічних знань — чітких понять, термінів, конкретних фактів — то в цьому випадку необхідно використати тестові завдання, — оскільки їхнє застосування дозволить швидко одержати результати й зробити висновки про ефективність проведеного навчання.

Методика дистанційного навчання культури здоров'я орієнтована на практичні знання, практичну діяльність й активність у збереженні й підтримці здоров'я й здорового способу життя (див. рис. 6). Оцінювання результатів роботи з даного предмета необхідне, але воно не повинно бути традиційним, адже головний результат — це практичні навички, уміння приймати рішення, уникати невиправданого ризику, за необхідності надавати першу допомогу в складних екстремальних ситуаціях, пов'язаних із погрозою здоров'ю або життю.

**Центр електронного навчання
Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна**

Вы зашли под именем Иваненко Людмила Александровна (Выход)

ЦЭО ХНУ > КЗ > Тесты > Эссе > Попытка 1 Обновить Тест

Вступление Результаты Просмотр Редактировать

Просмотр Эссе

[Начать заново](#)

1 написать эссе на тему "Культура здоровья как образ жизни человека."
Баллов: --/1

Ответ:

Rich text editor toolbar with icons for bold, italic, underline, font color, background color, bulleted list, numbered list, link, unlink, etc.

Path: p

[Отправить](#)

**Центр електронного навчання
Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна**

Перейти на...

ЦЭО ХНУ > КЗ > Задания > Задание к теме 1. Обновить Задание

Ни одной попытки не было выполнено для размещения ответа на задание

Провести небольшое исследование: выделить наиболее значимые этапы в истории становления культуры здоровья; узнать имена известных ученых, работавших в этой области; оценить их вклад в создание технологий здорового образа жизни (ЗОЖ).

Результаты представить в таблице:

Историческая эпоха	Представители	Основные идеи и технологии ЗОЖ	Мои комментарии
1.			
2.			

Рис. 6. Приклад практичного завдання

Підсумковий контроль здійснюється по закінченні дистанційного курсу, його зміст охоплює весь курс (або як мінімум, вузлові аспекти курсу) і проводиться комплексно, включаючи тестові завдання, теоретичні питання й завдання.

Оцінка ефективності дистанційних курсів припускає визначення таких критеріїв, як: рівень знань студентів; практичні вміння й навички, придбані тими, хто навчається; суб'єктивна задоволеність студентів навчальним курсом (опитування, анкета студентів у системі Moodle, зовнішній контроль) тощо.

Система статистики забезпечує постійний моніторинг роботи всіх користувачів системи, викладач може в будь-який момент подивитися, коли й що робив студент на сайті — скільки разів звертався до ресурсів, скільки разів звертався до форумів і що саме робив (відповідав, задавав питання тощо).

Висновки

Таким чином, основною формою навчально-пізнавальної діяльності в дистанційному навчанні Moodle є самостійна робота з навчально-методичними матеріалами, головними вимогами до якої є повна забезпеченість усіма необхідними матеріалами, висока мотивація навчання відповідно до навчального плану, постійний контроль над процесом навчання, а також забезпечення постійного контакту з викладачем і взаємодії студентів між собою.

ЛІТЕРАТУРА

1. Андреев А. В. Новые педагогические технологии: система дистанционного обучения Moodle / А. В. Андреев, С. В. Андреева, Т. А. Бокарева, И. Б. Доценко // Открытое и дистанционное образование. — 2006. — № 3 (23). — С. 5–7.
2. Кремень В. Г. Дистанційна освіта — перспективний шлях розв'язання сучасних проблем розвитку професійної освіти / В. Г. Кремень // Вісник академії дистанційної освіти. — 2003. — № 1. — С. 9.
3. Кухаренко В. М. Дистанційне навчання: Умови застосування. Дистанційний курс: навчальний посібник. 3-тє вид./ В. М. Кухаренко, О. В. Рибалко, Н. Г. Сиротинко. — Харків: НТУ «ХПІ», «Торсінг», 2002. — 320 с.
4. Морев И. А. Образовательные информационные технологии: [монография] / И. А. Морев. — Владивосток: Изд-во ДГУ, 2004. — Ч. 5: Методическая система стимулирования обучаемости средствами дидактического тестирования, 2004. — 120 с.
5. Мясникова Т. С. Система дистанционного обучения Moodle / Т. С. Мясникова, С. А. Мясников. — Харьков: Издательство Шейной Е. В., 2008. — 232 с.
6. Полат Е. С. Теория и практика дистанционного обучения: [учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений] / Е. С. Полат, М. Ю. Бухаркина, М. В. Моисеева. — М.: Изд. Центр «Академия», 2004. — 416 с.
7. Сисоева С. О. Методологічні проблеми дистанційного навчання // Вісн. Акад. дистанц. освіти. — 2004. — № 2. — С. 21–28.
8. Rice W.H. Moodle Teaching Techniques [Текст] / W.H. Rice. — UK: Pakt, 2007. — 172 p.

УДК: 371:378

ПІДГОТОВКА ВИКЛАДАЧІВ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я ЯК НЕОБХІДНА УМОВА ДЛЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ НАСЕЛЕННЯ

Іванова В. В., Жмурко В. В.

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Харків, Україна

Стаття присвячена дослідженню значення викладачів-валеологів, необхідності підготовки відповідних кадрів для забезпечення здоров'я населення України, його покращення, задоволення потреби громадян у валеологічних знаннях, прикладу для наслідування, необхідності формування успішної та здорової особистості. Висвітлені питання змісту культури здоров'я та педагогічної готовності до професійної діяльності майбутніх валеологів.

Ключові слова: валеологія, здоров'я, збереження здоров'я, культура здоров'я, майбутні викладачі, студенти, школярі.

Статья посвящена исследованию значения преподавателей-валеологов, необходимости подготовки соответствующих кадров для обеспечения здоровья населения Украины, его улучшения, удовлетворения потребности граждан в валеологических знаниях, примера для подражания, необходимости формирования успешной и здоровой личности. Освещены вопросы содержания культуры здоровья и педагогической готовности к профессиональной деятельности будущих валеологов.

Ключевые слова: валеология, здоровье, культура здоровья, будущие преподаватели, сохранение здоровья, студенты, школьники.

The article is devoted to the value valeologists teachers, the need for appropriate staff to ensure the health of the population of Ukraine, to improve it, meet the needs of citizens in valeologic knowledge, role models, the need to create a successful and healthy personality. The questions of the content of a culture of health and educational readiness for future career valeologists.

Key words: valeology, health, health culture, future teachers, maintaining the health, students and schoolchildren.

Постановка та актуальність проблеми

Розвиток української освіти та її реформа висувають нові вимоги до професійної підготовки педагога, а враховуючи рівень стану здоров'я населення, до спеціальної, загальнопедагогічної підготовки майбутнього вчителя тепер додані питання здоров'язбереження населення, особливо молодого покоління, якими займається нова галузь педагогіки – здоров'язбережувальна педагогіка, а також молода наука – валеологія.

Стан здоров'я населення України залежить від сприятливої політики держави. Поступово вона рухається в напрямі збереження та зміцнення здоров'я громадян: упродовж останніх років запроваджуються соціальні програми, цільові програми, такі як «Здорова нація» на 2009–2013 роки, «Репродуктивне здоров'я нації» на період до 2015 року, превентивні проекти «Рівний-рівному», «Діалог», «Школа проти СНІДу» та ін.

У процесі оновлення та реформування законодавства України щодо сприяння здоровому способу життя слід урахувати різні чинники, які стосуються захисту права кожної людини на досягнення максимально можливого здоров'я, проводити різні заходи щодо пропаганди здорового способу життя. Поміж цих заходів слід виокремити основні три, які стосуються як кожної особистості, так і держави в цілому:

- Освіта й навчання здорового способу життя.
- Захист здоров'я.
- Профілактика захворювань [4].

Особливої уваги потребує формування валеологічної культури школярів та молоді, бо саме в цей час формуються особисті пріоритети, світогляд та життєві звички, а стан їхнього здоров'я залишає бажати кращого.

Питання, що стосуються проблем здоров'я в системі освіти, розробляють українські вчені М. Гончаренко, І. Бех, Т. Бойченко, В. Горашук, О. Гладощук, В. Гриньова, О. Дубогай, С. Омельченко, О. Савченко, Л. Сущенко та ін.

Мета статті — аналіз досліджень та публікацій з питань важливості підготовки майбутніх учителів основ здоров'я для забезпечення розвитку культури здоров'я, формування здорового способу життя учнів, ролі валеологічної освіти для професійної реалізації педагогів.

Результати аналізу

Актуальність проблеми підготовки професійного вчителя основ здоров'я, фахівця зі здорового способу життя, який ефективно реалізуватиме інноваційну педагогічну діяльність, тісно пов'язану з питаннями здоров'язбереження молодого покоління, зумовлена ростом потреби спільноти у викладачі, який *володіє культурою здоров'я*, уміє та бажає транслювати її учням, молоді задля покращення їхнього стану здоров'я, прищеплювати їм звички здорового способу життя, задовольняти потреби у знаннях валеологічного, екологічного, психологічного характеру; потребами вищої освіти у введенні до навчальних планів валеологічних дисциплін чи курсів; негативними тенденціями в соціумі — забрудненням навколишнього середовища, зниженням рівня загальної культури молоді, що пов'язано з ростом різного типу захворювань, хворобливих станів тощо.

Під культурою здоров'я майбутнього вчителя розуміється цілісна особистісна освіта, що представляє собою єдність пріоритету цінностей здоров'я, високої активності щодо їх освоєння і трансляції в майбутній професійній діяльності, глибоких знань про шляхи і засоби ефективного збереження, зміцнення, формування здоров'я [3].

Виходячи із соціальної специфіки даної категорії, її професійної спрямованості, *зміст культури здоров'я розглядається через сукупність таких компонентів*:

- **мотиваційно-ціннісний** (система спонукання до оволодіння культурою здоров'я та її трансляція);
- **змістовно-операційний** (система здравотворчих знань, умінь, технологій);
- **рефлексивно-оцінний** (передбачає аналіз особистістю становлення у неї культури здоров'я і корекцію з метою досягнення більш високого її рівня);
- **креативний** (представляє творчу самореалізацію в здоров'ятворчості);
- **емоційно-вольовий** (передбачає здатність особистості слідувати вимогам культури здоров'я у власній і професійній життєдіяльності, отримувати задоволення від здоров'ятворчості).

Виділені компоненти являють собою цілісну структуру за наявності системоутворюючого компонента в якості мотиваційно-ціннісного, від рівня розвитку якого, у свою чергу, залежить ступінь розвитку інших компонентів культури здоров'я [3].

Саме формування культури здоров'я майбутніх валеологів має стати головною метою навчання у вищому навчальному закладі. Протягом навчання у ВНЗ майбутні викладачі вивчають різноманітні дисципліни як спеціального, так і загального характеру, у результаті чого в них формуються валеологічний світогляд, стійкі переконання щодо здорового способу життя, корисних та шкідливих звичок, що формує справжнього спеціаліста з педагогічною освітою.

Перед студентами стоїть проблема усвідомлення необхідності валеологічних знань, знань зі здоров'язбережувальної педагогіки, важливості формування культури здоров'я населення, просвітницьких програм, особливо підготовка до педагогічної діяльності, щоб забезпечити важливість валеологічних знань для кожного, і в першу чергу для самого майбутнього педагога.

Для того щоб бути успішним педагогом-валеологом, недостатньо мати лише спеціальні знання, треба ще й власним прикладом показувати значення власного здоров'я для самого себе — вести здоровий спосіб життя та бути особистістю з пріоритетом гуманістичних якостей.

Складовими професійно-педагогічної готовності до професійної діяльності майбутніх

педагогів-валеологів є:

- самосвідомість;
- емоційно-позитивне ставлення до особистості учня;
- знання про організм та здоров'я учнів;
- уміння здійснювати валеологічний вплив;
- прагнення до передачі духовно-ціннісного та національного досвіду формування

здоров'я учнів [2].

Формування здоров'я дітей у період шкільного навчання залежить від зусиль усіх учителів-предметників, усього педагогічного колективу, його загального рівня культури здоров'я, але важливу роль у цьому процесі відіграє вчитель основ здоров'я, його особистість, професіоналізм та валеологічна компетенція.

Ураховуючи місце пріоритету власного здоров'я, культури здоров'я в українському суспільстві, актуальним постає питання навчання та виховання у майбутнього педагога валеологічної культури, формування прагнення до здоров'язбереження та його примноження, а також бажання навчати інших цінувати власне здоров'я.

Отже, ефективність роботи майбутнього вчителя, його здоров'язбережувальна діяльність забезпечується насамперед професійними знаннями, рівнем їх засвоєння, щоб орієнтуватися у великій кількості педагогічної, валеологічної, психологічної, екологічної та іншої літератури у відповідних напрямках наукових досліджень, державних програмах тощо та відбирати необхідне для власної діяльності, що є однією з можливостей для особистого професійного розвитку.

Висновки

Здоров'я дітей та молоді — це проблема першочергової важливості будь-якого суспільства, оскільки саме воно визначає майбутнє кожної країни і характеризує соціально-економічний розвиток держави.

Особливе значення в цьому питанні відводиться освіті, завдання якої поповнилося забезпеченням відповідними кадрами для формування культури здоров'я учнів, студентів та дорослих.

Потреба у викладачах валеологічних дисциплін у навчально-виховних закладах зростає, оскільки їхня діяльність спрямована на покращення рівня здоров'я населення, транслявання необхідних знань, умінь та навичок через валеологічну освіту, що в умовах стану здоров'я населення, зокрема молодого покоління, є дуже актуальним.

Тому особливо важливого значення набуває проблема підготовки викладачів-валеологів у системі вищої освіти для забезпечення потреб громадян України в культурі здоров'я, збереження та примноження здоров'я, у превентивних заходах для населення тощо.

ЛІТЕРАТУРА

1. Єрмакова Т. С. Проблема формування здорового способу життя старшокласників у вітчизняній педагогіці (друга половина XX століття): автореф. на здобуття ступеня канд. пед. наук: 13.00.01 «Загальна педагогіка та історія педагогіки» / Т. С. Єрмакова. — Харків, 2010. — 23 с.
2. Конельська І. М. Валеологічна складова професійної компетентності сучасного вчителя / І. М. Конельська // Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: Валеологія: Сучасність і майбутнє. — 2006. — № 747. — С. 29–32.
3. Лебедченко С. Формирование культуры здоровья будущего учителя в процессе профессиональной подготовки: автореф. на соискание канд. пед. наук: 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / С. Лебедченко. — Волгоград, 2000, — 26 с.
4. Лук'янченко М. Проблеми формування здорового способу життя: нормативно-правові аспекти / М. Лук'янченко // педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. — 2011. — № 2. — С. 75–77.
5. Омельченко С. Здоров'язбережувальна педагогіка: сучасні тенденції та перспективи розвитку / С. Омельченко, Л. Каліберда // Рідна школа. — 2012. — № 7. — С. 25–28.
6. Пакушина Л. Сутність процесу формування валеологічної грамотності майбутніх соціальних педагогів / Л. Пакушина // Вісник Черкаського університету. Випуск 203. Частина III. — Серія: Педагогічні науки. — 2011. С. 80–85.

УДК 373.29

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ПІДГОТОВКИ ДІТЕЙ ДО ШКОЛИ

Касьян О. М.

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Харків, Україна

Стаття присвячена проблемі підготовленості дітей шестирічного віку до навчання в першому класі. Основна увага приділяється віковим особливостям даного вікового періоду. У статті висвітлено деякі аспекти створення педагогічних умов щодо підготовки дітей до школи. Досліджуються складові готовності до навчання дітей дошкільного віку. Розглянуто фізіологічну, інтелектуальну, особистісну, соціально-психологічну складові готовності до навчання. Також основна увага приділена питанню адаптації дітей у процесі навчання в школі.

Ключові слова: адаптація до школи, діти дошкільного віку, компоненти готовності до школи, підготовка до школи, шкільна зрілість.

Статья посвящена проблеме подготовленности детей шестилетнего возраста к обучению в первом классе. Основное внимание уделяется возрастным особенностям данного возрастного периода. В статье рассматриваются некоторые аспекты создания педагогических условий по подготовке детей к школе. Исследуются составляющие готовности к обучению детей дошкольного возраста. Рассмотрены физиологическая, интеллектуальная, личностная, социально-психологическая составляющие готовности к обучению. Также основное внимание уделено вопросу адаптации детей в процессе обучения в школе.

Ключевые слова: адаптация к школе, дети дошкольного возраста, компоненты готовности к школе, подготовка к школе, школьная зрелость.

The present article is devoted to the problem of the six-year-old children learning in the first form. Main attention is paid to the age peculiarities of this age period. This article deals with some aspects of the pedagogical conditions that can help to prepare children for school. The components of school readiness of the pre-school children are researched. The physiological, intellectual, personal, social and psychological components of school readiness are analyzed. Basic attention is spared to the question of children adaptation in the process of studying at school.

Key words: school adaptation, pre-school children, components of school readiness, school preparation, school maturity.

Постановка проблеми

Підготовка дітей до школи — одна з актуальних проблем, що постають перед суспільством в останні десятиріччя. Керівні положення нової законодавчої бази дошкільної і початкової освіти (Закон «Про загальну середню освіту» (1999), вимагає перегляду підходів до організації підготовки дітей старшого дошкільного віку до школи. Закон «Про дошкільну освіту» (2001) передбачає обов'язковість дошкільної підготовки кожної дитини, а «Базовий компонент дошкільної освіти в Україні» (1998) визначає державний стандарт якості розвитку, виховання й навчання [1]. Перш за все утверджується цінність гармонійного та різнобічного розвитку дитини, досягнення нею соціальної компетентності, яка необхідна для її нормального функціонування у навколишньому середовищі.

Проте сьогодні слабкий стан здоров'я в 6-річних учнів несприятливо позначається на процесі їх адаптації до навчальних навантажень і шкільного режиму. Кожен четвертий учень, який мав у 6-річному віці хронічні захворювання, відчуває труднощі при включенні в шкільне життя, що, у свою чергу, проявляється в різкому погіршенні соматичного і нервово-психічного здоров'я [4, с. 9]. Усе це зумовлює перегляд і конструктивні зміни організації підготовки дітей дошкільного віку до школи.

Аналіз останніх досліджень і публікацій

Вирішенням проблеми підготовки дітей дошкільного віку до навчальної діяльності займалися науковці А. Богуш, Т. Бондаренко, Н. Бушуєва, Н. Гавриш, О. Кононко тощо.

Різноманітні аспекти психологічної адаптації вивчають М. Зеленова, В. Цилев; загальні питання соціалізації дитини аналізує М. Лукашевич, Г. Люблінська тощо [2].

Готовність дітей до школи науковці розглядають різнобічно. Так, О. Савченко вважає, що доцільна як загальна, так і спеціальна підготовка, коли до школи вступають діти, яким на 1 вересня поточного року виповнилося шість років і які за результатами медичного й психологічного обстеження не мають протипоказань до систематичного шкільного навчання [9]; на думку Г. Лаврентьєвої — які набули відповідного особистісного, інтелектуального та фізичного розвитку [7]. Робота з шестирічними дітьми передбачає обов'язкове врахування їх фізіологічних і психологічних особливостей. Найбільш докладно ці особливості розкриті в дослідженнях А. Л. Вегнера, Д. Б. Ельконіна, В. С. Мухіної.

Формування цілей статті

Мета роботи полягає в теоретичному обґрунтуванні психолого-педагогічних умов підготовки дітей до навчання в школі.

Завдання дослідження полягає в аналізі та визначенні критеріїв оцінювання підготовленості дітей до школи, у визначенні сучасного стану проблеми готовності дітей дошкільного віку до навчальної діяльності в педагогічній теорії.

Виклад основного матеріалу дослідження

Вступ до школи суттєво змінює спосіб життя дитини: 6-річні діти переживають кризу у своєму розвитку, оскільки в цей час відбуваються складні фізичні та психологічні зміни.

У дошкільному віці відбувається інтенсивне дозрівання організму дитини: морфологічні зміни в будові головного мозку, зростає вага, посилюється регулятивний вплив кори великих півкуль та функціонування підкірки, виникають складні умовні рефлексії, у яких провідну роль відіграє слово, тобто інтенсивно формується друга сигнальна система [5, с. 45–46]. Крім розвитку мови, важливе значення у формуванні мислення дитини має розвиток продуктивних видів діяльності: малювання, конструювання, ліплення тощо. У дошкільному віці діти відрізняються підвищеною чутливістю до думок і оцінок навколишніх людей, гостро реагують на зауваження; вони егоцентричні, що проявляється в бажанні бути в центрі уваги; відчувають високу потребу в емоційних контактах [8, с. 444].

У 6-річних першокласників, як правило, переважає мимовільна пам'ять, тому вони запам'ятовують насамперед те, що цікаво, а не те, що потрібно; більшість із них здатні утримувати увагу лише протягом 10 – 15 хвилин, швидко втомлюються, виконуючи однотипну роботу.

Тому вирішення питання про те, чи може дитина починати навчання в школі, чи достатньо вона готова фізично і психологічно, – вкрай важливе. Об'єктивна оцінка рівня «шкільної зрілості» повинна вирішуватися комплексним обстеженням на основі певної системи. Зокрема, тести дозволяють виявити особистісну, фізичну та інтелектуальну готовність дитини до школи. При недостатньому, наприклад, рівні психологічної готовності необхідно, з одного боку, проведення корекційної роботи, а з іншого – переконати батьків не поспішати з початком навчання дитини в школі, але докласти максимум зусиль для зміни ситуації протягом року. В іншому випадку такі діти або будуть відставати в навчанні, або будуть справлятися з ним ціною великого нервово-психічного напруження [3, с. 102–103].

У процесі визначення готовності дітей до навчання в школі обов'язково необхідно враховувати всі **складові готовності до шкільного навчання**:

1. Фізіологічна готовність.

Оцінка здоров'я дітей при їх вступі до школи базується на параметрах загального фізичного розвитку (вага, зріст, кістково-м'язова зрілість, рівень рухових умінь, розвиток фізичних якостей тощо) та наявності хронічних хвороб [4, с. 142]. Згідно з наказом Міністерства освіти і науки України від 7 квітня 2005 р. № 204 «Про прийом дітей до 1 класу загальноосвітніх навчальних закладів» для зарахування майбутніх учнів до загальноосвітнього навчального закладу батьки подають медичну довідку встановленого зразка. Для цього перед вступом до школи попередньо проводяться обов'язкові медичні огляди дільничного педіатра та лікарів вузьких спеціальностей (невропатолог, отоларинголог, хірург-ортопед, офтальмолог, стоматолог). Огляд дитини перед вступом до

школи лікарями-спеціалістами допоможе виявити різні, на перший погляд, приховані відхилення в стані здоров'я.

