

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ ТА НАУКИ УКРАЇНИ

***ВІСНИК***

Харківського національного університету  
імені В. Н. Каразіна

№ 799

2008

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ ТА НАУКИ УКРАЇНИ

**ВІСНИК**

Харківського національного університету  
імені В. Н. Каразіна

**№ 799**

Серія: **ВАЛЕОЛОГІЯ: СУЧАСНІСТЬ І МАЙБУТНЄ**

Випуск 4

**«ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРИ  
ТА ОСНОВАМ ЗДОРОВ'ЯМ**

Серію започатковано у 2004 р.

**Харків – 2008**

УДК: 613.539.12/.17+533.9+621.039

Друкується за рішенням Вченої ради Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна, протокол № 3 від 28 березня 2008 р.

„Вісник Харківського національного університету” (серія валеологічна „Валеологія: сучасність і майбутнє”) являє собою збірку наукових праць, яка містить результати наукових досліджень з теоретичних і прикладних питань валеологічної освіти та виховання населення з використанням сучасних валеотехнологій. Призначається для викладачів, наукових співробітників, аспірантів і студентів, що спеціалізуються у відповідних або суміжних галузях науки. До публікації приймаються статті, написані українською, російською або англійською мовами згідно з правилами для авторів і мають позитивні рекомендації двох рецензентів, призначених редакцією.

**Редакційна колегія:** Головний редактор – Гончаренко М. С., доктор біологічних наук, професор, Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна.

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

Горащук В. П., д. пед. н., проф., Луганський національний педагогічний університет імені Тараса Шевченка.

Гриньова М. В., д. пед. н., проф., Полтавський державний педагогічний університет іменем В.Г. Короленко.

Іонова О. М., д. пед. н., проф., ХНУ імені В.Н. Каразіна.

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

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

Бабенко Н.О., д. б. н., ХНУ імені В.Н. Каразіна.

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

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

Карпенко І. В., к. філос. н., доц., ХНУ імені В.Н. Каразіна.

Кулініченко В. Л., д. філос. н., проф., КМА післядипломної освіти імені П. Л. Шупіка.

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

Відповідальний секретар – Шахненко В. І., канд. пед. н., доц. ХНУ імені В. Н. Каразіна.

Адреса редакційної колегії: 61077, Харків, пл. Свободи, 4, Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна, філософський факультет, тел. 707-56-33, 700-38-36. E-mail: valeolog@univer.kharkov.ua

Видання здійснене за фінансової підтримки Всеукраїнської громадської організації „Українська асоціація валеологів”.

Свідоцтво про державну реєстрацію КВ №11825-696ПР від 04.10.2006 р.

© Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна, 2008.

## ЗМІСТ

	Сто р.
Гончаренко М. С., Коновалова Е. О., Михайліченко М. В., Смирнова Т. А. Становление и развитие системы обучения предмета «основы здоровья». Гуманистический аспект.....	7
Гончаренко М.С., Удовенко М. А. Дослідження наявності спеціальних знань та навичок формування основ духовного здоров'я студентів.....	14
Васильева Л. В., Куйдина Т. М, Тимченко А. Н., Новикова В. Е., Ковалёва И. А. Психологопедагогические основы обучения духовной составляющей здоровья.....	18
Виленский М. Я., Маслова О. Ю. Индивидуальность личности учителя и ее проявление в стиле жизни и профессиональной деятельности.....	23
Воробьева Т. М., Сторчак Е. О. Оригинальные подходы к восстановлению здоровья у лиц с аддиктивным поведением на основе новых знаний о физических реалиях мира.....	32
Єфімова В.М. Здоров'язбережувальний контекст педагогічного супроводу підлітків з проявами агресивної поведінки .....	36
Кабацька О.В. Педагогічні технології навчання школярів здоров'язберегаючим методикам.....	43
Конеева Е.В. Теоретические подходы к инновационному содержанию образования по физической культуре в высшей школе.....	48
Маслова Н.В., Курмышев Г.В. Концепция экспериментального исследования на тему «Воспитание учащихся через природосообразное образование и экологическую безопасность».....	60
Недодатко Н.Г. Теоретичні основи розвитку інтелекту дитини дошкільного віку.....	66
Осадча О. Ю. Філософсько-педагогічні ідеї В. О. Сухомлинського щодо впровадження здоров'язберегаючих методик в роботі з дітьми.....	70
Пашинский П.П., Суббота Н.П., Тесленко О.В. Теоретико-методичні засади тренінгового навчання основам здоров'я.....	73
Рафикова А. Р., Лосева И. И., Ганчеренок И. И. К новой парадигме управленческого образования.....	76
Рибалка О.Я. Підготовка сучасного валеологічно орієнтованого педагогічного працівника.....	80

Рожкова Л.И. Развитие системы воспитания в разных странах.....	85
Тюріна Т. Г., Зачепа А. М., Стахневич В. І. До проблеми взаємозв'язку екологічного стану планети з рівнем морально – духовного розвитку людського суспільства.....	90
Шахненко В.І. Сонце – умова життя на Землі, чинник здоров'я і нездоров'я дітей і дорослих .....	94

## СТАНОВЛЕНИЕ И РАЗВИТИЕ СИСТЕМЫ ОБУЧЕНИЯ ПРЕДМЕТУ «ОСНОВЫ ЗДОРОВЬЯ». ГУМАНИСТИЧЕСКИЙ АСПЕКТ

<sup>1</sup>Гончаренко М. С., <sup>1</sup>Коновалова Е. О., <sup>2</sup>Михайличенко М. В., <sup>3</sup>Смирнова Т. А.

<sup>1</sup>Харьковский национальный университет имени В.Н. Каразина

<sup>2</sup>Министерство образования и науки Украины,

<sup>3</sup>Харьковский национальный педагогический университет имени Г.С. Сковороды

<sup>1,3</sup>Харьков, Украина

<sup>2</sup>Киев, Украина

Обучение и здоровьесохранение, а также валеологизация и гуманизация образования, которые соответствуют потребностям современного общества, освещены в этой статье.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** обучение, здоровьесохранение, валеология.

Сучасні стратегії навчання мають стати відповідними потребам суспільства, а саме потребі у вихованні культурної та інформованої людини в питаннях здоров'язбереження.