Для визначення фізіологічної готовності до навчання в школі також використовують відомий «філіппінський тест»: дитина повинна дотягнутися рукою через голову до мочки протилежного вуха (перевірка пропорційності розвитку тіла). Ще один вагомий показник – зубна зрілість — до початку навчання в дитини мають помінятися мінімум два молочних зуби на постійні.

Нехтування показника фізіологічної готовності дітей може призвести в майбутньому до шкільної дезадаптації, яка може проявлятися в погіршенні стану здоров'я, зменшенні ваги та кількості гемоглобіну в крові, зниженні гостроти зору, погіршенні травлення, сну та апетиту.

2. Інтелектуальна готовність.

Інтелектуальний компонент готовності до школи включає в себе:

- обізнаність дитини щодо навколишнього світу, природних і соціальних явищ (цілісний світогляд);

високий рівень пізнавальної активності, який забезпечується розвитком пізнавальних процесів (сприйняття, пам'ять, увага, уява, мислення) та розвитком розумових операцій (аналіз, синтез, узагальнення, порівняння, класифікація тощо) [6, с. 46];

- мовний розвиток, який визначається умінням слухати, переказувати, складати розповіді, розвивати діалогічну мову, тобто зрозуміло висловлювати свою думку.

- розвиток дрібної моторики рук, навички володіння ручкою.

3. Особистісна готовність.

До особистісної готовності можна віднести такі компоненти:

- *мотиваційний компонент* — відображає бажання чи небажання дитини навчатися. У дошкільника має бути сформована чітка внутрішня мотивація на отримання нових знань (навчальна мотивація, внутрішня позиція школяра), оскільки бажання навчатися — найголовніший критерій шкільної зрілості;

- *вольовий компонент* — проявляється в здатності керувати своєю поведінкою.

- *емоційний компонент* готовності полягає в тому, що дитина вміє опановувати власні імпульсивні реакції і досить тривалий час може виконувати не дуже цікаву роботу;

- *самооцінка* (в нормі для дошкільнят характерна адекватна чи злегка завищена самооцінка). До початку навчання в дитини має бути сформована адекватна самооцінка, для того щоб вона була готова соціалізуватися в шкільному колективі, змогла розумно поводитися в конфліктних ситуаціях. Для визначення рівня самооцінки найчастіше використовують тест «Драбинка».

4. *Соціально-психологічна готовність* виявляється у потребі й умінні взаємодіяти і спілкуватися з однолітками, дорослими, у здатності виконувати соціальну роль учня, умінні слухати і виконувати вказівки вчителя.

Отже, **готовність до шкільного навчання** можна визначити як досягнення дитиною певного соціального, фізичного, інтелектуального, психологічного і особистісного рівня розвитку, який забезпечить їй успішність навчання, збереження здоров'я й адаптацію до нових умов і обов'язків шкільного середовища.

Висновки і перспективи подальшого розвитку

На основі аналізу сучасних критеріїв оцінювання підготовленості дітей до школи можна зробити висновок, що майбутній шестирічний школяр повинен бути фізично здоровим, особистісно зрілим, психічно і соціально розвиненим. Лише повноцінний розвиток усіх компонентів готовності до школи гарантуватиме успіх у навчанні.

Перспективи подальших досліджень у цьому напрямі бачимо в деталізації сутності всіх складових готовності до шкільного навчання та в знаходженні оптимальних методів, прийомів їх розвитку в різних формах виховання дітей старшого дошкільного віку, а також у визначенні ролі сім'ї в контексті підготовки дитини до школи.

ЛІТЕРАТУРА

1. Базовий компонент дошкільної освіти в Україні (державний освітній стандарт) // Коментар до Базового компонента дошкільної освіти в Україні / Наук. ред. О. Л. Кононко. — К.: Дошкільне виховання, 2003. — С. 203 — 244.
2. Бушуєва Н. Шестирічки: формування повноцінної навчальної мотивації / Н. Бушуєва // Дошкільне виховання. — 2007. — № 9. — С. 11–13.
3. Вайнер Э. Н. Валеология: учебник для вузов / Э. Н. Вайнер. — М.: Флинта: Наука, 2001. — 416 с.
4. Диагностика здоровья. Психологический практикум / под ред. проф. Г. С. Никифорова. — СПб.: Речь, 2007. — 950 с.
5. Заброцкий М. М. Основы возрастной психологии: навч. посіб. / М. М. Заброцкий — Тернопіль: Навчальна книга. — Богдан, 2006. — 112 с.
6. Князева Т. Н. Психологическая готовность ребенка к обучению в основной школе: структура, диагностика, формирование / Т. Н. Князева. — СПб.: Речь, 2007. — 119 с.
7. Лаврентьева Г. Готовність дитини до школи: складові успішного навчання / Г. Лаврентьева // Дошкільне виховання. — 2000. — № 9. — С. 3–5.
8. Психология здоровья: учебник для вузов / под ред. Г. С. Никифорова. — СПб.: Питер, 2006. — 607 с.
9. Савченко О. Я. Новый этап развития начатковой школы / О. Я. Савченко // Дошкільне виховання. — 2001. — № 1. — С. 6–10.

УДК 519.216.3

КОМПОНЕНТИ ТА ПІДХОДИ МЕТОДИКИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ КЛАСИЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ

Кучук Н. Г., Россомахин С. Г.

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Харків, Україна

Дослідження, розглянуте в даній статті, присвячено аналізу проблеми формування здорового способу життя студентів класичного університету. Основну увагу зосереджено на дослідженні концептуальних підходів, компонентів та науково-методичного обґрунтування методики формування здорового способу життя студентів класичного університету. Також розглянуто різні аспекти теоретико-методологічних підходів до формування здорового способу життя студентів.

Ключові слова: формування здорового способу життя студентів, концептуальні підходи, компоненти.

Исследование рассмотренное в данной статье, посвящено анализу проблемы формирования здорового образа жизни студентов классического университета. Основное внимание сосредоточено на исследовании концептуальных подходов, компонентов и научно-методического обоснования методики формирования здорового образа жизни студентов классического университета. Также рассмотрены различные аспекты теоретико-методологических подходов к формированию здорового образа жизни студентов.

Ключевые слова: формирование здорового образа студентов, концептуальные подходы, компоненты.

Studies reviewed in this article is devoted to the analysis of the problem of healthy lifestyle classic university students. It focuses on the study of conceptual approaches, components, and scientific-methodological study techniques for healthy lifestyle classical university students. Also, various aspects of theoretical and methodological approaches to health promotion students.

Key words: building healthy students, concepts, components.

Актуальність та ступінь розробки проблеми

Сучасний розвиток здорового способу життя в Україні визначив нові пріоритети цієї сфери відповідно до світових тенденцій. Реакція на швидкоплинні економічні та соціальні, технологічні та інформаційні реалії сучасного суспільства вимагає не просто підвищення рівня освіти людей, а переходу в режим неперервної модернізації цілей, принципів, змісту та технологій освітнього процесу, формування нового типу фахівця — компетентної, асоціативної людини з відповідальним ставленням до власного здоров'я.

Спрямованість політики розвитку України на становлення її, як держави високорозвиненої, правової, демократичної спонукає до необхідності вирішувати не тільки економічні проблеми, але й турбуватися про своїх громадян і, перш за все, про їхнє здоров'я. Як відомо, саме здорова людина спроможна найбільш ефективно створювати значущі духовні та матеріальні цінності, генерувати нові ідеї і творчо їх розв'язувати. Здоров'я є однією з фундаментальних загальнолюдських цінностей. Здоров'я людини залежить від багатьох факторів: кліматичних умов, стану навколишнього середовища, забезпечення продуктами харчування та від їх цінності, від психологічних, духовних та соціально-економічних умов, а також стану медицини.

Аналіз останніх досліджень і публікацій

Оскільки дослідження передбачає формування здорового способу життя студентів, існує необхідність уточнення поняття «формування здорового способу життя». Незважаючи на те, що дане поняття є одним із ключових у психолого-педагогічній та валеологічній літературі, дотепер залишається не з'ясованим його чітке визначення. У результаті аналізу психолого-педагогічних та валеологічних літературних джерел виявлено, що поняття «формування» визначається синонімічно до виховання, соціалізації, тобто створення та реалізації зовнішніх умов впливу на особистість. «Формування — це діяльність, що пов'язана з організацією засвоєння певного елемента соціального досвіду (поняття, дії)». І. Харламовим відмічено, що формування виступає як результат розвитку особистості і означає її становлення, перетворення сукупності властивостей [7].

І. Підласий поняття «формування» трактує так: «процес становлення людини як соціальної істоти під впливом усіх без виключення факторів...» [6]. Процес формування потребує спеціально організованої діяльності викладачів та студентів. Ураховано, що формування здорового способу життя необхідно розглядати як період становлення студента в процесі реалізації професійної підготовки у вищому навчальному закладі, який забезпечує можливість оволодіння уміньми та навичками, розкриває тенденцію до подальших досягнень у покращенні власного здоров'я.

Формування здорового способу життя студентів із використанням інформаційних технологій побудовано на науковій основі розробленої методики, адекватної при підготовці студентів класичного університету, що відповідає вимогам сьогодення.

Мета статті — визначити та науково обґрунтувати методику формування здорового способу життя студентів класичного університету.

Реалізація поставленої мети передбачає розв'язання таких **завдань**:

1. Дослідити сутність формування здорового способу життя студентів у педагогічній теорії та практиці.
2. Теоретично обґрунтувати методику формування здорового способу життя студентів класичного університету засобами інформаційних технологій.

Виклад основного матеріалу дослідження

При формуванні здорового способу життя студентів у процесі навчання в класичному університеті теоретико-методологічним підґрунтям слугують такі концептуальні підходи: системний, особистісно орієнтований, діяльнісний та компетентнісний.

Сутність системного підходу в педагогіці полягає в тому, що відносно самостійні компоненти розглядають не ізольовано, а у взаємозв'язках, у розвитку, у русі. Його доцільно застосовувати для пояснення інтегративних властивостей та якостей об'єкта, дослідження об'єкта з різних боків, комплексно, виявлення його структури, зв'язків. У педагогічній науці ідеї системного підходу та можливості його використання в педагогічних дослідженнях пов'язані з роботами В. Беспалька, І. Ісаєва, М. Скаткіна, В. Сластьоніна, Г. Сурікова, К. Ушинського [1; 6; 5] тощо. Цінність системного підходу для дослідження в тому, що він дозволяє розглядати цілісність формування здорового способу життя студентів із використанням інформаційних технологій. Вибір системного підходу дозволяє визначити склад компонентів, здорового способу життя студентів та використанням інформаційних

технологій. Однак, як відмітили дослідники, системний підхід обмежує можливості цілісного осмислення позиції особистості.

Ураховуючи, що компетентісно орієнтована освіта, на відміну від традиційної, розглядається як в особистісному, так і в діяльнісному аспекті, тобто має гуманістичну та практичну спрямованість, системний ефект виявляється у необхідності розглядати ці складові в їх єдності та взаємному впливі, що виражається у переході на новий рівень компетентності. Отже, основними методологічними підходами при створенні методики формування здорового способу життя студентів обрано також особистісно орієнтований та діяльнісний.

Особистісно орієнтований підхід дозволяє виокремити та реалізувати соціоцентричну спрямованість навчального процесу. Відправною позицією виступає розвиток різних якостей та здібностей особистості завдяки зміщенню основного акценту навчального процесу на творчу самореалізацію кожного студента, на його гармонійний розвиток, що визначає ефективність діяльності на засадах суб'єкт-суб'єктної взаємодії з викладачами та забезпечує можливість оволодіння відповідними компетенціями з одержанням у навчальному процесі особистісного досвіду. На думку І. Якіманської, особистісно орієнтоване навчання забезпечує своєрідну зустріч суб'єктивного досвіду, що вже має людина з суспільно-значущим досвідом у вигляді обміну та узгодження цінностей, змісту, значень [2].

Доцільність особистісно орієнтованого підходу до організації навчання стверджують багато вчених у своїх працях, зокрема І. Бех, О. Пехота, С. Подмазін, І. Якіманська [3; 4] та ін. За Л. Виготським, О. Леонтьєвим, С. Рубінштейном особистість є суб'єктом діяльності та пізнання, який формується в діяльності та спілкуванні [6]. Орієнтація на діяльнісний підхід у формуванні здорового способу життя студентів передбачає розкриття його освітніх можливостей при конструюванні нового досвіду на основі активної взаємодії з іншими суб'єктами та об'єктами навчального процесу, що передбачає використання його практичного досвіду. Така активна взаємодія людини з оточуючим середовищем сприяє подальшій організації самостійної навчально-пізнавальної діяльності, що актуалізуватиме щоразу більш високий рівень сформованості здорового способу життя.

Компетентістський підхід, орієнтований, насамперед, на нове бачення цілей і оцінку результатів, висуває свої вимоги й до інших компонентів освітнього процесу — змісту, педагогічних технологій, засобів контролю й оцінки.

Вивчаючи досвід упровадження компетентісно орієнтованого підходу, спиралися на дослідження О. Лебедева, який поклав у його основу сукупність загальних принципів визначення цілей освіти, відбору змісту навчання, організації навчального процесу та оцінки результатів, а саме [7]:

- 1) сутність освіти полягає в розвитку у студентів спрямованості на самостійне вирішення проблеми в різних сферах і видах діяльності на основі використання соціального досвіду, елементом якого є і власний досвід того, хто навчається;
- 2) зміст освіти являє собою дидактично адаптований соціальний досвід вирішення пізнавальних, світоглядних, моральних, політичних та інших проблем;
- 3) зміст організації освітнього процесу полягає у створенні умов для формування у студентів досвіду самостійного вирішення пізнавальних, комунікативних, організаційних, моральних та інших проблем, що становлять зміст освіти;
- 4) оцінка освітніх результатів, досягнутих студентами на певному етапі навчання, ґрунтується на аналізі рівнів оволодіння компетенціями.

Обґрунтування теоретико-методологічних підходів до формування здорового способу життя, аналіз та систематизація вимог до власного здоров'я, нових інформаційних технологій та попереднього досвіду підготовки студентів дозволили побудувати методику формування здорового способу життя студентів класичного університету, яка містить чотири взаємопов'язані структурні компоненти (див. рис. 1).

Так, цільовий компонент передбачає розробку навчально-пізнавальних цілей та завдань формування здорового способу життя студентів класичного університету з урахуванням

об'єктивних та суб'єктивних факторів. Отже, у цільовий компонент включено вимоги соціального запиту і цільові установки класичного університету, мету, завдання, теоретико-методологічне підґрунтя, принципи формування функціональних компетентностей.

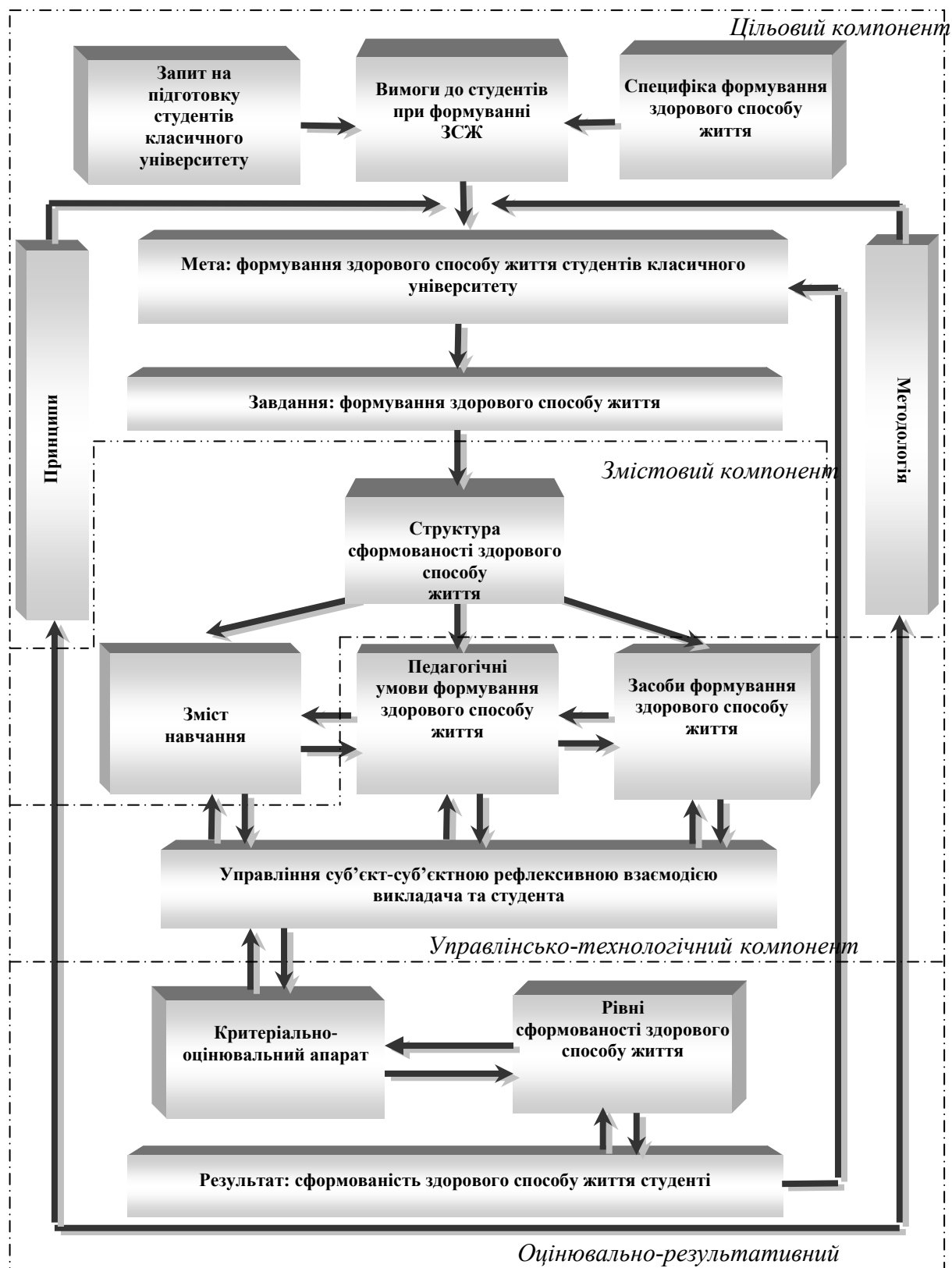


Рис. 1. Методика формування здорового способу життя студентів класичного університету

Змістовий компонент методики полягає в узгодженні обраного змісту навчання з процесом його реалізації. Спрямований на забезпечення можливості самовизначення студента, розуміння структури та змісту навчання в університеті, систематизацію та оволодіння знаннями на мотиваційному, когнітивному та операціональному рівнях у процесі формування здорового способу життя.

Управлінсько-технологічний компонент передбачає формування здорового способу життя через активну взаємодію студентів та викладачів, ефективність якої залежить від сформованості цілей та завдань навчання, створення позитивної мотивації до власного здоров'я, відбору доцільних засобів, педагогічних умов організації навчального процесу, спрямованих на позитивний результат.

Оцінювально-результативний компонент розробленої методики формування здорового способу життя студентів класичного університету спрямований на встановлення відповідності між результатом сформованості здорового способу життя студентів та метою – методикою формування здорового способу життя студентів класичного університету. Він містить критерії та рівні сформованості здорового способу життя, виконує аналітичну, контролюючу, оцінюючу функції, забезпечуючи зворотний зв'язок студента та викладача і отримання інформації про рівень сформованості здорового способу життя.

Головними характеристиками авторської методики є: інтегративність, що характеризується можливістю об'єднання різних за змістом компонентів у єдине ціле; динамічність, що полягає у можливості якісних змін компонентів методики, їх взаємозв'язку; відкритість методики, що дає можливість внутрішніх та зовнішніх змін; здатність до самоорганізації, що базується на особливостях формування суб'єктів професійного становлення. Реалізація розробленої методики потребує врахування сукупності принципів, які поєднують теоретичні уявлення про здоров'я з практикою формування здорового способу життя. За В. Загв'язинським, принципом є інструментальний вираз педагогічної концепції в категоріях діяльності; знання про цілі, сутність, зміст, структуру навчання, що виражені у формі, яка дозволяє використати їх у якості регулятивних норм практики [5].

Формування здорового способу життя стає можливим, якщо студент на всіх етапах становлення у навчальному процесі та в подальшому житті виступає як суб'єкт свідомого вибору, який самоорганізується.

Мета формування здорового способу життя повинна стати особистісно ціннісною, внутрішньою потребою. Адже для того, щоб по-справжньому стати здоровою особистістю, необхідно, щоб завдання, які виникають перед людиною в цьому процесі, стали зрозумілими та внутрішньо прийнятими. Якщо людина не усвідомлює потребу в роботі над собою — може взагалі не виконувати її; якщо і виконуватиме тому, що треба — то за зразком, певним наданим алгоритмом; якщо потреба є — людина в діяльності набуває нових знань і вмінь, у творчому пошуку намагається створити нові досягнення, працюючи на пошуковому чи творчому рівні пізнавальної активності.

Завданням формування здорового способу життя студентів є створення умов для оволодіння ними на рівнях: формування позитивної мотивації, формування інтегрованих знань, включення в навчальну діяльність.

Висновки та подальший розвиток досліджень

Вивчення і аналіз літератури з проблеми дослідження дали змогу уточнити зміст і сутність понять, що характеризують здоровий спосіб життя. У результаті проведеного дослідження було визначено та доведено, що ефективність процесу виховання в студентів здорового способу життя суттєво залежить від педагогічних умов, компонентів та підходів. Реалізація розробленої методики потребує врахування сукупності принципів, які поєднують теоретичні уявлення про здоров'я з практикою формування здорового способу життя. Перспектива подальших пошуків у напрямі дослідження передбачає впровадження методики формування здорового способу життя студентів класичного університету із застосуванням інформаційних технологій.

ЛІТЕРАТУРА

1. Андреев В. И. Педагогика: учеб. курс для творч. саморазвития / В. И. Андреев; Центр инновац. технологий. — Казань, 2000. — 606 с.
2. Борытко Н. М. В пространстве воспитательной деятельности: монография / Н. М. Борытко [науч. ред. Н. К. Сергеев]. — Волгоград: Перемена, 2001. — 180 с.
3. Давыдов Л. Д. К вопросу о компетентностном подходе в образовании: психолого-педагогический сборник науч. труд. / Л. Д. Давыдов // Современные проблемы воспитания и образования. — 2006. — № 5. — С. 120–123.
4. Дуранов М. Е. Профессионально-педагогическая деятельность и исследовательский подход к ней : монография / М. Е. Дуранов — Челябинск: ЧГАКИ, 2002. — 276 с.
5. Загвязинский В. И. Методология и методы психолого-педагогического исследования: учеб. пособие [для студ. высш. учеб. завед.] / В. И. Загвязинский, Р. А. Атаханов. — М. : Академия, 2007. — 208 с.
6. Подласый И. П. Педагогика: новый курс: учеб. для высш. учеб. завед.: в 2 кн. / И. П. Подласый. — М.: ВЛАДОС, 2002. — Кн. 1: Общие основы. Процесс обучения. — 576 с.
7. Харламов И. Ф. Формирование личностных качеств в процессе воспитания / И. Ф. Харламов // Педагогика. — 2003. — № 3. — С. 52–59.

УДК 371.68+371.69

**ПРОБЛЕМА ВПЛИВУ КОМП'ЮТЕРА І ТЕЛЕБАЧЕННЯ НА ЗДОРОВ'Я ДИТИНИ
В СУЧАСНІЙ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІЙ ЛІТЕРАТУРІ**

Лупаренко С. Є.

Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди
Харків, Україна

У статті охарактеризовано наслідки захопленості комп'ютером і телебаченням для фізичного (підвищена втома, проблеми з тиском, зором й опорно-руховим апаратом), психічного (підвищення агресивності дітей, низький волевий потенціал, психічна відірваність від реального світу, низький рівень активності та розвитку соціальних навичок, психічна залежність від екранних засобів, збіднення емоцій дітей, збудження негативних емоцій, штучне «одорослення», наслідування асоціальної поведінки) й духовного (відсутність позитивного морально-етичного впливу, формування бездуховної особистості) здоров'я дітей.

Ключеві слова: дитина, комп'ютер, телебачення, вплив, здоров'я, розвиток, ігри, наслідки.

В статье проанализированы последствия увлеченности компьютером и телевизором для физического (повышенное утомление, проблемы с давлением, зрением и опорно-двигательным аппаратом), психического (повышение агрессивности детей, низкий волевой потенциал, психическая оторванность от реального мира, низкий уровень активности и развития социальных навыков, психическая зависимость от экранных средств, обеднение эмоций детей, пробуждение негативных эмоций, искусственное «взросление», подражание асоциальному поведению) и духовного (отсутствие положительного нравственно-этического влияния, формирование бездуховной личности) здоровья детей.

Ключевые слова: ребенок, компьютер, телевидение, влияние, здоровье, развитие, игры, последствия.

The consequences of interest in computer and television for physical (increased tiredness, problems with pressure, eye-sight, musculoskeletal system), mental (increase of child's aggressiveness, low will potential, mental detachment from real life, low level of activeness and development of social skills, mental dependence on screen means, impoverishment of child's emotions, artificial «growing up», imitation of asocial behaviour) and spiritual (lack of positive moral-ethic influence, formation of spiritless person).

Keywords: child, computer, television, influence, health, development, games, consequences.

Постановка проблеми в загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими та практичними завданнями

Сьогоднішні діти зростають в умовах інформатизації та технократизації суспільства, які значно впливають на їхній розвиток. Майже в кожній домівці є комп'ютер і телевізор, які

вже стали невід'ємною частиною життя всіх членів родини, навіть найменших. Багатьом комп'ютер потрібен для роботи, проте існують і такі батьки, які купляють його як подарунок дитині, виключно для ігор, не замислюючись над майбутніми наслідками.

Це призводить до того, що діти стають більш зацікавленими в технічних засобах, які дозволяють розважатися, спілкуватися, будувати власний віртуальний світ, аніж у звичайних «дитячих» справах (рухливих іграх, безпосередньому пізнанні навколишнього світу і живому спілкуванні з однолітками тощо).

Сучасні дослідники (В. Абарменкова, Л. Варяниця, І. Загарницька, Ю. Іванов, О. Комякова, М. Осоріна, О. Петрунько, Р. Патцлафф, В. Фольваркова-Плахтій та інші), котрі вивчають вплив комп'ютера і телебачення на дитину, визнають, що діти мають «спілкуватися» з ним дуже обмежено й обережно, під наглядом батьків, проте батьки не завжди мають час і бажання зацікавити дитину чимось іншим, дійсно дитячими видами діяльності, або просто піти на прогулянку і поспілкуватися з ними.

Необхідно зазначити, що проблема впливу комп'ютера і телебачення на дитину є важливою та актуальною. Проте в науковій літературі вона представлена недостатньо глибоко. Так, В. Абарменкова, І. Загарницька, О. Комякова та інші розглядають проблему інформатизованого дитинства та впливу цивілізації на дитину. О. Петрунько, Р. Патцлафф, В. Фольваркова-Плахтій та інші вивчають вплив на дитину й дитинство засобів масової інформації.

Дане дослідження є складовою частиною програми науково-дослідної роботи кафедри загальної педагогіки та педагогіки вищої школи Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди.

Формулювання цілей роботи

Метою статті є визначення й характеристика наслідків захопленості комп'ютером і телебаченням для фізичного, психічного й духовного здоров'я дитини (відповідно до сучасної психолого-педагогічної літератури).

Виклад основного матеріалу дослідження

Сучасний світ неможливо уявити без екранних засобів (комп'ютерів і телебачення). Вони ввійшли практично в усі сфери життя. Дійсно, комп'ютери полегшують і прискорюють виконання певних робіт, допомагають збору й накопиченню інформації, використовуються в навчально-виховних цілях (як засоби наочності, як засоби навчання, як контролюючі пристрої тощо). Зараз існує безліч навчальних ігор і програм, що вчать дітей майже всіх предметів. Однак діти не завжди сприймають комп'ютер як пристрій, що дозволяє дізнатися нове і полегшити роботу. Навпаки, дуже часто діти ставляться до комп'ютерів як до пристроїв, від яких можна отримати насолоду, розслабитися, відволіктися або навіть реалізувати свої амбіції, які не вдається здійснити в реальному житті.

За даними ЮНЕСКО сучасні діти у віці 3–5 років дивляться телевізор і комп'ютер 28 годин на тиждень (4 години на добу), у 7–15 років — майже у 2 рази більше. І саме він, уже не стільки знайомлячи малюка з навколишньою дійсністю, скільки виступаючи її конструктором, закладає підвалини для особистості, формує та розвиває світогляд і смаки, виховує погляди на світ [3, с. 16].

З огляду на це, можна виокремити певні наслідки надмірної захопленості комп'ютером і телебачення для здоров'я дітей.

По-перше, від тривалого перегляду телебачення або роботи з комп'ютером значно страждає фізичне здоров'я дітей. Школярі півдня практично без руху просиджують за шкільною партою, а іншу половину дня вони проводять за комп'ютерним столом. Від цього страждають опорно-рухова система, зір, зростає ризик виникнення короткозорості. Діти сильно втомлюються від усіляких «стрілялок», «наздогонялок», у деяких із них навіть підскакує тиск.

По-друге, надмірне захоплення комп'ютерними іграми й переглядом телепередач може призвести до проблем із психічним здоров'ям (підвищення агресивності дітей, низький вольовий потенціал, психічна відірваність від реального світу, низький рівень активності та

розвитку соціальних навичок, вплив на дитячу свідомість і дитячу субкультуру елементів підліткової субкультури й культури дорослих, психічна залежність від екранних засобів).

Так, комп'ютерні ігри, дитячі мультфільми й кінофільми переповнені всілякою нечестю: кіборгами, привидами, злісними злодіями. І в дітей, котрі, як здається, борються зі злом, з'являються садистські схильності. Несформована дитяча психіка ще не в силах подолати страшні образи – і діти починають боятися темряви, скаржаться на кошмари, не бажають залишатися наодинці.

Найбільша у світі асоціація психологів (АРА) прийшла до висновку, що ігрове насильство провокує агресивні думки, агресивну поведінку, вибухи гніву серед дітей і підлітків. Насильницькі дії без наслідків навчають того, що насилля є ефективним засобом розв'язання конфліктів [4, с. 23].

У свою чергу, психологічна та психіатрична практика засвідчує зростання й урізноманітнення відхилень у поведінці й емоційно-психічному здоров'ї дітей. Психологи і психіатри все частіше наголошують на тому, що сучасні діти стають дедалі «телеспрямованішими» і що це виявляється, передусім, у їхній жорстокості, ворожості, байдужості до людей, нечутливості до чужого болю [7]. Відзначається й така небезпека, як збідніння емоцій дитини, оскільки гравець, якщо він прагне перемоги, повинен постійно приховувати свої почуття та залишатися холоднокривним [4, с. 22–23].

Але агресивні картини неоднаково впливають на різних дітей і залишають у їхній свідомості неоднакові сліди. Кінцевий результат впливу залежить від багатьох чинників, зокрема вік у дитини, ступеня сформованості («зрілості») її психіки, особливості соціального оточення, ступеня адаптованості дитини у групі однолітків. Екран деструктивно впливає і діє гіпноотично на особливо чутливих дітей, налаштованих саме на такий вплив, тобто на дітей, у яких свого часу не була сформована природна захисна реакція проти цього.

Цікавим є той факт, що в Китаї обмеження на комп'ютерні ігри були введені урядом. Це зумовлено проведеними дослідженнями, які показали, що після години гри дитина втрачає всі ігрові навички, набуті до того часу; після трьох годин вона стає втомленою, а після п'яти годин починається психічне виснаження.

Окрім того, діти, які багато часу проводять перед комп'ютером або телевізором, відчувають відірваність від реального життя і неможливість реалізувати себе в ньому. Не дивно, що дітей як магнітом притягує до монітора, і ніякими окликами неможливо відірвати їх від яскравої, динамічної комп'ютерної гри, що збуджує свідомість. І якщо навіть батькам, які схвилювані таким станом речей, удається відволікти свою дитину від екрана, то вона часто не знає, чим себе зайняти. Старі, відомі дитячі ігри (класики, козаки-розбійники, хованки тощо) не надають тих гострих відчуттів, які надають комп'ютерні ігри, вони можуть здатися не такими захоплюючими. Навіщо докладати зусиль, щось вигадувати, доказувати в реальності, якщо простіше ввімкнути комп'ютер і стати відважним воїном, бійцем або навіть казковим монстром, що наділений надприродною силою? Діти звикають до того, що вони без особливих зусиль завойовують світ, у якому все відбувається так, як вони бажають. Діти починають жити у власному світі, не помічаючи світу реального, вони стають непристосованими до нього, у них виникає внутрішній дискомфорт, з'являється роздратованість, і, уже будучи дорослими, вони кидаються до екрана за самоствердженням, оскільки не в змозі здобути його в реальному житті.

Такі діти мають завищені вимоги і низький волевий потенціал, адже для того, щоб побудувати реальну будівлю (наприклад, піщаний замок), діти мають продумати, яким він буде, з чого та як буде виготовлений, дізнатися, як зробити його міцним, дістати матеріали, докласти зусиль для його будівництва тощо. А для того, щоб побудувати цей замок у віртуальній реальності, достатньо натиснути декілька клавіш. Це є своєрідним обманом дітей, який формує у свідомості дитини величезний розрив між реальним і віртуальним світами (адже для того, щоб відчути, що таке вода, її треба відчути на дотик, а не побачити в комп'ютері й телевізорі), і, зростаючи, дитина стає непристосованою до життя. Такі діти не помічають у світі цікавих природних речей (щебетання птахів, яскравої веселки, кумедної

тваринки або навіть звичайного звернення до них інших людей), утрачають або не можуть установити контакт із людьми.

Дитина у своєму просторі може в будь-який момент прилягти, сісти, походити, поповзти (таким чином вона відчуває своє тіло знизу, збоку, зверху), понюхати, помацати, відчути. А коли вони дивиться на екран — працюють лише два почуття: зір і слух.

У Японії зафіксовано нову хворобу (в інших країнах світу теж виявлені подібні випадки, проте саме в Японії хвороба набула значних масштабів — нею хворіють більше 10 тисяч молодих японців). Мова йде про молодих людей, які втратили зв'язок з навколишнім світом, соціальний контакт. Вони не бажають бачити своїх близьких і друзів. І це не швидкоплинна примха, дивацтва, це може тривати місяці й навіть роки і стає патологією, оскільки втрачають індивідуальну автономію. В іграх людина губиться на просторах індивідуального світу. На жаль, цю хворобу не можуть вилікувати навіть психіатри [6].

Ще одним сумним фактом є те, що захоплені комп'ютером і телебаченням діти навіть не бажають дізнаватися про реальні природні закони, за якими функціонує світ, — вони втрачають цікавість до нього і природну допитливість. Через доступність і легкість сприйняття інформації дитина легко відмовляється від спроб здобувати знання з інших інформаційних джерел, утрачає інтерес до відвідування бібліотек і читання книжок. Однак саме завдяки художній літературі формується національно-культурна й особиста ідентичність кожної людини, і збитки, яких завдає дитині втрата інтересу до книги, навряд чи можна компенсувати чимось іншим [7, с. 205–206]. Діти все більше стають егоїстичними і «нечутливими» до виховних впливів дорослих.

Екранні засоби (особливо комп'ютер) настільки проникають у душу і свідомість дитини, і захоплюють їх, що виникає заміна реального і віртуального світів, а дитина може цього і не помітити. Яскравим прикладом є ситуації (інколи трагічні), які трапляються з дітьми, та їх коментарії. Так, телебаченням висвітлювалися випадки вияву дітьми надмірної агресивності у ставленні до тварин або інших людей, що інколи призводили до смерті. На запитання про те, які причини спонукали дітей до цього вчинку і чи думали вони про ймовірні наслідки, діти відповідали, що вони не замислювалися над тим, що їхні дії можуть призвести до чиєїсь смерті (вони вважали, що ця людина або тварина має друге життя, як у комп'ютерній грі!). І навіть після свого вчинку і розмов із дорослими вони не усвідомлювали того, що накоїли, оскільки ідентифікували себе з улюбленими героями комп'ютерних ігор, фільмів і поводитися так само, як і вони.

Узимку 2012 р. світ був приголомшений звістками про чисельні самогубства підлітків Москви і Московської області (деякі самогубства навіть знімалися на камеру!). Ці діти залишали записки, у яких писали про те, що причини їхньої смерті слід шукати в Інтернеті. Науковці тоді висловлювали різні ймовірні причини їхніх самогубств. Однією з них було надмірне захоплення дітей соціальними мережами, через що вони, з одного боку, могли реалізувати себе лише у віртуальному світі, а з іншого — не були спроможними спілкуватися з однолітками й дорослими, часто конфліктували, у них були відсутні соціальні й комунікативні навички, що призводило до значних напружень у стосунках і нервових зривів.

Це свідчить про те, що сучасні діти, які неспроможні реалізувати себе або мають проблеми у стосунках з оточуючими людьми і навколишнім світом, навіть не намагаються розв'язати ці проблеми, а просто уникають їх, поринаючи у власний світ комп'ютерних ігор і віртуальної реальності, де вони відчувають себе героями і не мають жодних проблем. Проте проблеми залишаються, і по мірі дорослішання діти будуть вимушені розв'язувати їх або занурюватися в цей світ усе глибше, тим самим загострюючи свої проблеми ще більше.

Іншою проблемою є виникнення залежності від комп'ютерних ігор (ігроманії), адиктивного синдрому (Інтернет-залежності). Комп'ютерні ігри стали частиною індустрії розваг, яка захопила велику кількість дітей. Дитину, яка має залежність від комп'ютерних ігор, важко відірвати від гри, переключити на інші розваги, вона стає дуже замкненою, у неї звужується коло спілкування й інтересів, починаються психічні розлади. Як і безліч хвороб,

ігроманія лікується важко і довго (медикаментозно, із застосуванням психотерапії, аутотренінгів) — на це можуть піти роки, а в майбутньому можливі рецидиви.

Важливо зазначити, що в багатьох країнах світу комп'ютерні ігри перед тим, як потрапити до магазинів, проходять сувору процедуру маркування залежно від віку користувачів (так, в Англії лише 2% комп'ютерних ігор отримують сертифікат «Дітям до 18»), в Україні їх розповсюдження майже не регулюється через відсутність критеріїв відбору цієї продукції [3].

Від комп'ютера й телебачення значно страждає й емоційна сфера дітей (відбувається збіднення емоцій дітей, збудження негативних емоцій, штучне «одорослення», рання сексуалізація дітей, наслідування ними асоціальної поведінки). Віртуальний світ насичений інформацією, яка може негативно вплинути на формування особистості дитини, її емоційної сфери. Так, в Інтернеті можна зустріти безліч інформації (кримінального, еротичного характеру), яку дитина ще не готова сприймати і розуміти. Інформація подається як для дорослих: вона не вимагає навчання для розуміння її змісту; не розрізняє аудиторію, передаючи ту ж саму інформацію всім, незалежно від статі, віку, рівня підготовки тощо; швидко вводить дитину в дорослий світ, вільно розкриваючи будь-які теми дорослого життя (навіть злочинів, насилля, агресії), не обмежуючи зміст і не звертаючи уваги на духовні аспекти розвитку особистості. Сучасні діти не просуваються до дорослого життя, поступово відкриваючи його таємниці способами, які відповідають рівню їхнього розвитку та до яких вони готові, а занадто рано відкривають їх у готовому вигляді. Унаслідок цього створюється комунікаційний контекст, який просуває ідеї про те, що дитинство не є ані бажаним, ані необхідним.

У психотерапії існує розділ — «ігротерапія», що займається питаннями використання гри як сильної форми впливу на дитину і сприяє подоланню її психологічних і соціальних труднощів, які перешкоджають особистому й емоційному розвитку. Дитина, з якою з дитинства багато грають, швидше стає самостійною, оскільки з часом сама починає вигадувати собі заняття й ігри.

Однак зараз не бажають виявляти активність, вигадувати нові ігри або видозмінювати існуючі. Часто можна спостерігати ситуацію, коли збирається декілька родин із маленькими дітьми і, замість того, щоб побігати, погратися один з одним у звичайні дитячі ігри (хованки, піжмурки тощо) або з тваринами, діти сваряться через те, хто буде гратися за комп'ютером. На жаль, батьки теж це підтримують, адже, на їхню думку, дитина за комп'ютером рідко відволікається і з нею не може нічого поганого трапитися, а отже, у батьків є вільний час для своїх справ. Але нам здається, що за цим ховаються звичайні лінощі, егоїзм, небажання займатися власними дітьми і незацікавленість у їхньому подальшому розвитку.

На думку більшості психологів, для розвитку розумових здібностей дітей краще за комп'ютер підійдуть звичайний конструктор або пластилін (як варіант тісто або віск), які також розвивають дрібну моторику рук. У грі ініціатива повинна на 90% належати дитині і лише на 10% визначатися побудовою іграшки. Але, на жаль, у комп'ютерних іграх майже все вирішує машина, оскільки «навчальні» ігри та іграшки, які вміють говорити, співати, танцювати, указують дитині, що їй треба робити і на які кнопки тиснути. Проте саме цього треба уникати, бо дитина повинна сама вирішувати, як себе має «поводити» іграшка.

Шаради, кольорові ігри, піклування за тваринами й ляльками — усі ці ігри позитивно впливають на психіку дітей. Завдання на кмітливість є нешкідливими, але часто діти не можуть зупинитися і продовжують думати над розгадкою чергової таємниці, відволікаючись від уроків. Тому для цього потрібно вводити обмеження в часі. Проте від війн і «стрілялок» у віртуальному світі дитину необхідно обмежити повністю. Звісно, стратегія покращує логічне мислення, але лише в тому випадку, якщо вона впливає на дитячий мозок не довше години на день.

Важливо зазначити, що комп'ютер разом із телебаченням посилюють свій вплив в умовах урбанізації, коли зростає темп життя і люди все більше віддаляються від природного середовища існування. Унаслідок цього сучасні міські діти майже позбавлені можливості

самостійно організовувати свій вільний час поза домом, гратися в колективні дитячі ігри, відлучатися з друзями за межі свого двору, відвідувати разом із ними традиційні «заборонені» місця (наприклад, дахи будинків), переповідати в колі однолітків традиційні «страшилки» і переживати разом з іншими дітьми викликаний ними жах [5].

Нестача природної для дітей активності (ігрової) збіднює їхнє емоційне життя, призводить до ранньої та однобічної інтелектуалізації психіки. Втрата навичок колективної дитячої гри спричинює розвиток у дітей страхів і тривожності [7, с. 209].

По-четверте, телебачення й комп'ютер часто не мають позитивного морально-етичного впливу і, як наслідок, відбувається формування бездуховної особистості. Сучасні діти на запитання, кого вони вважають прикладом у житті, на кого хотіли б бути схожими, часто називають героїв їхніх улюблених фільмів, ігор, не замислюючись над тим, що ці герої своєю поведінкою завдають шкоди іншим людям, пропагують культ сили. Це призводить до того, що дівчата вважають значимими в житті сексуальність, розкутість, а не скромність і щиросердність; хлопчики вважають, що всього в житті можна досягти силою, а не розумом і працею. Отже, надмірна захопленість комп'ютером може спричинює підміну загальнолюдських цінностей іншими, розтиражованими екраном.

Висновки й перспективи подальших розвідок

Отже, комп'ютерні ігри, телевізійні фільми, програми (через легкість і доступність їх сприйняття, їхній зміст, що не відповідає віковим особливостям дітей тощо) можуть формувати в дітей викривлену картину світу, що ґрунтується на хибних моральних цінностях і поведінкових установках. Унаслідок цього зростає агресивність дітей, погіршується їхнє фізичне й психічне здоров'я, не розвиваються комунікативні й соціальні навички, що, у свою чергу, може призвести до неспроможності дитини реалізувати себе в житті та до підміни реального світу віртуальним.

Дане дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми. Перспективними можуть бути такі дослідження: надмірної інформатизації дитинства; вивчення сучасних іграшок та їхнього впливу; сутності, причин і ознак втрати дитинства; збереження дитинства в сучасних умовах.