**КЛЮЧОВІ СЛОВА:** навчання, здоров'язбереження, освіта.

The modern strategy of the learning must be agreed with the tendency of the development of the sociality. The health care and forming of the health life style will be important part of the study.

**KEY WORDS:** learning, education, sociality.

Современная стратегия обучения должна соответствовать, в первую очередь, перспективным потребностям общества, решать задачи комплексного характера на основе синтеза знаний из различных образовательных областей. Будущему поколению необходим новый взгляд, основанный на способности к теоретическому осмыслению социально-экономических проблем, прогнозированию тенденций развития науки, техники и культуры, определению путей их решения в общественной практике.

Основополагающим фактором развития нового общества выступает восстановление здоровья населения. И уже на этой основе повышение интеллектуального потенциала человека, повышение его творческого самосовершенствования, предполагающее конкурентоспособность и независимость личности в решении многих проблем развития. Именно поэтому так необходимы сегодня разработки в области определения стратегии целостного развития школы и на ее основе формирование моделей школ будущего. Принцип глобально ориентированного образования становится ведущим направлением развития школьного образования в будущем. В качестве общепризнанной идеи выступает гуманизация, которая стимулирует внедрение инновационных технологий образования, основанных на разработке механизмов формирования нового мышления учащихся.

В нашем исследовании базисной составляющей инновационного учебно-воспитательного процесса выступает школьный курс «Основы здоровья». При разработке инновационного программно-методического обеспечения курса «Основы здоровья» в условиях реализации идей глобально ориентированного образования, ведущим становится формирование нового валеософского мировоззрения. Детерминантом выступает инновационное валеологическое мышление. Исследовав динамику его развития, было сделано заключение, что процесс валеологического познания – это результат неразрывного иерархического усвоения как фундаментальных знаний, так и методов познания и оздоровления. В контексте планетарного мышления валеологические знания должны отвечать требованиям современного образования, поскольку:

- объектами изучения школьного курса «Основы здоровья» является человек практически здоровый или находящийся в третьем (донозологическом) состоянии, который путем ЗОЖ обеспечивает гармоничное взаимодействие с окружающим миром через связь структурных элементов различных систем знаний (биологии, психологии, математики, физики, астрономии, экологии и др.). Это способствует восхождению знаний на более сложный уровень – теоретическое обобщение, формирование сложных представлений о холистическом функционировании системы «человек-окружающий мир», обеспечивающем здоровье, отраженное в многообразных отношениях и связях;
- способность использовать знания в новых условиях представляют собой высший уровень обобщения и систематизации знаний. Это уровень теоретико-методологического знания, дающего целостное понимание мира, как движущейся материи, его развития, происхождения мира и человека, понимание здоровья как сложного процесса интеграции духовной, психической, физической и социальной его составляющих;
- новые знания о здоровье человека, построенные на основе комплекса системы знаний, практико-ориентированные являются интегральными и системообразующими.

Процесс обучения имеет свои закономерности и должен пройти все уровни научного знания и перейти к обобщениям. Сложные обобщения представляют собой метазнания.

Модель инновационного курса валеологии («Основы здоровья») иерархична. Так, формирование уровня эмпирических знаний и умений включает :

1- уровень первоначальных интеллектуальных общеучебных умений

2- уровень отработки умений по обобщению и формированию сложных и комплексных общенаучных умений

3-4 уровень уровень исследовательских умений

5-уровень теоретических обобщений, который формируется к старшей школе

Системо-интегрированное валеологическое знание начальной ступени формируется в течение обучения в 1-5 классах

Системо-интегрированное валеологическое знание основной школы приобретает в 6-9 классах.

Основы методологического знания по основам здоровья формируются в старшей школе (10-12 классы) как процесс гармоничного взаимодействия с окружающим миром и социумом.

Опыт приобретения знаний по специальности валеология тесно связан с развитием духовно-нравственного потенциала, формированием мировоззрения учащихся.

Данный инновационный план курса («Основы здоровья») разработан на основе системно-модульного подхода с опорой на основополагающие принципы развития образовательного процесса: научности, проблемности, преемственности, системности.

Модульная система формирования валеологической культуры будущего учителя представляет собой комплекс педагогических, физических, духовных, социальных и организационных действий

В соответствии со стандартом образования Украинская модульная система «Основы здоровья» содержит физическую, психическую, духовную и социальную составляющие, которые раскрывают (освещают) развитие валео-педагогического, смыслодержательного, культурологического, психологического, организационно-педагогического аспектов - блоков педагогической подготовки учителей курса «Основы здоровья».

Культурологический блок модуля формирования валеологической культуры будущего учителя «Основы здоровья» предполагает ориентацию преподавателя ВУЗа на общую профессиональную, валеодиагностическую культуру, создание гуманной культурно творческой среды образования, вариативность и качественное своеобразие ее элементов.

Смыслосодержательный блок предполагает построение образовательного процесса в ВУЗе на основе амплификации (нализывания) гуманистических смыслов валеологической деятельности, что достигается благодаря гуманизации отношений между преподавателем и студентами, личностному подходу, включению смыслообразующих технологических воздействий в учебно-воспитательном процессе, расширению отношений внутри профессионального сообщества, сотрудничеству, сотворчеству.

Организационно – педагогический блок (модуль) предусматривает реализацию принципа валеологического сопровождения в контексте валеологических и педагогических дисциплин, самостоятельной работы студентов, педагогических практик, самопознания, индивидуальных программ, личностного и профессионального саморазвития студента, воспитательной деятельности ВУЗа.

Валеологический блок (модуль) включает:

- стимулирование валеопедагогической и психологической творческой деятельности на диагностической основе в процессе учебно-исследовательской и научной работы студентов, индивидуальные творческие задания, участие в конференциях, публикациях, экспериментах;
- обучение технологии решения проблемных диагностических задач, исследование мониторинга здоровья, валеологического сопровождения педагогического процесса;
- обучение современным технологиям оздоровления.