ЛІТЕРАТУРА

1. Варяниця Л. Дитяча субкультура — важливий чинник соціалізації дитини / Л. Варяниця // Ціннісні пріоритети освіти у ХХІ столітті: орієнтири та напрямки сучасної освіти: II Міжнародна науково-практична конференція, 2–5 жовтня 2005: матер. конф. — Л.: ЛНПУ імені Тараса Шевченка, 2005. — Ч. 3. — С. 57–67.
2. Дети-преступники: Воры, убийцы, террористы, попрошайки / [подготовка текста Ю. Иванова]. — Минск: Литература, 1996. — 640 с.
3. Загарницька І. Інформатизоване суспільство: між прогресом та бездуховністю / І. Загарницька // Вісник Інституту розвитку дитини. Серія: Філософія, педагогіка, психологія: зб. наук. пр. — К.: Видавництво Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова, 2009. — Вип. 6. — С. 14–20.
4. Комякова О. Вплив цивілізації на дитинство / О. Комякова // Науковий вісник. Серія «Філософія»: зб. наук. пр. — Х.: Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди, 2006. — Вип. 20. — С. 21–24.
5. Осорина М. Секретный мир детей в пространстве мира взрослых / М. Осорина. — СПб.: Питер, 1999. — 288 с.
6. Патцлафф Р. Застывший взгляд. Скрытое воздействие экрана на развитие ребенка / Р. Патцлафф, М. Глеклер // Детство в современном мире. Первые 7 лет и вся жизнь: Международная конференция, 21–26 июня 2009 г.: доклад конф. — Москва. — 9 с.
7. Петрунько О. Сучасна дитина у сфері впливу телебачення / О. Петрунько // Проблеми політичної психології та її роль у становленні громадянина Української держави: зб. наук. пр. — К.: Міленіум, 2007. — Вип. 5–6. — С. 203–211.
8. Печенко І. Соціалізація особистості у дошкільному дитинстві у просторі дитячої субкультури / І. Печенко // Вісник Черкаського університету. Серія «Педагогічні науки»: зб. наук. пр. — Черкаси: ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2007. — С. 84–90.

УДК 378.091.214.18–027.556:7.012–051

АНАЛІЗ ЗАРУБІЖНОГО ДОСВІДУ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ДИЗАЙНЕРІВ З ОПОРОЮ НА НАЦІОНАЛЬНІ ТРАДИЦІЇ

Парфьонова О. В.

Харківська державна академія дизайну та мистецтв
Харків, Україна

У статті визначено необхідність дотримуватися національних традицій під час здійснення навчання студентів за різними дизайнерськими спеціальностями у вітчизняних вищих навчальних закладах. Представлено аналіз зарубіжного досвіду професійної підготовки майбутніх дизайнерів з опорою на національні цінності в таких країнах, як Японія, Велика Британія, Італія та Росія. Окреслено можливості використання цього досвіду у професійній підготовці майбутніх дизайнерів в українських ВНЗ.

Ключові слова: національні традиції, професійна підготовка, майбутній дизайнер, вищий навчальний заклад, зарубіжний досвід.

В статье определена необходимость придерживаться национальных традиций во время осуществления обучения студентов по разным дизайнерским специальностям в отечественных высших учебных заведениях. Представлен анализ зарубежного опыта профессиональной подготовки будущих дизайнеров с опорой на национальные ценности в таких странах, как Япония, Великая Британия, Италия и Россия. Очерчены возможности использования этого опыта в профессиональной подготовке будущих дизайнеров в украинских вузах.

Ключевые слова: национальные традиции, профессиональная подготовка, будущий дизайнер, высшее учебное заведение, зарубежный опыт.

The article determines the necessity to stick to national traditions while teaching students by various designer specialities at higher educational institutions in our country, presents the analysis of foreign experience of future designers professional training based on national values in such countries as Japan, Great Britain, Italy and Russia, reveals the opportunities of using this experience in future designers professional training in Ukrainian higher educational institutions.

Key words: national traditions, professional training, future designer, higher educational institution, foreign experience.

Постановка проблеми в загальному вигляді

Активне становлення ринкової економіки в нашій країні зумовлює інтенсивний розвиток дизайнерської справи. Як відомо, вироби дизайнерського мистецтва здійснюють значний вплив не тільки на естетичні уподобання пересічних українців, але й на формування їхнього світогляду в цілому. У світлі цього важливо забезпечити, щоб вітчизняні митці під час створення дизайнерської продукції передусім орієнтувалися на цінності національної культури. Одним із шляхів реалізації цього завдання є здійснення професійної підготовки майбутніх дизайнерів з опорою на національні традиції.

Слід відзначити, що в цьому плані в Україні вже накопичений певний досвід такої підготовки, причому деякі професійно-виховні заходи проводяться в тісній взаємодії з відомими зарубіжними фірмами. Так, наприклад, у 2001 р. в Національній Академії образотворчого мистецтва і архітектури в Києві було організовано конкурс студентських робіт, присвячений 10-річній діяльності в Україні всесвітньо відомої фірми «Coca-Cola». Студенти мали взяти за основу проекту форму контурної пляшки фірми, що була першою формою, зареєстрованою як торговельна марка. Завданням для майбутніх дизайнерів було поєднати один із найвідоміших у світі символів з українськими національними традиціями. Результат вразив і вітчизняних, і зарубіжних фахівців. Адже мотиви української писанки, вишивки, керамічного розпису, костюма, вітряків, хати, які використали у своїх працях студенти, дозволили надати цій формі нового, неповторного стильового звучання, привнесли український національний колорит [6, с. 9].

Важливо зауважити, що в багатьох країнах сьогодні подальший розвиток дизайнерської

галузі пов'язується саме з відродженням національних ремісничих традицій та акцентуванням національного колориту [1]. У світлі цього корисно проаналізувати зарубіжний досвід професійної підготовки майбутніх дизайнерів з опорою на національні традиції, який можна творчо використовувати у вітчизняній практиці.

Аналіз останніх досліджень і публікацій

Як свідчить аналіз наукових праць, дослідження дизайну як нового культурного феномена почалося паралельно з його виникненням у другій половині XIX — початку XX ст. Зокрема, питанням визначення співвідношення предметної художньої творчості й технічного прогресу, художньо-естетичного опанування нових матеріалів і дизайнерських технологій, аналізу історичних закономірностей формостворення в мистецтві присвячені праці таких відомих фахівців у цій галузі, як Г. Земпер, Дж. Рескін, Г. Рід, Дж. Глоаг, У. Моррис та інші. Основи теорії дизайну представлено в дослідженнях В. Аронова, В. Глазичева, С. Михайлова, Г. Щедровицького. Вплив національного характеру та менталітету на формування національних моделей дизайну, можливості використання цих моделей у професійній підготовці майбутніх фахівців у цій галузі схарактеризовано Є. Жердевим, Ж. Гассіо-Талабом.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми

Як свідчить аналіз наукової літератури, вчені зробили вагомий внесок у дослідження різних аспектів дизайнерської справи та професійної підготовки майбутніх фахівців цього профілю. Однак, як з'ясовано, спеціального дослідження, присвяченого аналізу проблеми використання національних традицій у підготовці майбутніх дизайнерів, не проводилось. Це зумовило вибір теми статті.

Формулювання цілей статті

Метою статті є аналіз зарубіжного досвіду професійної підготовки майбутніх дизайнерів з опорою на національні традиції.

Виклад основного матеріалу дослідження

Визначено, що однією з відомих у світі дизайнерських шкіл є японська художня школа, яка почала стрімко формуватися після другої світової війни. Сьогодні вона розвивається в умовах поглиблення суперечності між національною самобутністю японської культури та прагненням японців до запозичення кращих зразків європейської цивілізації. Незважаючи на наявність постійного запозичення японцями цінних ідей та здобутків представників інших національних культур, японський дизайн зберігає сьогодні свою унікальність. Відзначимо, що в історичному плані японський дизайн органічно пов'язаний із національними ремеслами. У світлі цього успіхи японського дизайну часто пояснюють саме багатовіковими традиціями художніх ремесел і побуту, естетична витонченість та гармонійність завжди вражали іноземців. Саме поєднання передових технологій та витонченого смаку вважають характерною рисою японської продукції.

Як відомо, національною особливістю японської культури є прагнення до філософського осмислення всіх аспектів буття. Тому вироби японського дизайну традиційно мають певний підтекст, у них символічно відображено сутність часу та природи, яка для японців є одним із основних джерел творчого натхнення, причому дизайнери прагнуть, щоб форми кожного твору були точними, а його краса — завершеною. Приділення ними значної уваги проблемі формостворення відрізняє японську художню школу від класичних європейських систем підготовки дизайнерів.

Японські традиції світосприйняття проявляються і в серйозному ставленні дизайнерів до вибору матеріалів своїх виробів. Зокрема, фахівцям, які працюють у стилі самобутнього декоративного-прикладного мистецтва, притаманне глибоке розуміння можливостей різних природних матеріалів, володіння складними технологіями їх обробки. Головною умовою для створення таких творів мистецтва є забезпечення їх відповідності самій природі матеріалу, з яких вони створені, що виступає своєрідним джерелом для втілення на практиці ідеї образності. Важливо також відзначити, що провідні принципи традиційного японського мистецтва (краса, вільна композиція, асиметрія, асоціативність, доцільність, лаконізм,

стриманість, чистота форм, функціональність) стали основою для формування загальносвітових уявлень про сучасний дизайн [2; 4]. Отже, під час здійснення професійної підготовки майбутніх дизайнерів у Японії їх орієнтують на забезпечення раціонального сполучення національних художніх традицій минулого і сучасності, тонкого розуміння природи кожного матеріалу.

Доцільно підкреслити, що одним із провідних завдань професійної освіти майбутніх дизайнерів у Японії є виховання в них соціально значущих професійно-особистісних якостей. Визначаючи свої пріоритети в цьому питанні, у різних ВНЗ на перше місце ставлять виховання таких якостей: «високих людських і моральних якостей» (Нагойський філіал Токійського дизайнерського інституту); підготовка молодих кадрів, «здатних розвивати нову культуру й мистецтва Японії», «прищеплення широкого кругозору у світовій культурі та мистецтва», розвиток таланту, здатності глибоко відчувати, нестандартно мислити (Училище мистецтв Тосе, Токіо). А сама дизайнерська діяльність визначається японцями як «дуже людська справа», оскільки «суспільство чекає від дизайнерів, щоб вони поєднали мистецтво й техніку, дух і матерію, які зараз є роз'єднаними» [3].

Одним зі світових лідерів у галузі дизайну є Велика Британія. Зокрема, серед відомих шкіл Великої Британії можна назвати такі: Королівські й Лестерські коледжі мистецтв, Центральну школу мистецтв і ремесел у Лондоні, Кінгстонське художнє училище. Як визначено, в англійській дизайнерській освіті зберігається багато національних традицій. Це проявляється, наприклад, у тому, що при Національній раді із присудження вчених ступенів дотепер функціонує Національна рада по дипломах у галузі мистецтва та дизайну [5].

В Англії традиційно професія дизайнера сприймається дуже широко і включає в себе всі аспекти діяльності художника. Оскільки характерними ознаками істинно англійської культури є витриманість, консерватизм, ґрунтовність, респектабельність, аналогічні риси притаманні й англійському дизайну. Отже, дизайн в англійському стилі характеризується поміркованою розкішшю на межі витонченості, добрим смаком і відчуттям міри.

Окреме місце в системах дизайнерської освіти посідає феномен італійського варіанта дизайн-освіти. Особливістю італійського дизайну є те, що в країні не існує єдиної скоординованої системи освіти такого напрямку. Тому існуючі форми дизайнерської освіти за своїм характером та структурою випадають із традиційної академічної схеми. Водночас слід відзначити, що на теренах Італії інтенсивно працюють численні факультети у складі різних ВНЗ та курси дизайну.

Незважаючи на існуючу в Італії роз'єднаність центрів дизайн-освіти, твори італійського дизайну традиційно займають одну з лідерських позицій у світовому дизайні. Успіх цього феномена пояснюється не тільки спрямованістю майстрів на дотримання та творче переосмислення існуючих канонів класичного італійського мистецтва, але і гнучкістю існуючих форм дизайнерської освіти, здатної до самоорганізації, наявністю в дизайнерів свободи творчості, високого творчого потенціалу та високого рівня професіоналізму.

Відомою у світі є і руська дизайнерська школа. Зауважимо, що руська культурна традиція відображає багату історію розвитку різних ремесел і способу життя мешканців Росії, хоч визначення чисто руського стилю ускладнюється через наявність значного впливу на руську національну культуру інших культур, у першу чергу Візантійської, а також певних зовнішніх явищ, наприклад, татаро-монгольської навали. Відзначимо, що характерними ознаками традиційного руського інтер'єру, предметного дизайну й архітектури є вимога функціональності, а також урахування особливостей, зумовлених природними матеріалами, з яких робилися вироби, відмінностей способу життя і традицій руського народу. Особливий інтерес для сучасного дизайну має своєрідна орнаментика руської національної культури, наповнена символізмом та неповторними барвами. Така орнаментика була присутньою в розписах, різьбі, чеканці та інших видах декоративно-прикладного мистецтва. Доцільно також відзначити, що вплив руського національного стилю на світову культуру більшою мірою проявляється в галузі моди, ювелірного дизайну та аксесуарах.

Як установлено, сьогодні одним із провідних центрів російської дизайнерської школи є Московський державний художньо-промисловий університет імені С. Г. Строганова, в якому здійснюється підготовка фахівців за такими спеціальностями: дизайн інтер'єрів, дизайн реклами, дизайн текстилю в інтер'єрі та графічний дизайн. Зокрема, на заняттях з обов'язкового для вивчення студентами всіх спеціальностей курсу «Основи композиції» вони залучаються до відповідних видів художньої діяльності (малюнок, живопис, скульптура), причому особлива увага приділяється тому, щоб на заняттях у цих сферах діяльності широко використовувалися національні мотиви.

Ще одним із відомих центрів підготовки майбутніх дизайнерів є Санкт-Петербурзька державна художньо-промислова академія. Як відомо, Санкт-Петербург є містом із багатими традиціями в галузі живопису та архітектури, що суттєво впливає на професійне становлення майбутніх дизайнерів. Важливо підкреслити, що представлені в цьому місті шедеври в галузі різних видів мистецтва є відображенням гармонійного сполучення не тільки істинно руських традицій, але й національних традицій інших народів, адже авторами цих шедеврів були творці різних національностей [5].

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок

На підставі вищевикладеного можна підсумувати, що у вітчизняній практиці треба творчо використовувати цінний досвід підготовки майбутніх дизайнерів у зарубіжних ВНЗ, але головним орієнтиром для фахівців у дизайнерській справі мають бути все ж таки цінності та традиції національної української культури. У подальшому планується визначити педагогічні умови формування етнохудожньої культури майбутніх дизайнерів у позааудиторній діяльності.

ЛІТЕРАТУРА

1. Абаимова Е. Л. Дизайн как общекультурный и национальный феномен: дис. канд. ... филос. наук: 24.00.01 / Е. Л. Абаимова. — Ростов-на-Дону, 2009. — 147 с.
2. Григорьева Т. П. Движение красоты: Размышления о японской культуре / Т. П. Григорьева. — М.: «Восточная литература» РАН, 2005. — С. 180–192.
3. Григорьева Т. П. Японская художественная традиция / Т. П. Григорьева. — М.: Наука, 1979. — 452 с.
4. История дизайна в Японии // <http://diz-style.ru/>
5. Ковешникова Е. Н. Теория и методика художественного образования: на материале подготовки дизайнеров: 13.00.08 / Е. Н. Ковешникова. — М., 2003. — 388 с.
6. Соколик Л. Д. Естетичні властивості дизайн-об'єктів та формування індивідуального стилю: зб наук. праць / Л. Д. Соколюк // Вісник ХДАДМ. — 2002. — № 6. — С. 9.

УДК 613.96:376.352

МЕТОДИЧНІ ПІДХОДИ ДО ВАЛЕОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОГО ПРОЦЕСУ ОСІБ ІЗ ВАДАМИ ЗОРУ

Самойлова Н. В.

Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна
Харків, Україна

У роботі визначено поняття «супровід» та «валеологічний супровід». Теоретично обґрунтовано систему методичних підходів до валеологічного супроводу осіб із вадами зору. Розроблено систему методичних засобів щодо валеологічного супроводу студентів з вадами зору, що базується на системному підході до формування, збереження та зміцнення здоров'я людини. Представлено конкретні засоби щодо формування фізичної та психологічної складових здоров'я, які можуть застосовувати студенти з різним рівнем здоров'я та різним ступенем порушення зору.

Ключові слова: вади зору, валеологічний супровід, здоров'я, методичні засоби, системний підхід, студенти.

В работе определены понятия «сопровождение» и «валеологическое сопровождение». Теоретически обоснована система методических подходов к валеологическому сопровождению лиц с нарушениями зрения. Разработана система методических средств для валеологического сопровождения студентов с нарушениями зрения, базирующаяся на системном подходе по формированию, сохранению и укреплению здоровья человека. Представлены конкретные способы, направленные на формирование физической и психологической составляющей здоровья, которые могут использовать студенты с разным уровнем здоровья и разной степенью нарушения зрения.

Ключевые слова: нарушения зрения, валеологическое сопровождение, здоровье, методические средства, системный подход, студенты.

The paper studies the essence of concept «accompaniment» and «valeological accompaniment». The system of methodical approaches to the valeological accompaniment entities with visual impairment is theoretically substantiated. The system is designed of methodical means of valeological accompaniment for visual impairment. This system based on systemic approach to generating, the preservation and improve health. Introduced specific methods, that directed on formation of the physical and psychological health, that can be used by students with different level health and with varying degrees of visual impairment.

Key words: visual impairment, valeological accompaniment, health, methodical means, systematic approaches, students.

Постановка питання в цілому

Вирішення проблеми здоров'я студентів з особливими освітніми потребами на сьогоднішній день вимагає якісно нового підходу до виховання і навчання, урахуваючи те, що вищий навчальний заклад є ідеальним центром для просування ідей здорового способу життя і виховання культури здоров'я. Сучасна освіта намагається вирішити питання щодо збереження здоров'я осіб з особливими освітніми потребами, але при цьому система вищої освіти базується не на методологічних, а на інформаційних принципах. Отже, з метою забезпечення методологічного принципу і системного підходу до зміцнення фізичного, психічного та духовного здоров'я студентів з особливими освітніми потребами, необхідна розробка методичних засобів до валеологічного супроводу навчально-виховного процесу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій

Дослідженнями психологів та педагогів встановлено, що глибокі порушення зору в студентському віці спричиняють негативний вплив на формування і розвиток пізнавальної діяльності, у тому числі на зорове сприйняття, а також на соціальний і духовний розвиток та психологічні якості особистості [1].

Сучасний розвиток суспільства найпріоритетнішими завданнями вбачає розробку заходів щодо успішної інтеграції в суспільство людини з особливими освітніми потребами [1; 2; 3]. Інтеграція в суспільство людини з особливими освітніми потребами та обмеженою працездатністю сьогодні означає процес і результат надання їй прав і реальних

можливостей брати участь у всіх видах і формах соціального життя, включаючи й освіту, нарівні і разом із рештою членів суспільства в умовах, компенсуючих їй відхилення в розвитку і обмеження можливостей.

У системі освіти інтеграція означає можливість мінімально обмежуючої альтернативи (тобто вибору) для осіб з особливими освітніми потребами: отримання освіти в спеціальному освітньому закладі або, з рівними можливостями, в освітньому закладі загального призначення [2].

Стосовно студентів це означає, що вчитися можуть всі особи, а значить, усім їм, якими б важкими не були порушення розвитку, повинна надаватися можливість отримати повноцінну освіту, зокрема з питань валеологічної підготовки.

Аналіз психолого-педагогічної літератури показав, що досліджень у галузі збереження здоров'я осіб із вадами зору недостатньо. Тому **метою роботи** є розробка та теоретичне обґрунтування методичних засобів до валеологічного супроводу процесу навчання осіб із вадами зору.

Виклад основного матеріалу дослідження. Супровід – це певна ідеологія роботи, це перша і найважливіша відповідь на питання, навіщо потрібен педагог, психолог, валеолог. Уперше термін «супровід» з'являється в психології, потім його бере на озброєння педагогіка і валеологія. У сучасному трактуванні він розуміється як керівництво, взаємодія. Поняття «супровід» використовується у багатьох галузях, тому значення цього слова, відповідно до певної галузі, є дуже важливим. Супровід — це те, що супроводжує яке-небудь явище, який-небудь процес [8]. Також супровід — це поняття вироблення, здійснення будь-якої дії одночасно з чим-небудь; з'єднання з якою-небудь супутньою дією [7].

Термін «валеологічний супровід» нами визначено, як систему професійної діяльності валеолога, спрямованої на створення здоров'язбережувальних умов для успішного навчання та психологічного розвитку дитини в ситуації взаємодії. Валеологічний супровід являє собою «систему взаємодії суб'єктів освітнього процесу щодо формування, збереження та зміцнення здоров'я його учасників». Реалізація будь-якої системи взаємодій пов'язана з наявністю відповідної методологічної бази і застосуванням конкретних прикладних технологій на її основі, здатних надавати оздоровлюючий вплив на суб'єктів освітнього процесу. Валеологічний супровід містить індивідуальний супровід і загальний супровід навчального процесу, супровід окремих напрямів роботи у вищому навчальному закладі. Валеологічний супровід усієї системи освіти передбачає, що кожен навчальний та виховний захід повинні містити оздоровчий ефект, саме це забезпечить кожному студентові індивідуальну траєкторію розвитку на основі його можливостей, здібностей, стану здоров'я, допоможе викладачам навчати без перевантажень та учбових стресів, формувати індивідуальний стиль у роботі.

Індивідуальний супровід — це діагностична робота: вивчення адаптаційних можливостей студента, оцінка його здоров'я і розвитку; динамічне спостереження за станом здоров'я і самопочуттям студентів; допомога студенту у виборі оптимального освітнього шляху з урахуванням його індивідуальних і вікових особливостей; консультування студентів та їх батьків — допомога валеолога при проблемах адаптації до навчального процесу, консультації за необхідністю у лікарів-спеціалістів.