В данной работе мы обратим особое внимание рассмотрению смыслообразующих технологических воздействий, обучению студентов решению педагогических проблемных задач, работе с валеодиагностическими методиками, реализации принципа безопасности жизнедеятельности студентов (школьников) методами валеологической коррекции и валеологического сопровождения учебного процесса.

Смыслотехнические воздействия, предложенные Д.А. Леонтьевым (табл. 1) используются в качестве эффективных способов влияния на динамические смысловые системы личности будущего учителя, используемые в качестве индивидуальных систем управления здоровьем, которые необходимы для стимулирования личностных смыслов валеодиагностического безопасного сопровождения, т.е. здоровьесозидающего личностного развития детей.



**Таблица 1.** Способы реализации различных видов смыслообразующих технологических воздействий

<b>Виды смыслообразующих технологических воздействий</b>	<b>Способы стимулирования смыслов психодиагностического сопровождения безопасного личностного развития детей</b>
1	2
<b>1. Включение в структуру смыслов новых источников или изменение их смысла</b>	
1.1. Подключение дополнительных мотивов	а) самопознания будущего учителя в ходе освоения диагностического инструментария; б) создание программ индивидуального личностного и профессионального саморазвития
1.2. Подключение смысловых конструктов через специфическое означивание объекта	а) создание смыслового образа личности ребенка, как основной ценности педагогической деятельности; б) яркая характеристика «проблемного» ребенка (неуспевающего, конфликтного, тревожного, с низким уровнем учебной мотивации и т. д.), понимание его душевных переживаний, в) обращение к личным проблемам, переживаемыми обучающимися в детстве, которые могли быть решены при своевременной психодиагностике
1.3. Подключение смысловых диспозиций	а) ссылка на личный педагогический и психодиагностический опыт преподавателя; б) использование опыта известных людей, биографического и автобиографического материала о профессионалах прошлого и настоящего (К.Д. Ушинский, А.С. Макаренко, В.А. Сухомлинский, Ш.А. Амонашвили, В.А. Караковский и др.); в) обращение к внутренней личностной позиции будущего учителя как профессионала, учителя гуманного, изменение смысла благодаря подключению самоотношения, социальной и ролевой идентичности («Хороший учитель знает своих учеников во всех отношениях», «Хороший учитель - практический психолог», «Гуманный учитель - организует саморазвитие школьника на основе самопознания» и т.д.)
<b>«Изменение психологических характеристик источников смысла, влечет за собой изменение мерности данного смысла, усложнение его структуры»</b>	
Изменение или актуализация смысловых связей	а) изменение цели деятельности будущего учителя благодаря актуализации более значимой цели, например, использование во время педагогической практики диагностики для отчета или для оказания помощи «проблемному» ребенку; б) технологическая проработка (актуализация) смысловых

	<p>связей, адекватно, без искажений проясняющая реально существующие зависимости, например, ключевые характеристики педагогической деятельности на уровне психодиагностической культуры: разнообразие умений, идентифицируемость действий, значимость деятельности, самостоятельность, отдача и обратная связь;</p> <p>в) специальная работа по выявлению ценностей и личностных смыслов учителей, диагностика смыслового пространства, раскрытие процесса его формирования в течение всей жизни</p>
--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Таблица 2.** Реализация принципа валеодиагностического сопровождения в контексте изучения педагогических дисциплин

<b>Название курса, тема (логика учебного предмета)</b>	<b>Включение контекста валеодиагностического сопровождения образовательного процесса в логику учебного предмета</b>
<i>Курс «Введение в валеопсихологическую деятельность»</i>	
1. Общая характеристика педагогической деятельности	присутствие в структуре педагогической деятельности валеодиагностического компонента
2. Личность современного учителя, педагога – профессионала, гуманиста	наличие в структуре личности современного учителя потребности в психодиагностическом сопровождении безопасного личностного развития детей
3. Общая и профессиональная культура учителя	наличие в профессиональной культуре валеодиагностической культуры
4. Самовоспитание и самообразование будущего педагога	самопознание и саморазвитие как средство личностного и профессионального развития
5. Защита рефератов и творческих заданий	стимулирование выполнения работ по самоанализу своих личностных и профессиональных качеств на основе самопознания
<i>Курс «Теория и методика воспитания»</i>	
1. Воспитание педагогической системы школы и социум (микрорайон школы)	культуроориентированность педагогической системы, валеодиагностическая ее направленность
2. Система деятельности педагога – воспитателя	наличие в структуре деятельности учителя и его личности валеодиагностического сопровождения личностного развития детей и подростков
3. Методика работы классного руководителя	валеодиагностическое сопровождение развития личности. Консультация, решение насущных проблем
4. Технология в воспитательном процессе	решение валеодиагностических проблемных задач, работа с таблицами, освоение валеологических оздоровительных техник, как предпосылка

Подготовка будущих учителей к инновационной деятельности на основе валеологического сопровождения, не разрушающего личностного развития детей, осуществляется благодаря включению принципа валеодиагностического мониторинга (сопровождения) в контексте педагогических предметов. (что показано на примере некоторых тем по предметам «Введение в педагогическую деятельность» и «Теории и методики воспитания» (табл. 2).

Обучение решению педагогических проблемных валеодиагностических задач как компонентов модульной системы формирования валеологической культуры учителя, представляет собой продуктивную инновационную технологию, предполагающую сжатие учебного материала, реализацию в нем идей программирования, структурирования и интегрирования знаний в целях дальнейшего пошагового освоения. Также такой подход обеспечивает у будущего педагога формирование современного мировоззрения, базирующегося на интеграции знаний о целостном человеке (холистическом) и закономерностях функционирования его физической, психической и духовной составляющих, а также понимание здоровья в качестве показателя правильности выбранного пути самореализации.

Инновационное преобразование в сфере педагогической подготовки учителей по курсу «Основы здоровья» обусловлены научными познаниями человека, его структурной организации, закономерностях функционирования его составляющих, знаниями законов о мироустройстве. Влияние на человека различных факторов, законов гармоничного развития в окружающем мире. Все это является определяющими состояниями здоровья человека.

В период, когда представление о здоровье связывали с физическим телом человека, знания о закономерностях функционирования различных функциональных систем было определяющим показателем здоровья.