Загальний супровід навчального процесу — це валеологічна освіта педагогів; упровадження відомих валеологічних рекомендацій у навчальний процес і розробка нових; різнобічні дослідження і корекція розкладу, контроль за дотриманням валеологічних вимог до лекцій, динамічне спостереження за станом здоров'я і самопочуттям студентів з особливими освітніми потребами, створення банку даних; практичне використання результатів дослідження для оптимізації навчально-виховного процесу; активна участь валеологічної служби за основними напрямками роботи вищого навчального закладу.

Валеологічний супровід молоді з особливими освітніми потребами розуміється як особливий вид спеціально організованої професійної валеолого-педагогічної діяльності, що полягає у виявленні, визначенні та вирішенні проблем здоров'я цієї категорії студентів, з

використанням валеологічних технологій. Валеологічний супровід містить розвиток усіх складових здоров'я, а саме фізичної, психічної та духовної, та сприяє покращенню здоров'я студента у навчальному закладі.

При цьому валеологічний супровід навчання студентів з особливими освітніми потребами, як вид валеологічної підтримки, передбачає комплекс заходів, спрямованих на диференціацію та індивідуалізацію методів виховання, серед яких поряд із педагогічними методами виховання (формування свідомості, організація діяльності, стимуляція діяльності, самовиховання) слід застосовувати спеціальні методи валеологічної роботи (методи валеологічної діагностики, профілактики, реабілітації).

При організації процесу валеологічного супроводу у ВНЗ зі студентами, які мають патологію органів зору, слід керуватися такими принципами: максимальне злиття лікувально-корекційних і педагогічних впливів; індивідуальний підхід до нормування навчального та фізичного навантаження; створення диференційованих умов зорової роботи; застосування спеціальних навчальних та наукових посібників, технічних засобів навчання і виховання.

Здоров'я людини можна охарактеризувати як динамічний стан організму, який відзначається повним фізичним, інтелектуальним, психічним, духовним і соціальним благополуччям та піддається впливові. З позиції холістичного підходу до здоров'я валеологічний супровід повинен містити заходи, що забезпечуватимуть підтримку всіх складових здоров'я (фізичної, психічної, духовної, соціальної). Комплексною системою супроводу навчання передбачено залучення студентів з особливими потребами до систематичних занять фізичною культурою, відвідування факультативних занять із метою поліпшення стану здоров'я, розкриття потенційних можливостей, розширення сфери життєдіяльності слабкозорої молоді, підвищення розумової та фізичної працездатності, корекції й компенсації відхилень у розвитку, а також соціальної адаптації та інтеграції в суспільство [5; 6].

Як було зазначено вище, одним із елементів валеологічного супроводу є створення спеціальних психолого-педагогічних умов, зокрема застосування спеціального навчально-методичного забезпечення.

За результатами вивчення передового психолого-педагогічного досвіду в галузі спеціальної освіти та валеології нами було розроблено та обґрунтовано *систему методичних засобів щодо валеологічного супроводу осіб із вадами зору*.

Розроблена система методичних засобів містила такі складові: фізичні вправи за методикою А. Сітеля, оздоровчі вправи для очей за методом В. Базарного, лікувальну гімнастику для очей за методом Бейтса, дихальні вправи та гімнастику, а також методики психічної саморегуляції.

1) *Методика А. Сітеля*. Для покращення стану насамперед управляючої системи нами запропоновано комплекс фізичних вправ за методикою А. Сітеля. Зазначений метод є альтернативним методом підтримки фізичного стану здоров'я, ураховуючи те, що для студентів із порушенням зору передбачаються такі обмеження, як різкі нахили, стрибки, вправи з обтяженням, акробатичні вправи (перекиди, стійки на голові, плечах, руках, висіння вниз головою), а також вправи зі струсом тіла, різким переміщенням положення тощо [4].

В основі методу самостійної ліквідації болі в хребті та суглобах лежить ідея розслабляючого впливу з лікувальною метою на спазмовані м'язи або групу м'язів, безпосередньо пов'язаних із проблемним відділом хребта або суглобом. Такий специфічний стан м'язів називається фазою абсолютного покою і виникає, по-перше, після її максимальної напруги проти опору, по-друге, після пасивного розтягнення м'язів унаслідок впливу на неї сили тяжіння (гравітації) і, по-третє, після виконання серії спеціальних плавних ритмічних рухів, спрямованих на розтягнення м'яза.

А. Сітель переконаний, що стан хребта визначає життєвий потенціал людини, що здоровий хребет — це шанс кожного з нас на активне довголіття без хвороб і страждань. Адже саме через хребет ідуть сигнали і нервові імпульси команди до всіх життєво важливих

органів. Займаючись за системою професора А. Сітеля, людина створює такі сприятливі умови, за яких організм швидко самовідновлюється і стає життєздатним і активним. Лікувальні пози руху не тільки рятують людей від болю, але і відновлюють симетрію хребта, повертають життєві сили, що, у кінцевому рахунку, забезпечує кожному здоров'я і довголіття.

Важливо підкреслити, що при розробці лікувальних поз-рухів слід урахувати ще одну закономірність: напругу і розслаблення м'язів найбільш фізіологічно виконувати відповідно до фаз дихання «вдих — видих» (вдих — напруга, видих — розслаблення). У цьому випадку буде правильно функціонувати система кровообігу, отже, не виникає збоїв у регуляції нервових процесів.

2) *Лікувальна гімнастика для очей за методом В. Бейтса*. Студентам було запропоновано комплекс вправ для безпосереднього зміцнення очних м'язів, які є досить простими для запам'ятовування та виконання. Безсумнівною його перевагою є те, що комплекс можна виконувати практично в будь-якому місці в будь-який час, тобто для зміцнення свого зору можна використовувати у вільний від навчання та роботи час. В основі методу лежить принцип розслаблення очних м'язів під час і після зорового навантаження. Бейтс радить, крім регулярних відпочинків і зміни зорового об'єкта (раз на годину на 10–15 хвилин), робити так званий пальмінг — закривання очей долонями для забезпечення чорноти світлового поля, тобто його повної відсутності.

3) *Оздоровчі вправи для очей за методом В. Базарного*. Групою вчених під керівництвом В. Базарного доведено, що спосіб сидіння за столом із похиленою і фіксованою до кришки столу грудною кліткою та неправильна поза сидіння за столом є первинною, а короткозорість вторинна, а не навпаки, як вважалося. Це явище Ф. Базарнов назвав «синдромом низько похиленої голови». При роботі зі студентами для зняття зорової стомлюваності було використано тренажер, розроблений В. Базарним, який являє собою плакат-схему візуально-рухових траєкторій. На ньому за допомогою спеціальних стрілок зазначені основні напрямки, за якими повинен рухатися погляд у процесі виконання вправ.

4) *Дихальна гімнастика С. Лосєва*. Для покращення роботи дихальних процесів студентам запропоновано дихальну гімнастику С. Лосєва «Дихання життя». Методика має ряд істотних та принципових переваг: її можна освоїти за одне заняття; виконується впродовж 15 хвилин у день; не викликає різких реакцій одужання (нудота, блювота, головні болі); її не треба робити все життя.

Можливість такої профілактики як вплив на капіляри за допомогою дихання є дуже ефективною, особливо для людей з особливими потребами. Заняття фізкультурою і спортом для таких людей не завжди є можливим у повному обсязі, інша справа — поєднання деяких фізичних навантажень із дихальними вправами. У такому разі людина отримує справжнє диво, що відкриває безмежні можливості. Добре функціонуючі капіляри, що покращують кровообіг, відновлюють і прискорюють усі фізико-хімічні реакції організму, які лежать в основі нашого імунітету. Таку гімнастику можна робити за будь-яких умов: лежачи, сидячи, стоячи. Тоді розширення капілярів працюватиме не на те, щоб справитися з новим фізичним навантаженням, а виключно на оздоровлення.

5) *Психічна саморегуляція як метод оздоровлення*. Під психічною саморегуляцією розуміється свідомий вплив людини на властиві їй психічні явища, виконувану діяльність, власну поведінку з тим, щоб підтримати або змінити характер їх перебігу. Психічна саморегуляція спрямована на вироблення вмінь і навичок самостійно контролювати і регулювати психофізіологічний стан, щоб підвищити ефективність дій, особливо в напружених ситуаціях. Це сприяє, у свою чергу, підвищенню ефективності професійної діяльності, зміцненню психічного здоров'я. Таким чином, розвинене вміння керувати своєю психікою і тримати її під контролем розцінюється як засіб захисту студентів від побутових і навчальних негараздів і виступає одним із найважливіших ознак душевного здоров'я особистості.

В основі запропонованої програми щодо психічної саморегуляції покладено три модулі: зміна тонуусу скелетних м'язів і дихання; активне включення уявлень і чуттєвих образів; використання програмуючої та регулюючої ролі слова. Складається програма з переліку аутотренінгових вправ.

Висновки і перспективи подальшого розвитку

1. На підставі аналізу наукової літератури з'ясовано, що здоров'я слабкозорих студентів на сьогоднішній день вимагає якісно нового підходу до виховання і навчання в освітніх установах та повинно обов'язково валеологічно супроводжуватися. Валеологічний супровід має містити обов'язкове методичне забезпечення.

2. Теоретично обґрунтовано систему методичних підходів до валеологічного супроводу навчально-виховного процесу слабкозорих студентів.

3. Розроблено систему методичних засобів до валеологічного супроводу навчально-виховного процесу осіб із вадами зору з урахуванням усіх складових здоров'я (фізичної, психічної, духовної), яка містить такі елементи, як фізичні вправи за методикою А. Сітеля, оздоровчі вправи для очей, лікувальну гімнастику для очей за методом Бейтса, дихальні вправи та гімнастику, а також психічну саморегуляцію, яка містить аутотренінгові вправи.

У подальшому планується розробити аудіоматеріали за представленою системою щодо валеологічного супроводу студентів із вадами зору.

ЛІТЕРАТУРА

1. Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами: Зб. наукових праць. – № 4(6). – К.: Університет, «Україна», 2007. – 316 с.
2. Бойко Г. М. Організація інтегрованого навчання студентів з обмеженими можливостями на факультативних заняттях з фізичного виховання / Г. М. Бойко // Імідж сучасного педагога. – 2005. – № 304.2–55 – 268 с.
3. Добровольская Т. А. Инвалид и общество: социально – психологическая интеграция/ Т. А. Добровольская, Н. Б. Шабалина. – Київ: Социс, 1995. – 67 с.
4. Козлов И В. Изучение эффективности программы физического воспитания слабовидящих студентов, автореферат, кандидат пед. наук: 13.00.04, Ярославль, 2007. – 134 с.
5. Основы специальной педагогики и психологи / Трофимова Н. М., Дуванова С. П., Трофимова Н. Б., Пушкина Т. Ф. — Спб.: Питер, 2006. — 304с.:ил. — (Серия «Учебное пособие») – 135–142 с.
6. Солнцева Л. І. Компенсаторний розвиток дітей з порушеннями зору. Корекція зорової недостатності // Л. І. Солнцева. Тифлопсихологія дитинства. — М.: «Полиграф сервис», 2000. — С. 1–126
7. Сучасний тлумачний словник української мови: 55 000 слів / [уклад. А. М. Яковлєва, Т. М. Афонська]. — Х.: Торсінг плюс, 2007. — 670 с.
8. Толковый словарь русского языка: 80 000 слов и фразеологических выражений / Сергей Иванович Ожегов, Наталия Юльевна Шведова, Институт русского языка им. В. В. Виноградова РАН. — 4-е изд., доп. — М.: А ТЕМП, 2007. — 941 с.

УДК 378.017:613

ФОРМУВАННЯ У СТУДЕНТІВ ВІДПОВІДАЛЬНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ВЛАСНОГО ЗДОРОВ'Я ТА ЗАЛУЧЕННЯ ЇХ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Старосельська Ю. І., Пугач Б. Я.
Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Харків, Україна

У статті висвітлені теоретичні питання щодо формування у студентів відповідального ставлення до власного здоров'я та залучення їх до здорового способу життя. Акцентована увага на тому, що питання формування та збереження здоров'я сучасної молоді з медичної площини переходить у педагогічну площину. Завданням сучасних вищих навчальних закладів стає підготовка не тільки висококваліфікованого фахівця, а і здорової особистості, яка має бути спроможною якісно виконувати свої професійні функції.

Ключові слова: здоров'я, студенти, здоровий спосіб життя, відповідальне ставлення до здоров'я.

В статье освещены теоретические вопросы по формированию у студентов ответственного отношения к собственному здоровью и привлечению их к здоровому образу жизни. Акцентировано внимание на том, что вопрос формирования и сохранения здоровья современной молодежи из медицинской плоскости переходит в педагогическую плоскость. Задачей современных высших учебных заведений становится подготовка не только высококвалифицированного специалиста, но и здоровой личности, которая должна быть способной качественно выполнять свои профессиональные функции.

Ключевые слова: здоровье, студенты, здоровый образ жизни, ответственное отношение к здоровью.

The article deals with theoretical questions on the formation of the students responsible attitude to their own health and to bring them to a healthier lifestyle. Focused on the fact that the issue of the formation and preservation of the health of today's youth from the medical plane goes into teaching plane. The task of the modern higher education training is not only highly qualified, but also a healthy personality to be able to qualitatively perform their professional functions.

Key words: health, students, healthy living

Постановка проблеми в цілому та її зв'язок із важливими науковими та практичними завданнями

Українське суспільство висуває високі вимоги до підготовки випускника вищої школи не тільки як до кваліфікованого фахівця, а і як до здорової особистості, яка має бути спроможною якісно виконувати свої професійні функції. Як відомо, саме в період навчання у вищому навчальному закладі відбувається інтенсивний фізичний, психічний та соціальний розвиток майбутнього професіонала, а його стан здоров'я безпосередньо впливає на успішність майбутньої трудової діяльності і стиль життя в цілому. Разом із тим визначено, що багато студентів веде неправильний спосіб життя, який проявляється в таких нездорових звичках, як гіподинамія, нераціональне харчування, порушення режиму дня тощо. Це свідчить про недостатнє усвідомлення молоддю здоров'я як унікального і універсального феномена, однієї з основних особистісних цінностей людини. Тому в студентському середовищі не виявляється в потрібній мірі відповідальне ставлення особистості до власного здоров'я. Оскільки для виховання відповідальних відносин особливо значущим є юнацький вік як період становлення самосвідомості та активізації ціннісно-орієнтаційної діяльності (К. Абульханова-Славська, Б. Анан'єв, І. Кон, Е. Еріксон та ін.), необхідно у вищій школі забезпечувати педагогічне сприяння формуванню відповідального ставлення студентів до здоров'я.

Аналіз державних документів — Національної доктрини розвитку освіти (2002 р.), наказу Міністерства охорони здоров'я України «Про поліпшення діяльності органів і закладів охорони здоров'я з питань формування здорового способу життя, гігієнічного виховання населення» (1999 р.), Указу Президента України «Про невідкладні додаткові заходи щодо зміцнення моральності у суспільстві та утвердження здорового

способу життя» (2002 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.) — свідчать про те, що пріоритетним завданням освіти на даному етапі розвитку суспільства стає виховання людини в дусі відповідального ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших людей як до найвищої суспільної й індивідуальної цінності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, а також відокремлення невирішених проблем. Аналіз наукової літератури засвідчує, що, починаючи з другої половини ХХ століття, до проблеми ставлення до здоров'я звертаються філософи, соціологи, психологи, педагоги, зокрема Л. Водогрєєва, І. Журавльова, В. Коган, Д. Лоранський, В. Ясвін та ін. Філософський і культурологічний аспекти відповідального ставлення до навколишнього світу розкриваються в роботах С. Анісімова, В. Алексєєва, І. Брехмана, Б. Єрасова, А. Здравомислова, М. Кагана, В. Казначєєва, Д. Леонтєєва, І. Смирнова, Е. Фромма, М. Шелера та ін. Ціннісний аспект формування ставлення до здоров'я з урахуванням вікових особливостей досліджують Т. Андрющенко, І. Вершиніна, С. Белова, Г. Зайцев, В. Кабаєва, С. Свириденко. Питанням формування, збереження, зміцнення і відтворення здоров'я присвячені праці М. Амосова, Г. Апанасенко, І. Брехмана, В. Горашука, О. Дубогай, В. Казначєєва, Ю. Лисицина, В. Ліщук, В. Петленка.

Наприкінці ХХ ст. опубліковано праці О. Балакіревої, О. Вакуленко, Л. Ващенко, Л. Жаліло, Н. Комарової, Р. Левіна, О. Яременко, у яких міжнародні концептуальні засади сприяння здоров'ю адаптовано до українського контексту як теоретичні основи формування здорового способу життя. В. Беспалько, Н. Заверико, В. Петрович, Л. Сущенко, О. Стойко, В. Шкуркіна звернулися до пошуку нових соціально-педагогічних технологій формування в учнів здорового способу життя. Психологічні засади проблеми відповідального ставлення взагалі розглядалися в дослідженнях О. Леонтєєва, В. Мясичєва, Ю. Орлова, А. Петровського, С. Рубінштейна та ін. Педагогічний аспект відповідального ставлення до здоров'я репрезентовано в працях В. Андрєєва, І. Борзенка, О. Васильєва, О. Дубогай, Л. Жаліло, І. Журавльова, Г. Зайцева, С. Кириленко, М. Куїнджі, В. Кукушкіна, А. Маслоу, М. Никандрова, В. Оржеховської, Л. Татарнікової та ін. Окремі аспекти питань виховання відповідального ставлення учнівської та студентської молоді до свого здоров'я були предметом наукових досліджень М. Гончаренко, В. Горашука, М. Гриньової, В. Бабица, Ю. Драгнева, Г. Кривошєєвої, С. Лебедченко, М. Литвинової, Л. Овчиннікової та ін.

Актуальність визначеної проблеми посилюється необхідністю усунення суперечностей:

- між об'єктивними вимогами суспільства і держави до стану здоров'я студентської молоді та несформованістю у неї відповідального ставлення до власного здоров'я;
- між необхідністю виховання відповідального ставлення студентів до власного здоров'я та недостатньою розробленістю теоретичних і методичних засад забезпечення цього процесу у вищих навчальних закладах;
- між зростаючим усвідомленням педагогічним співтовариством необхідності проведення здоров'язбережувальної діяльності та її обмеженим використанням у системі вищої освіти.

Метою представленої статті є висвітлення теоретичних питань щодо формування у студентів відповідального ставлення до власного здоров'я та залучення їх до здорового способу життя.

Виклад основного матеріалу дослідження

Усвідомлення проблем сучасного стану здоров'я студентської молоді переводить питання формування та збереження здоров'я із медичної площини в педагогічну площину. Численні дослідження науковцями за останні 20 років стану здоров'я молоді (Е. Булич, О. Вільхова, В. Гузинін, О. Дубай, О. Дрозд та ін.) переконали педагогів і керівників закладів освіти у тому, що необхідно невідкладно реалізовувати спеціальні заходи для збереження і зміцнення здоров'я студентів через планування здоров'язбережувальної діяльності,

посилення виховної діяльності, спрямованої на зміну ставлення молоді до свого здоров'я та більш активного залучення студентів до ведення здорового способу життя.

Відомо, що здоров'я студентів як членів суспільства обумовлено цілим рядом факторів, від яких залежить стан, а також процес укріплення та збереження здоров'я студентської молоді. Основними серед них є: генетично-спадкоємний фактор, стан навколишнього середовища, медичне забезпечення та спосіб життя. Вплив цих факторів на здоров'я особистості є вагомим, але він піддається керуванню [7]. Серед усіх чинників на стан здоров'я особистості найбільшою мірою впливає фактор способу життя. Адже, свідомо зміна способу життя з метою його збереження та укріплення сприяє позитивним змінам у стані здоров'я.

Спосіб життя — це діяльність, що включає в себе динамічні процеси протікання життєвих ситуацій. У цьому зв'язку здоровий спосіб життя (ЗСЖ) представляється як активна цілеспрямована діяльність людини, яка сприяє збереженню та підвищенню рівня здоров'я. Аналіз наукової літератури дав змогу виявити складові цього поняття. Науковці в структурі ЗСЖ виділяють такі практико-діяльнісні компоненти, як:

- раціональне харчування, раціональна рухова активність, загартування, психопрофілактика та психогігієна, відмова від шкідливих звичок (І. Березін, Ю. Дергачев та ін.);
- плідотворна робота, раціональний режим роботи та відпочинку, викорінення шкідливих звичок, особиста гігієна, загартування, раціональне харчування (О. Лаптев, С. Полієвський та ін.);
- оптимальний руховий режим, раціональне харчування, раціональний режим життя, психофізіологічна регуляція, психосексуальна і статеві культура, зміцнення імунітету, загартування, відсутність шкідливих звичок та валеологічна освіта (Є. Вайнер);
- сукупність усього, що сприяє виконанню людиною професійних, громадських і побутових функцій в оптимальних для здоров'я умовах і виражає орієнтованість особистості в напрямі формування, збереження і укріплення як індивідуального, так і громадського здоров'я (Е. Казін, Н. Блинова, Н. Литвинова). За поглядами цих учених, «здоровий спосіб життя як система складається з трьох основних взаємозалежних і взаємозамінних елементів трьох культур: культура харчування, культура рухів і культура емоцій»;
- робота (навчання), житлові умови, відпочинок, раціональне харчування, загартування, оптимальна рухова активність, медична активність, відмова від шкідливих звичок (О. Фурманов, Ю. Князєв та інші);
- раціональна праця, раціональне харчування, раціональна рухова активність, загартування організму, особиста гігієна, психогігієна, відмова від шкідливих звичок; крім того: активна взаємодія з природою, самооздоровлення, мотивація до здоров'я і здорового способу життя (Р. Раєвський, С. Канишевський та ін.).

Дотримання здорового способу життя студентською молоддю гарантовано сприяє укріпленню і збереженню фізичного і психічного здоров'я, успішному навчанню, накопленню фізичних і духовних сил, сприяє пролонгованій дієздатності, створює надійні передумови активній життєдіяльності, матеріальному і сімейному благополуччю, високопродуктивній професійній роботі, успішній кар'єрі та творчому довголіттю [2, 7].

Але слід сказати, що ЗСЖ студента з ряду причин ще не має відносної стабілізації, у більшості своїй він не визначений стійкими позиціями (відносинами, активністю, мотивацією). Крім вікових особливостей розвитку, це ще пов'язано з навчально-професійною діяльністю студента (наявність значної кількості різних навчальних дисциплін, причому обсяг необхідної для засвоєння студентом інформації збільшується й ускладнюється з кожним роком), з його організацією режиму дня і вільного часу, де багато звичних для молодих людей способів проведення дозвілля не узгоджується з нормами ЗСЖ, а також з неусвідомленням цінності здоров'я через віковий максималізм.