Нынешний период эволюционного развития человечества характеризуется современными представлениями о:

1. о голографическом механизме функционирования сознания;
2. о дуальности материи, ее волновых и корпускулярных свойствах;
3. об Эйнштейновском законе взаимодействия энергии и массы вещества;
4. о новых формах взаимодействия веществ;
5. о механизмах и особенностях развития материи в зависимости от гармоничности ее систем;
6. о здоровом человеке, как о целостной триединой гармоничной полисистемной структуре, поддерживающей свое существование благодаря информационному, энергетическому и вещественному обменам.

И безусловно эти знания сформировали новые задачи, которые стоят перед педагогической валеологией. Это:

1. Формирование нового мировоззрения, базирующегося на новой платформе устройства мира.
2. Формирование нового представления о сложной многомерной холистической организации человека.
3. Формирование понимания ведущей роли духовности в процессе формирования здоровья как проявления высших законов мироздания.
4. Воспитание навыков ЗОЖ и обучение реализации внутренней гармонии физической, психической и духовной составляющих человека. А также гармонии с экологической и социальной средой.
5. Формирование приоритета оздоровительных мероприятий и ответственности за свое здоровье в течение всей жизни человека.

6. Обучение новым технологиям оздоровления, основанными на взаимодействии энергоинформационных и вещественных механизмов действию.
7. Подготовка к самореализации, самоосознанию и сотворчеству.

Дать все это в курсе «Основы здоровья» очень сложно. Поэтому наряду с отдельным курсом «Основы здоровья» в школе необходимо проработать валеологическое мышления в другие предметы.

А для этого необходимо, чтобы подготовка по валеологии входила в обязательную программу подготовки педагогических кадров в качестве теоретического и практического изложения материала.

Согласно научным исследованиям установлено, что функционирование системы человек-среда при нынешних условиях существования редко находится в сбалансированном гомеостатическом равновесии, т.е. в состоянии здоровья. Так, нынешние выпускники школ имеют по 3-4 хронических заболевания, учителя относятся к наиболее часто болеющей части населения, что является убедительным подтверждением отсутствия знаний валеологического оздоровления и ЗОЖ как у субъекта, так и у объекта педагогического процесса.

На систему человек-окружающая среда действуют:

1. Условия среды обитания (дом и школа, улица);
2. Экология – внешняя среда, внутренняя среда человека, продукты питания;
3. Условия социального общежития – уровень жизни, забота государства о будущем;
4. Психологическая обстановка в стране, семье, на работе, с друзьями;
5. Образ жизни – физкультура, двигательная активность, питание, дыхание, режим труда и отдыха, развитие духовное, жизненные установки;
6. Образовательный процесс (детский сад, школа, ВУЗ) – авторитарный стиль – преподавание, акцент не на самореализации, а на объяснении материала – стресс, гиподинамия, психоконфликты, неврозы, перегрузки способствуют распространению аморального образа жизни, преступности, бандитизма и сексуальной распущенности, потере собственного достоинства, скромности, эстетических чувств и вкусов.

Отслеживать и перерабатывать все эти воздействия человек должен:

- на физическом плане: резервом функциональных возможностей органов и систем, деятельность которых обусловлена индивидуальными характеристиками генотипа, фенотипа, психотипа, а также индивидуальным образом жизни, который включает культуру питания, движений, дыхания, сна, отдыха и т.д.;
- на психическом плане: владение технологиями управления эмоциями, валеологической самокоррекции;
- на духовном, иерархически самом важном уровне – это жить по законам бытия, выполнять условия духовной самореализации, владеть технологиями управления мыслительным процессом (позитивное мышление), расширения сознания и самоуправления.

Формировать, воспитывать, обучать этим валеологическим технологиям здоровьесотворения должна система образования Украины.

На индивидуальном уровне всей этой атаке негативных воздействий человек пытается противостоять системой функционирования компенсаторно-приспособительных реакций, которые при длительном действии приводят к срыву гомеостатического равновесия и гармоничного развития, что выражается нарушением функций на физическом и психическом уровне, т.е. осуществляется процесс здоровьепотребления, и формирования болезней (острых и хронических), которые перевели большую часть нашего населения из состояния здоровья в состояние донозологической диагностики по В. Казначееву – третье состояние.

Такое состояние здоровья общества классифицируется как невежественное, направленное на деградацию нации, оно требует срочной переориентации приоритетов

всей системы образования в направлении формирования знаний о здоровье человека как единственно верном индикаторе правильности выбранного пути развития.

Но без участия государственных систем управления обойтись нельзя. Высшая иерархически ведущая потребность в развитии духовной сферы педагога (как и любого человека) согласно теоретическим и практическим исследованиям А. Маслоу (пирамида) может формироваться на фундаменте экономического и социального благополучия, а заработная плата нынешнего учителя едва превышает средний уровень жизни.

Поэтому государству необходимо ускорить действия по экономическому урегулированию оплаты труда педагогических кадров в соответствии с решением тех задач, которые стоят перед системой инновационного валеологического преобразования образования, несущего рост духовности и здоровья будущим поколениям, а значит и процветание нашей державе.

Не может быть школы будущего без фундаментальной переработки проблем здоровья, без главного акцента на личностно-ориентированное развитие, которое формируется на теоретической и практической платформе знаний о здоровье человека, его возможностях.

#### СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. *Гончаренко, М. С.* Діагностичні підходи до визначення стану духовного і морального здоров'я особистості: Навчальний посібник. / М. С. Гончаренко, Е. Т. Карачинська, В. Є. Новікова – Х.: Вид-во Харк. нац. ун-ту імені В.Н. Каразіна, 2006.– 156 с.
2. *Гончаренко, М. С.* Формування еколого-валеологічної культури студентів вищих навчальних закладів як соціальна і педагогічна проблема / М. С. Гончаренко, Ю. Д. Бойчук // Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку: Матер. II міжнар. наук.-практ. конф. Т. II — Харків, 2-4 квітня 2004. — С. 42-48.
3. *Гончаренко, М. С.* Валеологія в схемах. – Харків: Вид-во «Бурун Книга», 2005. – 208 с.
4. *Гончаренко, М. С.* Валеопедагогіческие основы духовности. - Харків: ХНУ имени В.Н.Каразіна, 2007. – 400 с.

## ДОСЛІДЖЕННЯ НАЯВНОСТІ СПЕЦІАЛЬНИХ ЗНАТЬ ТА НАВИЧОК ФОРМУВАННЯ ОСНОВ ДУХОВНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ

Гончаренко М.С., Удовенко М. А.

*Харківський національний університет імені В.Н.Каразіна, пл.Свободи, 4  
Харків, Україна*

Результати досліджень духовного потенціалу молоді досліджені та надані в цій статті. Також розглядаються рівні розвитку різних видів цінностей у студентів, також проблеми формування здорової особистості та майбутнього фахівця.

**КЛЮЧОВІ СЛОВА:** духовний потенціал, молодь, освіта, валеологія.

В статті розглядаються результати досліджень духовного потенціалу студентів, а також рівень розвитку різних цінностей.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** студенческая молодежь, духовный потенциал, валеология, образование, ценности.

The results of the investigations of the indexes of the spiritual potential and health at the whole are observed in this article.

**KEY WORDS:** spiritual health, youth, indexes of the spiritual health.

Останніми роками в Україні відбувається процес зміцнення держави, розбудови правових засад діяльності суспільства, розширення демократичних прав та свобод громадян. У міжнародному плані Україна активно розвиває співпрацю з переважною більшістю країн та міжнародних об'єднань, готується до вступу у Всесвітню торгову організацію.

Беззаперечним є факт, що покращення суспільного життя позитивно відобразиться на житті родин, з яких складається суспільство, а також на єдиному взаємопов'язаному організмі – людстві. Розширенню світогляду молодої людини допомагає розуміння того, що її особисте життя тісно пов'язане із життям країни та суспільства, а також прийняття кожної іншої людини як особистості та невід'ємної складової Всесвіту. Тому однією з проблем, яка постає, є проблема збереження здоров'я на тлі неухильного підвищення освітнього потенціалу та розвитку масової освіти. Відомо, що поняття здоров'я має три складові: фізичну, психічну та духовну. Саме остання поступово стає однією з важливіших рушійних сил сучасного освітнього процесу. Дослідження у цьому напрямку проводились серед студентів юридичного, радіофізичного, хімічного, філософського факультетів. [4] Доцільним є поширення цих досліджень на інші факультети ХНУ імені В.Н.Каразіна, кожен з яких, як передбачається, має власну специфіку. Цим зумовлюється **актуальність** цієї роботи.

**Метою роботи** є продовження дослідження духовного потенціалу особистості серед студентської молоді за допомогою вивчення ціннісних орієнтацій.

**Гіпотеза роботи:** рівень духовного потенціалу особистості серед студентської молоді є високим та середнім.

Однією з важливіших складових здоров'я людини є духовна складова, а саме цінності людини як її основний показник. Ціннісна орієнтація є своєрідним індикатором духовної спрямованості особистості. Ми вважаємо, що до духовних цінностей можна віднести цінності гуманістичні, естетичні, цінності пізнання, самовдосконалення та самореалізації особистості. Тому для дослідження була обрана методика дослідження головних показників духовного розвитку за допомогою інтегративної методики «Духовний потенціал особистості».

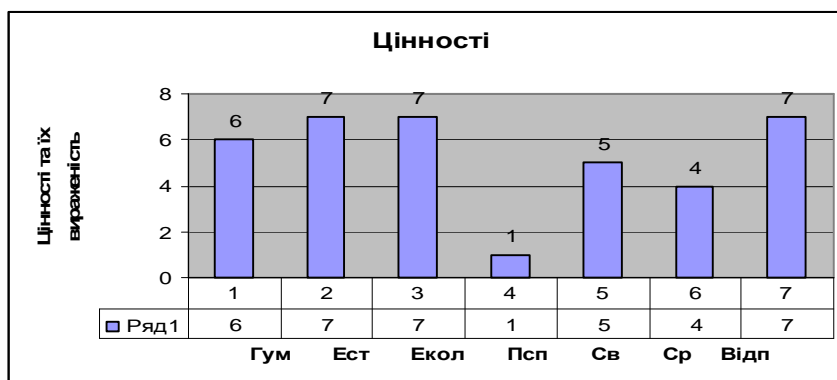
Методика призначається для виявлення трьох найважливіших характеристик духовного розвитку, а саме: духовного потенціалу, який інтегрує вольові якості характеру та духовну спрямованість особистості; розподілу духовного потенціалу в

структурі особистості (у підструктурах спілкування, спрямованості, характеру, самосвідомості, досвіду, інтелекту та психофізіології); орієнтації особистості на духовні цінності: гуманістичні, естетичні, екологічні, цінності пізнання, самовдосконалення і самореалізації. Теоретичною основою методики є психологічна структура високодуховної особистості, до складу якої включені 120 особистісних якостей і здібностей, що дає основу вважати її комплексною.

Дослідження проводилось у лютому-березні 2008 року серед студентів біологічного і геолого-географічного факультетів Харківського національного університету імені В.Н.Каразіна.

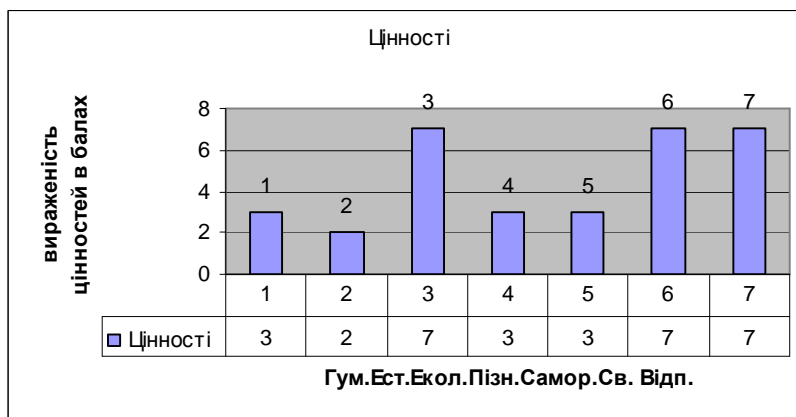
Серед студентів геолого-географічного факультету був визначений переважно середній духовний потенціал (у 80% опитуваних) – 25-35 балів, недостатній у 20% - 18 балів (діаграми 1,2). Серед студентів біологічного факультету переважним був також середній рівень духовного потенціалу – 25-30 балів (у 85%) та недостатній рівень у 15% опитуваних. Обробка даних цінностей студентів біологічного факультету дала такі результати (діаграма 1).