Тому, на нашу думку, проблема збереження здоров'я студентської молоді полягає у виявленні способів мотивації молоді до ведення ЗСЖ, у вихованні відповідального ставлення

до здоров'я, що дозволить майбутнім фахівцям завдяки власним зусиллям зберігати і розвивати індивідуальне здоров'я.

Крім того, слід відзначити, що сьогодні все більше закладів освіти роблять спробу вирішувати питання збереження здоров'я молоді створенням здоров'язбережувального простору, введенням у навчальний процес здоров'язбережувальних освітніх технологій, програм тощо. Зростає число ВНЗ, що проводять моніторинги стану здоров'я студентів, використовують у своїй діяльності комплексний підхід до збереження духовного, психічного, фізичного здоров'я.

Причому у вищих навчальних закладах технічного спрямування для більш ефективного залучення студентської молоді до піклування про власне здоров'я фахівці рекомендують включити до навчальних планів предмети (валеологія, психологія, педагогіка та ін.), що допомагають студентам отримувати наукові знання про здоров'я, формувати їх свідомість, бо в цих закладах вся відповідальність за розвиток здоров'я студентів покладається, в основному, на викладачів фізичної культури [3].

Науковці також наголошують, що традиції і норми щодо ставлення людини до здоров'я можуть засвоюватися студентами в процесі діалогу молоді із соціальним оточенням (сім'я, однолітки, педагоги, засоби масової інформації тощо), що проектує сформоване в українській культурі (науці, релігії, мистецтві, літературі) ставлення до здоров'я як термінальної (базової) цінності. У роки радянської влади відповідальність за здоров'я громадян несла держава, що не сприяло розвитку їх здоров'язбережувальної активності. У сучасних економічних умовах виникає необхідність відчуття особистої відповідальності людини за своє здоров'я, але значна кількість українців ще не розглядають здоров'я як інструментальну цінність і об'єкт власної турботи [6].

Також завдяки можливостям Інтернет-технологій в умовах єдиного інформаційного простору сучасна молодь може пізнавати та переймати позитивний досвід ставлення до здоров'я молоді інших країн, яка розглядає здоров'я як передумову для високих досягнень у професійній та побутовій сферах життєдіяльності, а як наслідок – проявляє особисту відповідальність за власне здоров'я.

Висновки і перспективи подальшого розвитку

Вивчення і аналіз літератури з проблеми дослідження дали змогу з'ясувати структурні практико-діяльнісні компоненти поняття здорового способу життя, визначити основні засоби та способи залучення до нього студентської молоді. У ході подальшого дослідження передбачається проаналізувати можливості та шляхи створення здоров'язбережувального простору в класичному університеті. Адже питання збереження здоров'я студентів у сучасних умовах вимагає від навчальних закладів подальшої роботи організації спеціалізованої системи формування, розвитку та збереження здоров'я, яка повинна спиратися на сучасні підходи до формування культури здоров'я, здорового способу життя, використовувати ефективні оздоровчі технології.

ЛІТЕРАТУРА

1. Березин И. П. Школа здоровья / И. П. Березин, Ю. В. Дергачев. — М.: Моск. рабочий, 1989. — 221 с. — (Сер. «Семейный круг»).
2. Вайнер Э. Н. Валеология: учебник для вузов / Э. Н. Вайнер — М.: Флинта: Наука, 2001. — 416 с.
3. Заводевкина Н. В. Развитие ответственного отношения к здоровью у студенток технического вуза средствами физического воспитания: автореферат по педагогике / Н. В. Заводевкина. Интернетресурс nauka-pedagogika.com/.../dissertaciya-razvitie-otvetstvennogo-otnos.
4. Казин Э. М. Основы индивидуального здоровья человека: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Э. М. Казин, Н. Г. Блинова, Н. А. Литвинова. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. — 192 с.
5. Лаптев А. П. Гигиена / А. П. Лаптев, С. А. Полиевский. — М.: Физкультура и спорт, 1990. — 367 с.
6. Меньш Е. А. «Формирование ценностного отношения студентов к здоровью средствами межкультурной коммуникации». Автореферат. Интернетресурс www.tnnlib.ru/DbFileHandler.axd?2671
7. Раевский Р. Т. Здоровье, здоровый и оздоровительный образ жизни студентов / Р. Т. Раевский, С. М. Канишевский; под. общ. ред. Р. Т. Раевского. — О.: Наука и техника, 2008. — 556 с.
8. Фурманов А. Г. Здоровый образ жизни / А. Г. Фурманов, Ю. Н. Князев. — Мн.: Тесей, 2003. — 60 с.

УДК 37.013.42-057.87:378.09

КУЛЬТУРНО-ОСВІТНЄ СЕРЕДОВИЩЕ ВИЩОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ ЯК ОСНОВА СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ІНОЗЕМНИХ СТУДЕНТІВ

Ху Жунсі

Луганський національний університет імені Тараса Шевченка

Луганськ, Україна, Китай

У статті висвітлено проблеми соціальної адаптації іноземних студентів. Автором обґрунтована необхідність створення у вищому навчальному закладі культурно-освітнього середовища як основи успішного входження іноземних студентів у новий соціокультурний світ. Установлено взаємозв'язок між сутністю понять «середовище», «освітнє середовище», «культурне середовище» та «культурно-освітнє середовище». Розглянуті переваги, які отримують усі суб'єкти навчально-виховного процесу від створення культурно-освітнього середовища у ВНЗ.

Ключові слова: соціальна адаптація, середовище, освітнє середовище, культурне середовище, культурно-освітнє середовище.

В статье обращено внимание на проблемы социальной адаптации иностранных студентов. Автором обоснована необходимость создания в высшем учебном заведении культурно-образовательной среды как основы успешного вхождения иностранных студентов в новый социокультурный мир. Установлена взаимосвязь между сущностью понятий «среда», «образовательная среда», «культурная среда», «культурно-образовательная среда». Рассмотрены преимущества, которые получают субъекты учебно-воспитательного процесса от создания культурно-образовательной среды в вузе.

Ключевые слова: социальная адаптация, среда, образовательная среда, культурная среда, культурно-образовательная среда.

In the article paid regard to problems of social adaptation of foreign students. An author is ground the necessity of creation in higher educational establishment of cultural and educational environment as bases of the successful including of foreign students for the new social and cultural world. Intercommunication between essence of concepts «environment», «educational environment», «cultural environment», «cultural and educational environment, is set». Advantages are considered which get subjects of educational process from creation of cultural and educational environment in the institute of higher.

Keywords: social adaptation, environment, educational environment, cultural environment, cultural and educational environment.

Постановка питання в цілому і його зв'язок із важливими науковими та практичними завданнями. Характерною ознакою розвитку вищої освіти за останні десятиріччя стає її інтернаціоналізація, що обумовлено глобалізацією всіх сфер життя людства. Проявом інтернаціоналізації вищої освіти є намагання держав, вищих навчальних закладів, наукових товариств співпрацювати в інтересах власних країн, розвитку науки, освіти, культури, можливості побудувати міцні стосунки з іншими державами. У межах освітніх програм, угод про співпрацю та академічний обмін велика кількість студентів прямує в інші країни з метою отримати професійну освіту та набути навички соціальної взаємодії з іншими народами.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, а також відокремлення невирішених проблем. Для України, як і для інших пострадянських країн, професійна підготовка іноземних студентів спирається на багаторічний досвід. Іноземці, як і раніше, впевнені у якості українських ВНЗ, які на сьогодні приваблюють їх ще й своєю фінансовою доступністю.

Втім, процес навчання іноземних студентів є досить специфічним, що обумовлено різним змістом попередньої освіти, отриманими навичками навчально-пізнавальної діяльності, іншим культурним та соціальним середовищем, обмеженням спілкування тощо. Це гальмує розвиток студентів, ускладнює діяльність викладачів, перешкоджає ефективному формуванню професійної компетентності іноземних студентів.

Разом із тим для вищих навчальних закладів надання освітніх послуг для іноземних громадян є можливістю розширити міжнародні зв'язки, отримати певний міжнародний статус серед

вищих навчальних закладів, активізувати інтерокультурні соціальні процеси, а також покращити свій фінансовий стан. Саме це підштовхує викладачів, керівників ВНЗ, науковців здійснювати пошук шляхів підвищення ефективності соціальної адаптації іноземних студентів.

Потрібно зазначити, що в останній час процеси соціальної адаптації та соціалізації у сфері освіти розглядаються в дещо іншій площині, ніж у 70-ті роки ХХ століття. Нині науковцями активно досліджуються питання динаміки адаптації до навчання у вищій школі, соціально-психологічні аспекти адаптації, проблеми управління соціальною адаптацією, вплив освітнього середовища ВНЗ на адаптацію студентів тощо. Не залишаються поза увагою й проблеми соціальної адаптації іноземних студентів. У цьому контексті серед наукового доробку останніх десятиріч необхідно відзначити праці українських та російських науковців Г. Алєєвої, Л. Бутенко, М. Вітківської, Я. Долгополової, О. Домбровської, Л. Кожуховської, В. Логінової, І. Мнацаканяна, І. Мушарапової, О. Орехової, Д. Порох, О. Скворцової, О. Суригіна, С. Шестопалової, Т. Язвинської та багатьох інших.

Однак потрібно зазначити, що сьогодні нерозробленими залишаються питання, пов'язані з формуванням методологічних принципів організації адаптаційного процесу іноземних студентів, урахуванням соціокультурної специфіки іноземних громадян в управлінні освітніми процесами у ВНЗ, розробкою критеріїв адаптованості для різних груп іноземних студентів, визначення умов щодо регулювання їхньої адаптації тощо. На наш погляд, багато з цих проблем можна розв'язати, коли налагодити систему «особистість — середовище». Процес адаптації успішно протікає, коли особистість та середовище знаходяться у динамічній рівновазі. Взаємодіючи із середовищем, особистість, на думку А. Хуторського, будує сама себе. Активно діючи в середовищі, людина самовизначається в системі відносин, що спонукає її саморозвиток і самоактуалізацію [13]. Активний та двобічний характер взаємодії людини і середовища забезпечує набуття особистістю тих якостей та властивостей, які закладені в потенціалі середовища. Тобто процес соціальної адаптації іноземних студентів буде результативним, якщо створити у вищому навчальному закладі особливе культурно-освітнє середовище, яке забезпечить пристосування іноземців до нового соціокультурного середовища, нової освітньої системи, нової мови спілкування, інтернаціонального характеру навчальних груп, культури нової країни.

Метою цієї статті є дослідження феномена культурно-освітнього середовища вищого навчального закладу як основи соціальної адаптації іноземних студентів.

Виклад основного матеріалу дослідження

У межах нашого дослідження необхідно визначитись із сутністю поняття «культурно-освітнє середовище вищого навчального закладу», для чого з'ясуємо сутність та взаємозв'язок родового поняття «середовище», а також понять «освітнє середовище» та «культурне середовище».

Слід зазначити, що єдиного визначення середовища у науковій літературі не існує. У тлумачному словнику поняття «середовище» визначається в декількох значеннях, серед яких стосовно нашого дослідження мають сенс лише два. Перше значення розглядає середовище як речовину, що заповнює простір та має певні властивості. Друге значення визначає середовище як сукупність соціально-побутових умов, оточення, а також сукупність людей, об'єднаних цими умовами [9]. І властивості, і умови, які характеризують певне середовище свідчать про створення особливого мікросвіту, що впливає на особистість. При цьому виявляється і відмінність середовища від простору, оскільки середовище передбачає присутність людини та її взаємодію з ним. Людина своїми діями активізує, будує ті чи інші елементи середовища і таким чином нібито створює себе. Простір же може існувати і без людини.

У «Педагогічній енциклопедії» загальний зміст цього поняття зводиться до сукупності умов, які оточують людину та взаємодіють із нею, як з організмом та особистістю [10]. Багато авторів розглядають середовище як простір або сукупність умов, засобів, чинників. На думку А. Макарені, це пояснюється тим, що середовище в освіті визначається як

об'єктивним характером, так і суб'єктивним ставленням учасників освітнього процесу до оточуючої дійсності, її сприйняттям, засобами її відображення. Сам дослідник бачить середовище в освіті як культурно-творче, оскільки воно є сукупністю матеріальних і духовних чинників та засобів, які сприяють перетворенню індивіда в особистість і далі в індивідуальність у процесі розв'язання освітніх завдань, спрямованих на розвиток особистості [7]. Інша російська дослідниця В. Воронцова розкриває значення «середовище» через сукупність умов, які впливають на формування й функціонування людини в суспільстві, як речове та людське оточення особистості, її здібностей, потреб, інтересів, свідомості, що дозволяє розглядати особистість як носія, представника середовища [1].

Проблема включення людини в середовище приваблює сьогодні багатьох учених. Втім ця проблема у педагогіці вже розроблялася ще з початку XIX століття. Історія цього питання ґрунтовно досліджена С. Полуйковою, яка визначає середовище сукупністю умов, факторів, впливів, можливостей становлення, існування, розвитку та діяльності суб'єкта [11].

Цікавою стосовно нашого дослідження є концепція середовищного підходу Ю. Мануйлова, який розглядає середовище як динамічну систему. Середовищний підхід в освіті, з погляду науковця, є теорією й технологією опосередкованого управління процесом формування й розвитку особистості [8]. Концепція середовищного підходу Ю. Мануйлова ґрунтується на тому, що середовище опосередковує особистість завдяки наданим можливостям, створює образ життя, стає засобом освіти тільки за умов надання середовищу певних параметрів, які свідомо задані й підтримуються педагогом.

Останнє свідчить, що специфіку середовища в освіті можна створити у відповідності до визначених цілей та змісту освіти. Специфіка освітнього середовища, на думку І. Феттер, відбувається у виявленні домінант, «стрижневого» процесу, який визначає якість середовища. До таких процесів дослідниця відносить розвиток, саморозвиток, спілкування та інші [12].

У педагогічних дослідженнях використовуються різновиди від поняття «середовище»: освітнє (В. Козирев), соціально-педагогічне (В. Козир), організаційно дидактичне (В. Ледньов), гуманітарно-освітнє (Ю. Кулюткін), культурне (Н. Крилова) та інші. Починаючи з 90-х років XX століття, домінуючим у педагогіці стає поняття «освітнє середовище», що пов'язано з переосмисленням місця освіти, визначенням останньої як сфери соціального життя.

Освітнє середовище досліджується науковцем в контексті створення умов ефективної суб'єкт–суб'єктної взаємодії між усіма учасниками освітнього процесу, а також реалізації цілей гуманістичної та розвивальної освіти. Аналіз наукової літератури свідчить, що змістовне наповнення поняття «освітнє середовище» не завжди однозначне і розглядається дослідниками з різних позицій. Незважаючи на розмаїття підходів науковців щодо визначення поняття «освітнє середовище», можна виявити єдність розуміння дослідниками його сутності як системи впливів, умов, можливостей розвитку суб'єктів освітнього процесу, але якщо вони стають його активними учасниками.

Констатуємо також, що більшість науковців характеризують освітнє середовище як навчальне, пізнавальне, інформаційне, практично не згадуючи його культурно-освітнє призначення, хоча в реальності освітнє середовище повинно бути не тільки творчим, але й культурним. Саме таке середовище дозволяє особистості диференціювати себе всередині іншої культури, інтегруючи її елементи у свою власну культуру. У контексті нашого дослідження культурно-освітнє середовище фактично є поєднанням полікультурної освіти й адаптаційного підходу, що створює та розвиває гармонійні взаємовідносини між представниками різних культур.

На думку Є. Бондаревської та Г. Шарикової, культурно-освітнє середовище має проектуватися на засадах культурологічного та особистісно орієнтованого підходів. Перший дозволяє здійснювати освіту крізь призму культури, наповнює її людським змістом та служить розвитку, самовизначенню і самореалізації людини. Особистісно орієнтований

підхід не тільки озброює людину знаннями, уміннями й навичками, але й допомагає їй у розв'язанні життєвих проблем.

Слід зазначити, що вперше термін «культурно-освітнє середовище» використав І. Відт, хоча багато педагогів, соціологів та культурологів віддають перевагу терміну «культурне середовище» (С. Бондарєва, Л. Буєва, А. Валицька, О. Запесоцький, Л. Коган, Л. Круглова, Н. Крилова, Л. Михайлова та ін.). Численні визначення культурного середовища вказують на те, що матеріальні та особистісні елементи культури, з якими взаємодіє суб'єкт, впливають на його життєдіяльність, формують потреби, інтереси та ціннісні орієнтири. Культурне середовище є спеціально організованим, структурованим культурним простором, який виконує функції трансляції досвіду та засвоєння культури. Показником культурного середовища є його можливість втілювати культурні цінності в індивідуальну культуру людини та реалізовувати її творчу основу.

На думку Н. Крилової, завдяки культурно-освітньому середовищу людина включається в культурні зв'язки суспільства та набуває досвіду самостійної культурної діяльності [6]. Культурно-освітнє середовище стає водночас і макросередовищем, і соціокультурним полем спілкування, і мікросередовищем, в якому особистість активно діє та реалізує себе як суб'єкт культури і де формує підґрунтя самоосвіти та саморозвитку. Дослідниця вважає, що культурно-освітнє середовище стає своєрідною територією соціальної спадковості, де зникаються характеристики культури та освіти, де ознаки культури репрезентуються в ознаки освіти, створюючи умови для формування людини, здатної реалізувати себе в конкретних культурних умовах [5].

Говорячи про роль культурно-освітнього середовища ВНЗ в адаптації іноземних студентів, необхідно акцентувати увагу на таких аспектах цього процесу. По-перше, оскільки адаптація має психологічну основу, то завданням культурно-освітнього середовища є створення для іноземних студентів психологічного комфорту в новій культурі, що буде виражатися у їх позитивному ставленні до оточення, гарному самопочутті, розвитку взаємовідносин із людьми. Саме психологічна готовність до взаємодії з іншими (викладачами, студентами) сприяє пристосуванню іноземних студентів до норм, умов, принципів життєдіяльності, етикету в суспільстві, засвоєнню норм і цінностей, вимог та правил поведінки, прийнятих у суспільстві взагалі та навчальному закладі зокрема. Останнє свідчить, що культурно-освітнє середовище повинно надавати іноземним студентам соціокультурні уявлення про нове середовище їх існування та умови поведінки в ньому в конкретних випадках.

Показником адаптації людини є засвоєння нею соціокультурних цінностей, що висуває до процесу адаптації іноземних студентів на перше місце вміння вільно орієнтуватися в новій культурі, спілкуватися з її представниками, вирішувати повсякденні питання, пов'язані з харчуванням, мешканням, навчанням у ВНЗ тощо. І тут, на думку І. Гребеннікової, важливим для іноземних студентів є не лише володіння мовою країни навчання, але й досвідом спілкування з представниками інших культур [2]. Це сприятиме обміну інформацією, яка передаватиме як накопичений соціальний та культурний досвід нового суспільства, так і сприйматиме потреби іноземних студентів, їх очікування, погляди на професійний та особистісний саморозвиток у процесі навчання у ВНЗ. Даний процес дозволяє максимально узгодити діяльність іноземних студентів з параметрами культурно-освітнього середовища, а вищому навчальному закладу адаптувати їх до функцій освітнього середовища.

Вважаємо необхідним у контексті нашого дослідження акцентувати увагу саме на культурній складовій культурно-освітнього середовища. Науковці відводять культурі важливу роль в адаптації людини до нового соціуму. Культура втілює стиль мислення та поведінки людини, оскільки охоплює всі сторони суспільного життя, будь-який вид людської діяльності. Культура виконує важливу адаптивно-діяльнісну функцію, здійснюючи соціальну самоорганізацію суспільства. Вона стає тим підґрунтям, без якого неможливо побудувати

соціальні взаємовідносини, взаємозв'язки індивіда та суспільства, визначити моделі поведінки, національний характер суспільства та особливості сприйняття людей.

Іноземні студенти набувають особистий досвід життєдіяльності в новій культурі завдяки міжособистісним відносинам у новому суспільстві та засвоєнню зразків статусної та рольової взаємодії. Перехід іноземних студентів на рівень активних суб'єктів міжкультурної взаємодії та спілкування потребує уваги до їхньої індивідуальності, культурних особливостей, ціннісних пріоритетів, внутрішнього світу. Досвід іноземного студента у просторі культури формується виключно в результаті позиції власної культури відносно нової культури. Таким чином, сутність міжкультурної взаємодії визначається сценаріями та досвідом поведінки іноземного студента, його соціальної компетентності.

Успішна адаптація до нової культури пов'язана з умінням іноземного студента вибрати із наявних варіантів власної поведінки необхідні конструкти, які дозволяють йому відповідати вимогам іносоціокультурного середовища, новим нормам, правилам поведінки і настановам. При цьому відбувається встановлення кореляції між стійкими уявленнями іноземця, його національно-культурними зразками та настановами нового середовища в процесі узгодження внутрішніх та зовнішніх умов.

Оскільки процес адаптації до нового соціокультурного середовища пов'язаний із засвоєнням нових соціокультурних цінностей, які часто відрізняються від власної системи цінностей іноземних студентів, то це може викликати в останніх труднощі адаптаційного характеру та переживання. Саме тому адаптація до нового соціуму, його культури повинна відбуватися у спеціально організованому культурно-освітньому середовищі, де в процесі навчання мають бути створені умови ефективного засвоєння і актуалізації соціокультурних цінностей. Основою такого процесу є загальнолюдські цінності, завдяки яким виникає розуміння та співробітництво, вироблення визначених паттернів поведінки, емпатії та толерантності, що сприятиме адаптації іноземних студентів до навчання у ВНЗ.

У нашому дослідженні під **культурно-освітнім середовищем вищого навчального закладу** ми розуміємо сукупність умов, які забезпечують набуття й актуалізацію іноземними студентами базових елементів інокультури, навичок міжкультурної взаємодії, що сприяє їхньому успішному професійно-особистісному становленню та розвитку в новому соціальному оточенні.

На наш погляд, перетворення освітнього середовища у вищому навчальному закладі в культурно-освітнє стає визначальною організаційно-педагогічною умовою, яка забезпечить соціальну адаптацію та професійно-особистісний розвиток іноземних студентів. Складна та різноманітна організація культурно-освітнього середовища дозволяє іноземним студентам одержати уявлення про різні аспекти культури країни, в якій вони навчаються, а також про навчально-пізнавальне та побутове життя у вищому навчальному закладі, що стане стимулом для їхнього самовизначення та саморозвитку. Проте ефективне використання потенціалу культурно-освітнього середовища можливе тільки за умови виявлення іноземними студентами активності в процесі соціальної адаптації. Як зазначає Л. Кайданова, успішною адаптація стає для іноземних студентів з активною життєвою позицією, розвиненими комунікативними вміннями і навичками, уміннями поважати цінності, культуру, релігію інших людей [4].

Для викладачів створення культурно-освітнього середовища також несе певні переваги, пов'язані з чітким уявленням щодо можливості іноземних студентів брати участь в освітній діяльності ВНЗ. Крім того, для педагогів відкриваються можливості підвищення власної культури та компетентності, оскільки культурно-освітнє середовище не може існувати без активного включення в нього професорсько-викладацького складу.

Для адміністрації вищого навчального закладу виникає можливість уявити перспективи й потенціал міжкультурної діяльності, покращення міжнародного співробітництва та виходу освітньої діяльності ВНЗ на якісно новий рівень.

Культурно-освітнє середовище, спрямоване на соціальну адаптацію іноземних студентів, визначає особливості взаємодії всіх суб'єктів освітнього процесу, культуру

їхнього спілкування та взаємин. При цьому важливо враховувати вплив на іноземних студентів культури взаємовідносин професорсько-викладацького складу, оскільки педагоги є колективним суб'єктом, який транслює знання, є носієм культури та передає культурний потенціал студентам.

Важлива позиція кожного викладача в культурно-освітньому середовищі, його цінності, цілі та завдання викладацької діяльності, можливості вибудовувати суб'єкт–суб'єктні відносини зі студентами, власне, саме ставлення студентів до викладача — все це стає чинниками успішної взаємодії викладача та іноземних студентів, яка не повинна відбуватися на рівні протиріч, напруження та диктату. Навпаки, необхідно розвивати довіру, відкритість у відносинах, але при збереженні відповідних позицій.

При цьому саме пошук викладачами змісту, форм і методів навчально-виховної роботи з іноземними студентами, розробка методичного забезпечення, термінологічних словників, внесення елементів наочності у навчальний процес та інші елементи освітньої діяльності викладачів будуть сприяти їх взаємодії з іноземними студентами, зможуть пом'якшити та усунути негативні наслідки дезадаптації, прискорити процес соціальної адаптації іноземних студентів до нового середовища.

Особливе значення має взаємодія студентів між собою, у якій виявляються як субкультурні, так і етнокультурні ознаки. Український дослідник І. Зозуля зауважує, що головними складниками таких взаємовідносин студентів виступають миролюбність, самостійність мислення, толерантність, тактовність, здатність до вибору адекватних оцінок і вчинків, уміння вести діалог на засадах рівних прав та взаємоповаги [3]. Але, як свідчать дослідження, взаємовідносинам студентів різних етносоціальних груп не завжди властиві визначені складові, часто виникають непорозуміння, неповага та навіть прояви агресії. Це свідчить про необхідність удосконалення в культурно-освітньому середовищі взаємовідносин студентів різних соціокультурних груп, формування навичок толерантної взаємодії, співпраці у навчально-пізнавальній та позанавчальній діяльності.

Висновки і перспективи подальшого розвитку

Таким чином, наші наукові пошуки свідчать, що іноземні студенти, які приїждять для отримання вищої освіти в іншу країну, стикаються з проблемами адаптації у вищому навчальному закладі та засвоєння нових ціннісних настанов, конвенціональних норм і правил поведінки. У зв'язку з цим зростає необхідність створення умов розвитку цілісної особистості іноземного студента, здатного завдяки ВНЗ інтегруватися у нове соціокультурне середовище та засвоїти наявні в суспільстві норми, правила поведінки, цінності, а також адаптуватися до нового соціуму. Труднощі, пов'язані із соціальною адаптацією іноземних студентів, може вирішити створення у ВНЗ культурно-освітнього середовища. Однак при цьому виникає необхідність визначення організаційно-педагогічних умов перетворення навчально-виховного процесу на культурно-освітнє середовище, надання педагогічного супроводу процесу соціальної адаптації іноземних студентів. Також необхідно визначити систему та напрями роботи із соціальної адаптації іноземних студентів. Означене вважаємо напрямками наших подальших досліджень.

ЛІТЕРАТУРА

1. Воронцова В. Г. Гуманитарно-аксиологические основы последипломного образования педагогов / В. Г. Воронцова. — Псков: Изд-во ПОИП-КРО, 1997. — 421 с.
2. Гребенникова И. А. Педагогическое сопровождение адаптации иностранных студентов в российском вузе (на примере китайских студентов): дис. канд. пед. наук: 13.00. 08 / Гребенникова Ирина Анатольевна. — Биробиджан, 2010. — 197 с.
3. Зозуля І. В. Полікультурні взаємовідносини іноземних студентів у середовищі вищого навчального закладу України (досвід Вінниччини) / І. В. Зозуля // Матеріали Х міжнародної науково-практичної конференції «Гуманізм та освіта» — 2010 [Електронний ресурс]. — Режим доступу: <http://conf.vntu.edu.ua/humed/2010/txt/Zozulya.php>
4. Кайдалова Л. Г. Проблеми адаптації іноземних студентів на початковому етапі навчання / Л. Г. Кайдалова, Ж. В. Черкашина // Нові технології навчання: наук.-метод. зб. / Інститут інноваційних технологій і змісту освіти МОН, молоді і спорту України. — К.: 2011. — Вип. 68. — С. 83–88.

5. Крылова Н. Б. Антропологический, деятельностный и культурологический подходы. Тезариус / Н. Б. Крылова. — М.: Изд-во «НИИ школьные технологии», 2006. — 183 с.
6. Крылова Н. Б. Культурология образования / Н. Б. Крылова. — М.: Народное образование, 2000. — 272 с.
7. Макареня А. А. Культуротворческая среда: статус, структура, функционирование / А. А. Макареня. — Тюмень: ТОГИРРО, 1997. — 66 с.
8. Манулов Ю. С. Средовый подход в воспитании / Ю. С. Мануйлов / под ред. академика Л. И. Новиковой. — Кустанай: МЦСТ, 1997. — 244 с.
9. Ожегов С. И. Словарь русского языка / С. И. Ожегов; под ред. докт. филол. наук, проф. Н. Ю. Шведовой. — 13-е изд., испр. — М.: Рус. яз, 1981. — 816 с.
10. Педагогика: Большая современная энциклопедия / [сост. Е. С. Рапацевич]. — Мн.: Современное слово, 2005. — 720 с.
11. Полуйкова С. Ю. Организационно-педагогические условия освоения студентами профессионально-образовательной среды факультета: дисс. на соиск. научн. ст. канд. пед. наук: 13.00.08 / Полуйкова Светлана Юрьевна. — Омск. — 2000. — 210 с.
12. Феттер И. В. Подготовка будущего учителя к созданию эмоционально-предметной среды: дисс. на соиск. научн. ст. канд. пед. наук: 13.00.08 / Феттер Инна Витальевна. Омск, 2001. — 185 с.
13. Хуторской А. В. Деятельность как содержание образования / А. В. Хуторской // Народное образование. — 2003. — № 8. — С. 107–112.

УДК 378.018.43-051:811.161.2'271

АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ АПРОБАЦІЇ ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ РОЗВИТКУ УКРАЇНОМОВНОЇ КУЛЬТУРИ ВЧИТЕЛЯ МАЛОКОМПЛЕКТНОЇ ШКОЛИ В СИСТЕМІ ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ ОСВІТИ

Шацька Н. М.

Запорізький обласний інститут післядипломної педагогічної освіти
Запоріжжя, Україна

У статті розкрито суть україномовної культури вчителів малокомплектних шкіл. Визначено педагогічні умови її розвитку в системі післядипломної освіти, а саме такі: 1) врахування специфіки професійної діяльності вчителів цих шкіл; 2) стимулювання їх до постійного підвищення рівня власної україномовної культури. Під час проведення дослідження уточнено критерії й показники її розвиненості. Доведено, що реалізація вказаних умов дійсно забезпечує ефективний розвиток україномовної культури вчителів малокомплектних шкіл.

Ключові слова: україномовна культура, малокомплектна школа, учитель, система післядипломної освіти.

В статье раскрыта сущность украиноязыковой культуры учителей малокомплектных школ. Определены педагогические условия ее развития в системе последипломного образования, а именно такие: 1) учет специфики профессиональной деятельности учителей этих школ; 2) стимулирование их к постоянному повышению уровня собственной украиноязыковой культуры. Во время проведения исследования уточнены критерии и показатели ее развитости. Доказано, что реализация указанных условий действительно обеспечивает эффективное развитие украиноязыковой культуры учителей малокомплектных школ.

Ключевые слова: украиноязыковая культура, малокомплектная школа, учитель, система последипломного образования.

The article reveals the essence of Ukrainian-language culture of the teacher in the understaffed school, defines the pedagogical conditions of its development in the continuing education system namely: 1) taking into account the professional training specificity of teachers in these schools; 2) their stimulating to permanently increase their own level of Ukrainian-language culture. In the process of the research the criteria and characteristics of its development are specified. It is proved that the realization of the above-mentioned conditions really contributes to the effective development of Ukrainian-language culture of teachers in understaffed schools.

Key words: Ukrainian-language culture, understaffed school, teacher, continuing education system.

Постановка проблеми в загальному вигляді

У зв'язку із зростанням в останні десятиріччя кількості малокомплектних шкіл в Україні виникає актуальна потреба в переосмисленні пріоритетів навчання в цих закладах, підвищенні кваліфікації вчителів на основі врахування специфіки їхньої професійної діяльності в класах-комплектах. У цьому плані особлива увага має приділятися розвитку україномовної культури шкільних педагогів.

Інтенсивність виховного впливу педагогів малокомплектних шкіл на учнів є більшою, ніж у традиційних загальноосвітніх закладах, що створює сприятливі передумови для здійснення виховної роботи, зокрема для формування україномовної культури школярів. Однак результативність цього процесу значною мірою залежить від стану розвиненості цієї культури в самих педагогів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій

Як з'ясовано, у науковій літературі відображено результати досліджень, що проводилися в таких напрямках: обґрунтування основних шляхів оволодіння особистістю цінностями національної культури, зокрема рідною мовою (І. Бех, В. Кремень, В. Огнев'юк, В. Сухомлинський, О. Сухомлинська та інші), визначення основних підходів до розвитку мовної культури людини (А. Васильєва, О. Леонтьєв, О. Потєбня та інші), аналіз можливостей педагогічного впливу на україномовний розвиток школярів (Ш. Амонашвілі, Д. Гринчишин, О. Сербенська та інші), розкриття суті понять мовної, мовленнєвої й комунікативної культури вчителя (І. Зязюн, Л. Крамущенко, І. Кривонос та інші), висвітлення характерних особливостей роботи вчителів в умовах малокомплектних шкіл (В. Мелешко, Н. Побірченко, О. Савченко та ін.).

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми

Високо оцінюючи теоретичну та практичну цінність наукових і методичних праць вищевказаних авторів, необхідно водночас відзначити, що проблема розвитку україномовної культури вчителів малокомплектних шкіл не була об'єктом спеціального педагогічного дослідження. Однак, за результатами проведеного наукового пошуку, реальний стан сформованості цієї культури в педагогів малокомплектних шкіл не відповідає висунутим вимогам. Це зумовило вибір теми статті.

Формулювання цілей статті. Метою статті є представлення результатів апробації педагогічних умов розвитку україномовної культури вчителя малокомплектної школи в системі післядипломної освіти.

Виклад основного матеріалу дослідження

Відзначимо, що в контексті дослідження під україномовною культурою вчителя розуміється інтегративна професійно-особистісна якість, що проявляється в повноцінному оволодінні педагогом усіма засобами (лексичні, граматичні, фонетичні тощо) української мови та наявності в нього здатності оптимальним чином використовувати ці засоби в різних умовах взаємодії з усіма учасниками навчально-виховного процесу (школярами, їхніми батьками, колегами та ін.), забезпечувати ефективний вплив на формування особистості кожного учня.

Як доведено під час проведення дослідження, україномовна культура є професійно необхідною якістю для кожного вчителя вітчизняної школи. Причому особливо важливу роль вона відіграє у професійній діяльності педагога малокомплектної школи, в якій, порівняно з традиційним загальноосвітнім закладом, значно збільшується час на спілкування вчителя з кожним учнем.

Важливо також відзначити, що через малочисельність педагогічного колективу можливості щодо вибору форм організації науково-методичної роботи в малокомплектній школі значно обмежені. Тому центральне місце в підвищенні професійної кваліфікації цих учителів займають обласні інститути післядипломної педагогічної освіти.

Для забезпечення ефективного розвитку україномовної культури вчителів малокомплектних шкіл у межах підвищення їхньої кваліфікації в цих інститутах важливо

було визначити й обґрунтувати відповідні педагогічні умови, що забезпечують успішність реалізації цього процесу. Відзначимо, що під педагогічними умовами в представленій статті розуміються певні обставини, передумови, котрі дозволять ефективно досягти сформульовану мету.

У процесі визначення цих умов було враховано висновки фахівців (О. Біда, М. Картель, Г. Кoberник, В. Мелешко, Н. Побірченко) про те, що функціонування малокомплектної школи суттєво ускладнюють такі негативні фактори: нестандартність проведення навчально-виховної роботи в умовах класу-комплекту; відсутність готовності випускників педагогічних закладів до роботи в сільській малокомплектній школі; обмежений обсяг друкованої науково-методичної літератури з питань організації навчально-виховної роботи, розроблених науково-методичних рекомендацій щодо здійснення педагогічної взаємодії та контролю за навчальним процесом у такій школі; не завжди якісна кадрова забезпеченість шкіл, наявність труднощів в організації навчально-виховного процесу в разі відсутності вчителя через ті чи інші об'єктивні або суб'єктивні обставини; нестабільність поєднання класів, варіативність щорічного набору дітей; обмеженість використання ТЗН, наочності, екскурсійних форм роботи, що збіднює поінформованість і загальний розвиток дітей; висока методична ізоляваність педагогів у школі; необхідність поєднання вчительських функцій з функціями управління навчально-виховним закладом; низька підготовка дітей до навчання в школі через відсутність дошкільних закладів, неухвагу батьків до цих питань тощо [1; 3; 4; 5]. Разом з тим у науковій літературі підкреслюється, що малочисельність учнів у школі має водночас і певні позитивні моменти для організації освітньої діяльності школярів, оскільки дає змогу на практиці реалізовувати принципи диференціації й індивідуалізації навчання, забезпечити активний взаємовплив дітей. Констатуємо цей факт, О. Савченко одночасно звертає увагу на появу в такій школі загрози гіперопіки й гіперконтролю з боку вчителя, бо практично кожна дія учня здійснюється під контролем учителя, який звертається до учнів у три-п'ять разів частіше, ніж у звичайній школі [6].

Отже, на основі врахування висновків науковців і результатів власного дослідження було зроблено висновок про те, що першою педагогічною умовою розвитку україномовної культури вчителя малокомплектної школи в системі післядипломної освіти є врахування специфіки їхньої професійної діяльності в такій школі.

Характеризуючи розвиток україномовної культури вчителя малокомплектної школи, слід відзначити, що цей процес, як і взагалі процес його професійного зростання, має безперервний характер і значною мірою залежить від ефективності власних зусиль педагога, усвідомлення ним високої значущості самовдосконалення. Т. Браже, висвітлюючи перспективи для розвитку мовних знань і вмінь учителя, справедливо відзначає, що «мовлення вчителя повинно в ряді випадків зрівнятися з мовленням письменника, критика, артиста, коли уроки стають творами мовленнєвого мистецтва, а не просто зразками культури мовлення за одним тільки з її критеріїв — правильності мови». Тому система постдипломної освіти має бути спрямована на розвиток культурного потенціалу особистості вчителя, стимулювати його до постійного самовдосконалення мовної культури [2, с. 80].

Однак, як встановлено під час проведення пілотажного дослідження, тільки чверть учителів малокомплектних шкіл систематично займаються професійним самовдосконаленням. Майже половина опитаних педагогів не приділяють достатньої уваги питанням цілеспрямованого саморозвитку власної україномовної культури. А третина з них визнали, що допускають мовні помилки під час педагогічної взаємодії з учнями.

На підставі вищевикладеного зроблено висновок про те, що другою педагогічною умовою, яка забезпечує успішний розвиток україномовної культури вчителів малокомплектної школи, є стимулювання їх до постійного підвищення рівня власної україномовної культури.

З метою перевірки висунутої в дослідженні гіпотези було організовано педагогічний експеримент, який проводився протягом 2007–2012 рр. у Запорізькому, Черкаському, Рівненському й Хмельницькому обласних інститутах післядипломної педагогічної освіти. До

участі в експерименті було залучено 197 учителів малокомплектних шкіл, які проходили підвищення кваліфікації у вищевказаних інститутах.

Для визначення ефективності теоретично обґрунтованих педагогічних умов розвитку україномовної культури вчителів малокомплектних шкіл було уточнено відповідні критерії й показники її розвиненості, а саме такі: 1) мотиваційно-ціннісний (характер сформованості у вчителів мотивів щодо подальшого розвитку цієї культури, характер сформованості ціннісного ставлення до цього процесу); 2) когнітивно-діяльнісний критерій (рівень сформованості у вчителів знань і вмінь, що забезпечують прояв україномовної культури; 3) особистісно-рефлексивний (характер прояву необхідних для успішного здійснення комунікації професійно-особистісних якостей: емпатії, рефлексії, толерантності, тактовності, доброзичливості, ініціативності тощо).

Реалізація першої з визначених педагогічних умов передбачала використання в роботі з учасниками експерименту таких методів, форм роботи, як лекції, теоретичні семінари, диспути, бесіди, «круглі столи», ділові й рольові ігри, тренінги, виконання спеціальних завдань і вправ. Відповідно до другої визначеної умови під час проведення експериментальної роботи забезпечувалося стимулювання вчителів малокомплектних шкіл до постійного підвищення рівня власної україномовної культури. З метою підвищення ефективності цієї роботи шкільних педагогів залучали до вивчення рекомендацій фахівців із цього питання. Крім того, учасників експерименту спонукали до розробки індивідуальних програм із питань саморозвитку україномовної культури, причому під час складання цих програм їм надавалася кваліфікована допомога з боку викладачів інституту післядипломної педагогічної освіти.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок

Експериментальним упровадженням визначених педагогічних умов у практику роботи обласних інститутів післядипломної педагогічної освіти доведена їх ефективність. Так, кількість учителів, які на контрольному зрізі експериментальної роботи продемонстрували високий рівень розвиненості україномовної культури, збільшилася порівняно з даними констатувального зрізу на 14,6%, а кількість педагогів, у яких розвиненість цієї культури відповідає низькому рівню, навпаки, знизилася на 26,3%. У подальшому планується розробити методичні матеріали з питань розвитку україномовної культури вчителів малокомплектних шкіл у системі післядипломної педагогічної освіти».

ЛІТЕРАТУРА

1. Біда О. А. Підготовка майбутніх учителів до організації самостійної роботи в сільській малокомплектній школі при викладанні дисциплін природничого спрямування / О. А. Біда, М. В. Картель // Психолого-педагогічні проблеми сільської школи: наук. зб. — Умань : Уманський держ. пед. ун-т імені Павла Тичини, 2004. – Вип. 9. — С. 28–35.
2. Браже Т. Г. Рефлексивная культура педагога : способы ее выявления и развития / Т. Г. Браже // Человек и образование. — 2010. – №1 (30). — С. 80–84.
3. Коберник Г. І. Індивідуалізація навчання в сільській малокомплектній школі / Т. І. Коберник // Психолого-педагогічні проблеми сільської школи: наук. зб. — Умань: Уманський держ. пед. ун-т імені Павла Тичини, 2004. – Вип. 9. — С. 79–85.
4. Мелешко В. В. Контроль як засіб управління сільською малокомплектною школою / В. В. Мелешко // Психолого-педагогічні проблеми сільської школи: наук. зб. — Умань: Уманський держ. пед. ун-т імені Павла Тичини, 2004. – Вип. 8. — С. 18–27.
5. Побірченко Н. С. Малокомплектна школа : сучасний вимір / Н. С. Побірченко // Психолого-педагогічні проблеми сільської школи: наук. зб. — Умань: Уманський держ. пед. ун-т імені Павла Тичини, 2004. — Вип. 10. — С. 62–70.
6. Савченко О. Я. Дидактика початкової школи: підруч. / О. Я. Савченко. — К.: Абрис, 1997. — 416 с.

УДК 37.037

МОНІТОРИНГ ЗДОРОВ'Я УЧНІВ ВІТЧИЗНЯНОЇ ЗАГАЛЬНООСВІТНЬОЇ ШКОЛИ ЯК ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА

Шахненко В. І., Пелих О. М.

Харківський національний університет ім. В. Н. Каразіна
Харків, Україна

Стаття присвячена становленню і розвитку моніторингу здоров'я учнів та валеологічної думки в умовах загальноосвітнього навчального закладу. Досліджено витoki сучасного моніторингу здоров'я школярів із практичної педології. У статті показано розвиток і занепад моніторингу здоров'я дітей і підлітків, а потім його розвиток у системі освіти України в 90-ті роки минулого століття. Установлена відсутність механізму здійснення моніторингу здоров'я в умовах сучасної вітчизняної загальноосвітньої школи.

Ключові слова: педологія, здоров'я, фізичний розвиток, валеологічне виховання, загальноосвітній заклад, моніторинг, основи здоров'я.

Статья посвящена становлению и развитию мониторинга здоровья учащихся, а также валеологической мысли в условиях общеобразовательного учебного заведения. Исследованы истоки современного мониторинга здоровья школьников из практической педологии. В статье показаны развитие и упадок мониторинга здоровья детей и подростков, а далее его развитие в системе образования Украины в 90-е годы прошлого столетия. Установлено отсутствие механизма осуществления мониторинга здоровья в условиях современной отечественной общеобразовательной школы.

Ключевые слова: педология, здоровье, физическое развитие, валеологическое воспитание, общеобразовательное заведение, мониторинг, основы здоровья.

The article is devoted to the establishment and development of the student health monitoring and valeology thought in comprehensive secondary school. Sources of pupilhealth modern monitoring in practical pedology are explored. Expansion and decline of the children and adolescents health monitoring, and then its development in Ukraine educational system in the 1990s are shown. The lack of a health monitoring mechanism in the up-to-date national comprehensive secondary school is established.