**Діаграма 1.** Цінності та їх вираженість серед студентів біологічного факультету



Серед студентів біологічного факультету переважають цінності екологічні і естетичні, а також відповідальність. Найменш вираженими є цінності пізнання та самопізнання (показник 4 дорівнює тільки одному балу). Середні показники мають цінності самореалізації.

**Діаграма 2.** Цінності та їх вираженість серед студентів геолого-географічного факультету



Серед студентів геолого-географічного факультету переважають цінності екологічні і самосвідомість, а також відповідальність. Найменш вираженими є цінності естетичні (показник 2 дорівнює двом балам). Середні показники мають гуманістичні цінності самореалізації та пізнання.

Обидві групи мають високі показники по шкалі цінностей екологічних, що може говорити про напрямок їх навчання (людина та навколишнє середовище), а також про вірний вибір майбутньої професії, тобто вона співпадає із ціннісними орієнтаціями спеціаліста такої галузі.

Також високими є показники відповідальності (7 балів), що свідчить про повагу до інших та дбайливе і коректне ставлення до людей різного віку, а також про готовність надати допомогу у складну хвилину.

Аналогічні дослідження проводились на юридичному, хімічному, філософському факультетах Харківського національного університету імені В.Н.Каразіна. Аналіз даних показав, що у студентів юридичного факультету рівень духовного потенціалу недостатній (90% опитуваних) і середній (10%), у студентів хімічного факультету недостатній рівень розвитку духовного потенціалу виявився у 81% та середній у 19% студентів. Серед студентів філософського факультету спеціальності валеологія рівень духовного потенціалу виявився середнім у більш ніж половини опитуваних (57%), високим (8%), лише третина має недостатній духовний потенціал. Студенти-валеологи мають в навчальній програмі курси, спрямовані на розвиток ціннісних орієнтацій та духовного здоров'я, в той час коли студенти не мають можливості отримувати такі знання, рівень духовного розвитку їх залишається на рівні старших класів загальноосвітньої школи.

Відомим є факт, що стан здоров'я людини залежить на 50% від індивідуального способу життя, на 25% — від впливу оточуючого середовища. Тому у формуванні духовного здоров'я, в тому числі цінностей, навколишнє середовище має теж досить значний вплив.

Тому важливо сформувати таке навчальне середовище, коли в світогляді молоді людини створюється образ себе як майбутнього спеціаліста, майбутньої матері (батька), а також формуються характеристики свого особистого фізичного стану та методи підтримання фізичної форми, знання свого духовного потенціалу здоров'я, збереження та зміцнення духовних якостей. Оскільки оточує середовище у вигляді ЗМІ, батьків та друзів може й не мати мети розвинення останніх, такі обов'язки повинен взяти на себе навчальний процес, як інтегральна складова формування світогляду майбутнього українця. Світогляд є узагальненням уявлень про світ і саму людину, про спрямованість подій, про майбутнє людства, його переконання та принципи. [2]

Тому необхідно формувати у свідомості людей нову парадигму мислення й еволюційного розвитку людства. Фактично, більша частина школярів не отримує знань про здоров'я і здоровий спосіб життя взагалі. Вступаючи до ВНЗ, молода людина повинна одержати паралельно фізично-математичній підготовці значний обсяг знань, який буде допомагати їй орієнтуватися в інформаційному середовищі та обирати шляхи до здорового способу життя.

Складовою частиною будь-якого навчально-виховного процесу повинні стати моніторингові діагностичні обстеження стану здоров'я студентів, своєчасне інформування про небезпечні стратегії поведінки та невірні принципи життя. Коли людина знаходиться в гармонії з самою собою, їй неважко відшукати й свою власну «екологічну нішу» в навколишньому середовищі.

Щастя і довголіття, процвітання нації та всього людства обумовлюється станом здоров'я кожної окремої людини. Забезпечення головних компонентів здоров'я людини – фізичного, психічного, духовного та соціального – обов'язкова умова розвитку як окремої держави, так і всього людства.

## Висновки



1. Студенти біологічного і геолого-географічного факультетів мають середні та недостатні показники загального рівня духовного потенціалу, проте високі показники по шкалі цінностей екологічних, що може говорити про напрямок їх навчання (людина та навколишнє середовище), а також про вірний вибір майбутньої професії, тобто вона співпадає із ціннісними орієнтаціями спеціаліста такої галузі.
2. Гіпотеза дослідження підтвердилась частково із результатами дослідження, це зумовлено тим, що студентська молодь не має навчальних курсів, які б розвинули потенційні можливості майбутнього спеціаліста різних галузей.

### **Заключення**

Подолання викладених вище недоліків і упущень навчальних програм, розв'язання цих завдань, особливо виділення визначального місця в його викладанні духовного здоров'я дозволить, на наш погляд, поліпшити підготовку молодшої людини до ведення здорового способу життя, до створення у майбутньому здорової сім'ї і виховання дітей, і, в цілому, певною мірою, уповільнить процес зменшення інтелектуального потенціалу нації. Навчання студента має стати поєднанням розвитку всіх складових здоров'я – фізичної, психічної та духовної.

Психологічні механізми духовного розвитку криються у вищій природі людини, у цілеспрямованості та самосвідомості особистості. Духовність людини є достовірним показником її еволюційної досконалості. Тому діагностика духовного здоров'я та подальше його поліпшення впливом ЗМІ, навчальними посібниками, виховними заходами є вкрай необхідним.

Дбайливе відношення до виховання, навчання, освіти, оздоровлення дітей і молоді є соціальним замовленням суспільства, яке хоче зберегти та зміцнити свою державу.