Key words: pedology, health, physical development, valeological education, secondary school, monitoring, basic health.

Постановка проблеми

Сучасна людина є членом суспільства, громадянином держави. Саме тому вона повинна виконувати певні соціальні обов'язки. Якісне виконання своїх соціальних обов'язків неможливе, особливо в наш високотехнологічний час, без високого рівня культури здоров'я. Соціальне середовище, в якому засвоює початковий досвід та практику підрастаюче покоління, — це сім'я і школа. Загальноосвітні заклади на нинішній час у більшості випадків є основним осередком, який, окрім питань базової освіти, вирішує завдання з формування дбайливого ставлення до свого здоров'я та його медичного контролю. Але питання моніторингу фізичного розвитку та здоров'я в умовах загальноосвітнього закладу, незважаючи на актуальність, розв'язуються недостатньо. Адже, як підкреслено в Розпорядженні Кабінету Міністрів України № 828–р. від 31 серпня 2011 р., порівняно з 2007 роком кількість дітей і молоді за станом здоров'я віднесених до спеціальної медичної групи, збільшилася на 40 відсотків [10, с. 63].

Аналіз останніх досліджень і публікацій

Аналіз літератури показав, що питання формування, дослідження стану здоров'я школярів та молоді активно розроблялося відомими вітчизняними і закордонними дослідниками в галузі педагогіки, філософії, психології, валеології. У своїх працях педагогіки досить широко обґрунтували необхідність ведення здорового способу життя (Я. Коменський, А. Макаренко, В. Сухомлинський). Питання загального моніторингу здоров'я школяра досліджували такі вітчизняні науковці, як М. Гончаренко, М. Гриньова, І. Муравов, О. Дубогай, С. Кириленко. У роботах К. Дроздової, І. Іванія, Т. Круцевич розглядається питання використання моніторингу в системі фізичного виховання учнів

початкової та основної школи. Рівень фізичного здоров'я юнаків призовного віку досліджувала у своєму дисертаційному дослідженні Т. Лошицька. У наукових працях добре обґрунтовані та розкриті питання необхідності збереження здоров'я і шляхи його формування, впливу здоров'я на різні аспекти життя. Проте питання наявності ефективного механізму здійснення системи моніторингу фізичного розвитку та здоров'я залишається відкритим.

Формулювання цілей статті. Метою статті є аналіз особливостей формування валеологічної думки в Україні, місце в ній моніторингу здоров'я та фізичного розвитку учнів в історії розвитку валеологічних дисциплін вітчизняної загальноосвітньої школи.

У нашому житті моніторинг, як вид нагляду та контролю за будь-яким процесом охоплює майже всі сфери діяльності людини. У наш техногенний час все більше постає актуальність моніторингу людини, а особливо дітей і підлітків. До цього слід додати, що ідея обстеження дітей зародилася досить давно. На нашу, думку історію розвитку моніторингу здоров'я дітей у нашій країні слід поділити щонайменше на три періоди:

- Перший період (з кінця XIX сторіччя по 1936 рік) — поява та розвиток педології.
- Другий період (з 1936 року по 1991 рік) — занепад педології, та поява валеології.
- Третій період (з 1991 року по нинішній час) — створення уяви про моніторинг та його розвиток.

Практика обстеження деяких складових загального здоров'я дітей і підлітків у нашій країні мала місце, коли Україна була в складі царської Росії. Наприкінці XIX сторіччя з'явилася нова наука – педологія. Для свого часу вона вважалася досить прогресивною наукою, бо намагалася всебічно охопити питання розвитку дітей і підлітків шляхом об'єднання психології з медициною, фізіологією, педагогікою і шкільною практикою. Як відомо, у середніх навчальних закладах царської Росії проводились антропометричні [від гр. *antropo* (людина) + *metreo* (вимірюю)] дослідження. Вони включали вимірювання зросту, ваги, обхвату грудей, життєвої ємності легень та деякі дані з кефалометрії (вимірювання обхвату, довжини і ширини голови). Так, проводились вимірювання окружності голови хлопчиків і дівчаток у віці 7,5–8,5 років і аналізувалась успішність дітей. Указані вище вимірювання проводилися на початку та в кінці навчального року. При цьому робилися застереження про обережність у проведенні висновків щодо рівня розумових здібностей.

Подальшого розвитку практика антропометричних вимірювань розвитку і здоров'я дітей і підлітків набула в Радянській Росії, особливо після створення Центрального педологічного інституту в Москві (1921 р.), який став відомим науковим центром дитинознавства.

Антропометричні вимірювання включали такі величини та індекси: 1) зріст стоячи і сидячи; 2) довжина нижніх кінцівок; 3) висота черепа та його горизонтальна окружність; 4) довжина і ширина голови; 5) окружність грудної клітки у спокійному стані при вдиху і видиху; 6) передньо-задній діаметр грудної клітки та її боковий діаметр; 7) життєва ємність легень; 8) м'язова сила; 9) вага. Ці дані записувались до індивідуальної антропометричної карти учня. При цьому визначався показник пропорційності (індекс співвідношення довжини тулуба до загальної висоти в см, який залежить від віку дитини). Рівень розумових здібностей визначався за допомогою відповідних тестів.

Педологічні вимірювання проводились у плані виділення «норми» і «виняткових дітей». Діти першої групи, або «нормальні діти», відвідували звичайну масову школу. До «виняткових» зараховувались діти з фізичними вадами та діти надзвичайно талановиті, з особливим інтелектом, пам'яттю і взагалі вундеркінди [7, с. 178–214]. Педологічні вимірювання включали і вивчення умов розвитку, як результат взаємодії двох чинників, спадковості і умов життя. Використовувались такі дані: 1) спадковість дитини (генеалогічний матеріал — «таблиця предків»); 2) умови життя; 3) сам процес розвитку дитини. При цьому робився наголос на те, що висновки про спадковість і взагалі про рівень розвитку дитини повинні робитись досить обережно і зважено [6, с. 151–178].

З цих позицій Народний комісаріат освіти РРФСР створив науково-дослідні інститути, обласні й районні педологічні кабінети, які на основі антропометричних вимірювань виділяли нормальних дітей і велику кількість груп із різними відхиленнями («виняткових дітей»), що потребувало відкриття для них великої кількості спеціальних класів і шкіл.

Усе це мало позитивний вплив на розвиток радянської загальноосвітньої школи. Проте, звісно, у роботі педологів поряд із позитивним досвідом були помилки й недоліки. Значна частина вчених та вчителів у своїх поглядах і діях вільно опиралась на так звані буржуазні авторитети. Тому найкращим заходом у цій ситуації була ліквідація педології. І 4 липня 1936 року з ініціативи Й. Сталіна ЦК ВКП(б) прийняв постанову «Про педологічні перекинуття в системі Наркомосів» [4], у якій педологія була піддана жорсткій критиці. Вона була названа антинауковою теорією, нецтвом, а використаний нею закон фатальної обумовленості долі дітей біологічними та соціальними чинниками, впливом спадковості та середовища як такий, що знаходиться у протиріччі з марксизмом і практикою соціалістичного будівництва. Тому діяльність педологів була кваліфікована як шкідлива.

Завжди існувала проблема відхилень від норми, особливо актуальна вона в наш час, коли ще в утробі матері на розвиток дитини має негативний вплив екологічне забруднення. Питання вимірювання рівня фізичного розвитку та здоров'я дітей були забуті. Позабута і вважається застарілою педологія. Безперечно, вона мала деякі хибні уявлення, зайве концентрування на антропології, намагалася охопити значне коло питань. Але завдяки цій науці ми маємо прообраз сучасного моніторингу здоров'я, оскільки вперше:

- з'явився аналог паспорту здоров'я (індивідуальна антропометрична карта учня);
- створена уява про необхідність періодичності проведення замірів;
- мали місце приклади корекції негативних результатів.

Таким чином, перший період дав поштовх для зародження моніторингу в тому уявленні та підході, який ми маємо на теперішній час.

Для другого періоду дослідження історії розвитку моніторингу характерно майже повне знищення педології. Сумнозвісна постанова ЦК ВКП(б) «Про педологічні перекинуття в системі Наркомосів» завдала великої шкоди розвитку педагогіки і шкільної практики в нашій країні. На декілька десятиліть педагогіка, психологія і школа були позбавлені використання анкет, тестів, різних методик, які б давали уяву про рівень розвитку дітей, їхнього фізичного та духовного здоров'я. Лише в 70-х роках минулого сторіччя сталося поступове повернення деяких педологічних ідей у площину дитячої психології. Але у 80-х роках ХХ сторіччя з'являється нова наука — валеологія. З'являються перші публікації І. І. Брехмана, засновника валеології. Валеологія, як і педологія, є комплексною наукою, що базується на таких фундаментальних науках, як біологія, медицина, психологія і педагогіка. На відміну від педології валеологія досліджує здоров'я людини протягом усього життя, що ні в якому разі не заперечує вивчення здоров'я дитини. Саме завдяки появі валеології проблема дослідження загального здоров'я дитини отримала подальший розвиток.

Історично так склалося, що саме в цей період у нашій країні мала місце техногенна катастрофа на Чорнобильській АЕС, після якої ми вперше почали відкрито говорити про здоров'я. Але, на жаль, в умовах СРСР справа далі розмов не пішла.

Після розпаду Радянського Союзу в умовах незалежності в Україні почався бурхливий розвиток педагогічних наук, у тому числі педагогічної валеології. Через це ми вважаємо, що саме 1991-й рік став початком третього періоду розвитку моніторингу здоров'я дітей і підлітків. Валеологічна думка одержала черговий поштовх у своєму розвитку. У школах нашої країни була започаткована Програма інтегративного курсу «Основи валеології та медичних знань». Цінним у цій програмі було те, що вона вперше передбачала здійснення моніторингу з визначенням індивідуального рівня здоров'я учнів на початку та в кінці навчального року.

Значним наступним кроком було створення «Концепції неперервної валеологічної освіти в Україні» [12, с. 5–19], «Базового змісту шкільної валеологічної освіти» [12, с. 20–35], програми шкільного інтегративного курсу «Валеологія» [12, с. 34–72] та «Програми

предмета шкільного компонента «Основи валеології» для учнів 1–10 класів» [12, с. 73–84]. Заслугою авторів цих робіт було те, що вони вказали на три взаємозв'язані негативні тенденції: значне зниження зацікавленості та активності населення у навчанні, сповільнення та дизгармонізацію фізичного та психічного розвитку значної частини дітей і підлітків і особливо небезпечне за своїми наслідками погіршення здоров'я дітей та учнівської молоді, що створює загрозу виродження народу України [12, с. 5–6].

Саме вищевказана «Концепція» передбачала створення системи безперервної валеологічної освіти, складовою частиною якої має стати здоровий спосіб життя. Базовий зміст шкільної валеологічної освіти передбачав у школах I–III ступенів, ліцейх, гімназіях, ПТУ та в навчальних закладах I–II рівнів виховання мотивації ведення здорового способу життя. На основі базового змісту були розроблені та впроваджені навчальні програми шкільного інтегративного курсу «Валеологія» та предмета шкільного компонента «Основи валеології» для учнів 1–10 класів.

Позитивним у «Базовому змісті шкільної валеологічної освіти» та навчальних програмах було те, що вони вперше в Україні запропонували готувати учнів до ФЗЗВП (формування, збереження, зміцнення, відтворення і передачу здоров'я), поставили питання про цінність життя і здоров'я, про складові здоров'я, про залежність здоров'я від способу життя, про природні та соціальні умови здоров'я, про національні здоров'язберігальні традиції, значне місце у програмах займало визначення індивідуального рівня здоров'я. Крім цього, необхідно зазначити, що у програмі «Валеологія» розроблено поняття «моніторинг здоров'я», яке розглядається як «спостереження, оцінка і прогноз стану здоров'я людини з метою ФЗЗВП (формування, збереження, зміцнення, відтворення і передачі) здоров'я індивіда, певної групи людей, суспільства» [12, с. 88].

Черговим кроком у розвитку валеології в загальноосвітніх школах була «Концепція неперервного валеологічного виховання та освіти в Україні» (1997 р.), розроблена на базі Інституту змісту і методів навчання Міністерства освіти України, яка була продовженням «Концепції неперервної валеологічної освіти в Україні» (1994 р.) і в той же час оновленим і значно повнішим та багатограннішим варіантом. Її зміст широко охоплював питання базової валеологічної освіти і виховання, що включав десять змістових ліній, у тому числі розділи «Фізичне здоров'я», «Психічне здоров'я» і «Духовне здоров'я», що було значним кроком у розвитку педагогічної валеології і підготовці валеологічних кадрів різних освітньо-кваліфікаційних рівнів.

У кінці 1998–1999-го навчального року було опубліковано лист Міністерства освіти України «Про вивчення валеології у новому навчальному році» [8], у якому поряд із позитивною характеристикою курсу вказувалося на те, що в окремих регіонах використовуються недержавні програми, які спотворено відображають мету і завдання валеологічної освіти, зокрема містять теми «Астрологія і здоров'я», «Здоров'я і заговори», «Очищення душі», критикувались підручники «Валеологія» (10–11 клас) В. Горащука. Таким чином, указані підручники були вилучені з Переліку навчальної літератури, рекомендованої Міністерством освіти України для використання в 1999–2000 навчальному році. Валеологія зникла з розкладів загальноосвітніх навчальних закладів, їй на зміну в 1999–2000 навчальному році прийшов новий предмет «Основи безпеки життєдіяльності. 1–11 класи» [9, с. 30]. У навчальній програмі значне місце відводилося питанням безпеки життєдіяльності і поведінки учнів у надзвичайних ситуаціях. Разом із тим було уведено розділ «Мое здоров'я», до якого ввійшли питання особистої гігієни, харчування, впливу шкідливих звичок на розвиток дитячого організму, запобігання отруєнню грибами, фізичне здоров'я, емоційне здоров'я, вплив стресу на здоров'я та подолання стресового стану. У 8-му класі уведено розділ «Здоровий спосіб життя», проте в 9-му та 11-му класах питання здоров'я не знайшло свого відбитку. Навчальна програма значну увагу приділяла питанням харчування і впливу шкідливих звичок на здоров'я, статевим стосункам та ін., а також вона не розглядала сутності соціальної, духовної, психічної складових здоров'я.

Логічним вирішенням зазначених суперечностей стало введення у 2005–2006 навчальному році замість предмета «Основи безпеки життєдіяльності. 1–11 класи» предмета «Основи здоров'я. 1–9 класи». У порівнянні з попередніми програмами навчальних предметів «Валеологія» та «Основи безпеки життєдіяльності», навчальна програма «Основи здоров'я» побудована на основі складових частин здоров'я: фізична, соціальна, психічна і духовна, але, на жаль, вона орієнтована виключно на молодшу та основну школи. Державний стандарт базової і повної середньої освіти пропонував проведення моніторингу здоров'я учнів на уроках «Основ здоров'я» [1, с. 60], проте у навчальній програмі моніторинг відсутній. Навчальна програма пропонує учням 5-го і 9-го класів спостерігати за своїм здоров'ям [5, с. 10, 36], визначати рівень свого фізичного розвитку у 5-му, 6-му, 7-му і 9-му класах [5, с. 11, 17, 25, 26, 37]. Необхідно зазначити, що згідно з наказом Міністерства освіти і науки України № 458 від 02.08.2005 р. «Про затвердження Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту в дошкільних, загальноосвітніх та професійно-технічних навчальних закладах України» [3], указано на необхідність проведення моніторингу фізичного розвитку учнів, але поки що у педагогічній науці мало розроблено методик його здійснення. Тому в практиці роботи загальноосвітніх закладів він майже не проводиться.

Ситуація відносно моніторингу здоров'я школярів в умовах загальноосвітнього закладу має вигляд частково вирішеної проблеми. З одного боку, ми маємо обов'язкове здійснення моніторингу та сприяння його проведенню шляхом формування відповідного ставлення до свого здоров'я завдяки навчальній програмі «Основи здоров'я», а з іншого — ми не маємо відповідних механізмів. Тобто від теоретичного до практичного втілення моніторингу в умовах школи відокремлює лише один крок — наявність чіткого механізму, який визначить набір параметрів, способи їх вимірювання та періодичність його проведення.

Висновки:

1. Моніторинг здоров'я учнів вітчизняної загальноосвітньої школи пройшов етапи підйому з початку минулого століття і занепаду в 30–ті роки, потім спостерігалися підйом після розпаду Радянського Союзу і деякий спад після зникнення валеології у школі.

2. Через недостатню розробленість методик проведення моніторингу здоров'я він поки що недостатньо здійснюється у старшій школі.

3. Отже, виникла потреба розробки відповідних методик та механізмів його здійснення.

4. Основною умовою проведення моніторингу здоров'я учнів є розробка «Паспорта здоров'я».

5. Вважаємо можливим уведення моніторингу здоров'я учнів у змісті навчального предмета «Захист Вітчизни».

ЛІТЕРАТУРА

1. Державний стандарт базової і повної загальної середньої освіти // Інформаційний збірник Міністерства освіти і науки України. — 2004. — № 1–2. — С. 30–65.
2. Концепція виховання дітей та молоді у національній системі освіти // Інформаційний збірник Міністерства освіти України. — 1996. — № 13. — С. 2–15.
3. Наказ Міністерства освіти і науки України № 458 від 02.08.2005 «Про затвердження Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту в дошкільних, загальноосвітніх та професійно-технічних навчальних закладах України» // Офіційний вісник України. — 2005. — № 34. — С. 236–250.
4. О педологических извращениях в системе Наркомпросов. Постановление ЦК ВКП(б) от 4 июля 1936 г. — Директивы ВКП(б) и постановления Советского правительства о народном образовании // Сб. докум. за 1917–1947 гг., вып. 1. — М. — Л: АПН РСФСР, 1947. — С. 190–193.
5. Основи здоров'я: програма для загальноосвітніх навчальних закладів. 5–9 класи. — К.: Ірпін, 2005. — 41 с.
6. Педагогическая энциклопедия // под. ред. А. Г. Калашникова; при участии М. С. Эпштейна. — М.: Работник просвещения, 1927. — Т. 1.
7. Практика педологических измерений и основные стандарты // Педагогическая энциклопедия // под. ред. А. Г. Калашникова. — М.: Работник просвещения, 1927. — С. 177–214.
8. Про вивчення валеології у новому навчальному році. Лист МОН України від 25.05.1999. № 1 /9–222 // Інформаційний збірник Міністерства освіти України. — 1999. — № 12. — С. 21–22.

9. Програма з основ безпеки життєдіяльності для загальноосвітніх закладів України // Інф. зб. Міністерства освіти і науки України. — 1999. — № 22. — С. 3–30.
10. Розпорядження Кабінету Міністрів України № 828–р. від 31 серпня 2011 р. «Про схвалення Концепції Загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на 2012–2016 роки» // Офіційний вісник України. — Офіц. вид. — 2011. — № 69. — С.63–66.
11. Шахненко В. І. Радянський період розвитку теорії і практики формування здоров'я дітей і підлітків / В. І. Шахненко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наукова монографія за ред. проф. С. С. Єрмакова. — Харків: ХДАДМ (ХХП), 2008. — № 8. — С. 158–165.
12. Шкільний курс «Валеології». Збірник матеріалів. — К.: Освіта, 1994. — 94 с.

ПРАВИЛА ОФОРМЛЕННЯ СТАТЕЙ ДЛЯ ФАХОВОГО ЗБІРНИКА «ВІСНИК ХАРКІВСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ. Серія «Валеологія: сучасність і майбутнє»

Відповідно до постанови Президії ВАК України №7-05/1 2003 р. «Про підвищення вимог до фахових видань, внесених до переліків ВАК України», при підготовці статей до даного фахового збірника слід дотримуватися поданих нижче вимог.

Стаття повинна мати таку структуру:

- постановка проблеми в загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими та практичними завданнями;
- аналіз останніх досліджень і публікацій, у яких започатковано розв'язання даної проблеми, на які спирається автор;
- виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми, котрій присвячується означена стаття;
- формулювання цілей статті;
- виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів;
- висновки з цього дослідження й перспективи подальших розвідок у цьому напрямі;
- список використаних джерел (література оформляється відповідно до вимог ВАКУ).

До редакції збірника подаються паперова та електронна версії статті.

Обсяг статті **6 — 12** сторінок.

Електронна версія подається у форматах ***.doc**. Шрифт **Times New Roman**, **14** кегль, **анотації та списки літератури — кегль 10**, інтервал **1,5**. Поля: зверху — 2 см, знизу — 2 см, ліворуч — 2 см, праворуч — 2 см. У тексті статті забороняється використовувати об'єкти Word Art, автофігури, кольорові діаграми та графіки.

Перед основним текстом необхідно вказати **ініціали та прізвище автора, назву статті трьома мовами** (українською, російською, англійською), установу тощо.

Перед кожною статтею подаються аотації та ключові слова українською, російською та англійською мовами (від 500 знаків, тобто **8–10** рядків). Аотація не повинна містити складних граматичних зворотів, маловідомих термінів і символів. Для перекладу не рекомендується використовувати комп'ютерні програми.

До статті додаються рецензія та довідка про автора (прізвище, ім'я, по батькові автора чи авторів, установа, посада, науковий ступінь чи наукове звання, контактний телефон та адреса).

За зміст статті, граматичні та стилістичні помилки несе відповідальність автор.

Редакція збірника залишає за собою право не друкувати статті, які містять граматичні та стилістичні помилки і виконані з порушенням вищевикладених правил.

Наукове видання

ВІСНИК

**Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна
№ 1036**

Серія «Валеологія: сучасність і майбутнє»

**Збірник наукових праць
Українською, російською, англійською мовами
Статті подано в авторській редакції
Відповідальний за випуск проф. М. С. Гончаренко**

Комп'ютерний набір і верстання Мельнікова А. В.

Підписано до друку 29.09.12

**Формат 60^x841/8. Папір офсетний.
Друк ризографічний
Ум.-друк. Арк., 13,5 Обл.-вид. Арк., 15,7
Тираж 100 пр. Зам. №
Ціна договірна**

**61022, Харків, майдан Свободи, 4,
Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна.
Видавництво
Надруковано ФОП «Петрова І. В.»
61144, м. Харків, вул. Гв. Широнінців, 79 в, к. 137. Тел.: 362-01-52
Свідоцтво про державну реєстрацію ВОО № 948011 від 03.01.03**