### **СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ**

1. Гончаренко М.С. Валеопедагогические основы духовности. – Х: Изд-во ХНУ им. В.Н.Каразина, 2007. – 400с.
2. Вернадский В. И. Несколько слов о ноосфере // Успехи современной биологии. – 1944. – Т. 18, вып. 2.
3. Діагностичні підходи до визначення стану духовного і морального здоров'я особистості: Навчальний посібник/Укл. проф. М.С. Гончаренко, доц. Е.Т.Карачинська, В.Є.Новікова. – Х.: ХНУ імені В.Н.Каразіна, 2006. – 156с.
4. Гончаренко М. С., Куйдина Т. М., Новікова В. Е. Воспитание духовных ценностей в образовательном процессе. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту// Харків.– 2007, № 9, с. 33.

## ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ ДУХОВНОЙ СОСТАВЛЯЮЩЕЙ ЗДОРОВЬЯ

**Васильева Л. В., Куйдина Т. М., Тимченко А. Н., Новикова В. Е., Ковалёва И. А.**

*Харьковский национальный университет имени В.Н. Каразина, пл. Свободы, 4*

*Харьков, Украина*

В статье рассмотрено гуманистическое мировоззрение, как система взглядов, идеалов личности человека. Гуманизация – как ключевой элемент нового педагогического мышления, утверждающего полисубъектную сущность образовательного процесса. С помощью тестовой методики «16 ценностей» показано влияния валеологического образования на представления о духовности студентов I и IV курсов. Сделаны выводы о том, что уровень индивидуальных ценностей у обоих курсов одинаковый, уровень духовных ценностей у студентов IV-го курса выше.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** гуманистическое мировоззрение, студенты I и IV курсов, валеологическое образование, уровень индивидуальных ценностей, уровень духовных ценностей.

В статті розглянуто гуманістичний світогляд, як система поглядів, ідеалів особистості людини. Гуманізація – як ключовий елемент нового педагогічного мислення, стверджуючого полісуб'єктивну сутність освітнього процесу. З допомогою тестової методики «16 цінностей» наведено вплив валеологічної освіти на уявлення о духовності студентів I та IV курсів. Зроблені висновки про те, що рівень індивідуальних цінностей у двох курсів однаковий, рівень духовних цінностей у студентів IV-го курсу вище.

**КЛЮЧОВІ СЛОВА:** гуманістичний світогляд, студенти I та IV курсів, валеологічна освіта, рівень індивідуальних цінностей, рівень духовних цінностей.

The problems of the spiritual health and forming of them observed in this article. The analysys of the professional education showing that future specialist need the knowledges of the spiritual health and physical culture.

**KEY WORDS:** spiritual health, education.

Безусловно, большой помощью для духовного возрождения народа является правильная организация в государстве образования молодого поколения. Под образованием понимается общее образование, включающее в себя нравственное и духовное воспитание и профессиональное образование.

Духовное и общее образование не должны быть разъединены идейно, поэтому большое значение имеет правильный выбор тех, кому доверено воспитание молодежи. Процитируем еще раз К.Д. Ушинского: «... необходимо также, чтобы светские лица, принимающиеся за воспитание были не только хорошие педагоги, но и истинные христиане по своим стремлениям и убеждениям, современная педагогика исключительно выросла на христианской почве и для нас не христианская педагогика есть вещь немислимая...».

Общее образование должно стимулировать желания духовного роста, духовного совершенствования, возникновения внутренней потребности руководствоваться в жизни общечеловеческими нравственными принципами и чувством долга, дабы человек осознал, что духовное — это главное в жизни, что без обретения духовного нельзя стать по настоящему культурным человеком. Достижение этого требует чуткого, глубоко продуманного индивидуального подхода к каждому: «Тайна человеческого роста настолько индивидуальна, что тот, кто только помогает в этом ребенку, — делает лучше, чем тот, кто что-то навязывает. Невозможно отрицать право на воспитание, на воспитывающем лежит

задача и обязанность угадать не только талант и способности ребенка, но, что гораздо важнее, логику внутреннего роста. Крайне важно помочь ребенку найти самого себя».

Недостатки образования в целом связаны с методологией общего образования, которое не должно сводиться лишь к развитию мышления у ребенка, к приобретению им навыков анализа, к сообщению ему сведений, пригодных только в практике, к сумме некоторых представлений об устройстве окружающего нас мира, изучению фактов из истории человечества, знакомству с литературой и искусством, подготовке к продолжению образования. Общее образование должно также дать элементарные сведения о сущности человеческого мышления, сущности человеческого знания и о языке общения между людьми, которые всегда в том или ином смысле основываются на некоторых догмах или аксиомах, а значит, вере в истинность чего-то.

Отмечая важное значение учебного заведения в жизни каждого человека, большую ответственность учителей за воспитание подрастающего поколения, подчеркнем, что все же определяющую роль в воспитании играет семья, так как в ней ребенок впервые узнает о моральных принципах. Именно семья прежде всего формирует нравственность человека.

Успеха в нравственном воспитании легче добиться, когда в семье царят отношения любви, искренности и доверия. Тогда ребенок чувствует, как хорошо жить на свете, какое счастье любить и быть любимым, иметь верных друзей (что нужно заслужить своим отношением к окружающим), как приятно быть просто порядочным человеком. Поэтому важной целью воспитания современного молодого поколения должно быть развитие стремления к созданию крепкой семьи.

Общество находится на переломном этапе своего развития и важным вопросом является гуманизация образования. Оно характеризуется переоценкой ценностей, критикой и преодолением того, что мешает дальнейшему движению вперед. Высшим гуманистическим смыслом социального развития становится утверждение отношения к человеку как высшей ценности бытия.

Человек как самоцель развития, как критерий оценки социального процесса представляет собой гуманистический идеал происходящих в стране преобразований. Поступательное движение к этому идеалу связано с гуманизацией жизни общества, в центре планов и забот которого должен стоять человек с его нуждами, интересами, потребностями. Поэтому гуманизация образования рассматривается как важнейший социально-педагогический принцип, отражающий современные общественные тенденции построения функционирования системы образования.

Гуманизация – ключевой элемент нового педагогического мышления, утверждающего полисубъектную сущность образовательного процесса. Основным смыслом образования в этом становится развитие личности. А это означает изменение задач, стоящих перед педагогом. Если раньше он должен был передавать знания учащимся, то гуманизация выдвигает другую задачу – способствовать всеми возможными способами развитию ребенка. Гуманизация требует изменения отношений в системе «учитель/ученик» (установления связей сотрудничества). Подобная переориентация влечет за собой изменение методов и приемов учителя.

Гуманизация образования предполагает единство общекультурного, социально нравственного и профессионального развития личности. Данный социально педагогический принцип требует пересмотра целей, содержания и технологии образования. Гуманизм как идейно ценностный комплекс включает в себя все высшие ценности, выработанные человечеством на долгом и противоречивом пути своего развития и получивших название общечеловеческих: человеколюбие, свобода и справедливость, достоинство человеческой личности, трудолюбие, равенство и братство, коллективизм и интернационализм и др.

Гуманизм чаще всего выступает как понятие философско-идеологическое, как название философской системы, и поэтому его исследования предписывают компетенции

философских наук. Гуманность же рассматривается чаще как психологическое понятие, в котором отражается одна из важнейших черт направленности личности.

Гуманистическое мировоззрение как обобщенная система взглядов, убеждений, идеалов строится вокруг одного центра человека. Если гуманизм это система определенных взглядов на мир, то именно человек оказывается системообразующим фактором, ядром гуманистического мировоззрения. При этом его отношение содержит не только оценку мира, но и оценку своего места в окружающей действительности. Следовательно, в гуманистическом мировоззрении как раз и находят свое выражение многообразные отношения к человеку, к обществу, к духовным ценностям, к деятельности, то есть, по сути, ко всему миру в целом.

В психологическом словаре понятие «гуманность» определяется как «обусловленная нравственными нормами и ценностями система установок личности на социальные объекты (человека, группу, живое существо), которая представлена в сознании переживаниями сострадания и сорадования, реализуется в общении и деятельности в аспектах содействия, соучастия, помощи». Следовательно, гуманность – это качество личности, представляющая собой совокупность нравственно-психологических свойств личности, выражающих осознанное и сопереживаемое отношение к человеку как высшей ценности.

Изучение влияния валеологического образования на представления духовности проводили с помощью тестовой методики «16 ценностей». Исследование проводилось в два этапа, в ходе которых были использованы следующие методы:

- теоретического анализа;
- психологической диагностики;
- методы количественной и качественной обработки.

Диагностический метод состоял из анкеты «Тест 16 - ценностей».

В экспериментальной выборке участвовали 30 студентов специальности «Валеология» I и IV курса, учащихся в Харьковском национальном университете имени В. Н. Каразина г. Харькова.

Диагностику духовно-ценностной ориентации личности проводили через определение приоритетной значимости указанных ценностей. На низком уровне развития личности потребности направлены на себя, без учета потребностей окружающих (инстинкт самосохранения), на высоком уровне развития человек находит природную радость и удовольствие в самоотдаче, в помощи тем, кто в ней нуждается. Каждому уровню соответствуют свои ценности. Для эгоцентричного уровня (индивидуальные ценности) доминантными будут: получение различных удовольствий, популярность, власть и влияние, личная безопасность. Уровню семейных ценностей свойственна ориентация на семейное благополучие, выгодное замужество, спокойную старость, послушных детей. К приоритетным национальным и гражданским ценностям можно отнести следующие: социальная справедливость, порядок в государстве, согласие между людьми и процветание страны. Общечеловеческие духовные ценности – это верность, доброжелательность, помощь тем, кто в ней нуждается, гармония с природой.

На рис. 1 представлен сравнительный анализ средних величин уровней ценностей у студентов I и IV курсов, из которого видно, что уровень индивидуальных ценностей у обоих курсов занимает самую низкую позицию. У студентов 4 курса ценности распределились по возрастающей от индивидуальных ценностей к духовным. У первого курса значимость семейных ценностей выше социальных. Духовные ценности у студентов IV-го курса выше, чем у первого курса. Это говорит о том, что процесс образования оказал непосредственное влияние на уровень ценностей у студентов.

Будет ли человек духовным – зависит не только от того, что ему встречается на жизненном пути, влияет ли образование, но и от того, как он реагирует на все происходящее с ним. Духовность зависит не только от внешних источников, но и от внутренних условий, прорывов, не только от судьбы человека, но и от его личности, помыслов, действий.

Судьба влияет двояко: непосредственно тем, что дает радости и огорчения, трудные ноши, а опосредованно тем, что формирует способность к радости или огорчению. Но и личность влияет также двояко: во-первых, тем, что она как бы предрасположена к радости или огорчению на своем жизненном пути, а во-вторых, тем, что формирует судьбу человека так, что она будет его радовать или огорчать. То есть, как человек будет реагировать на происходящее с ним в жизни? Какую позицию примет человек в жизни? Какой опыт ему нужно взять? Вот эти вопросы должен ставить человек, определяя уровень духовности.

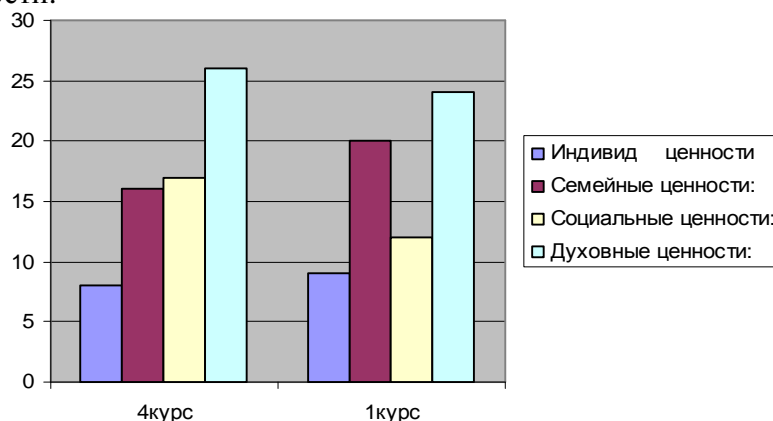


Рис. 1. Сравнительный анализ средних величин уровней ценностей у студентов I и IV курсов.

## ВЫВОДЫ

Таким образом, духовность человека определяется не только тем, что актуально и существует в данную минуту, а что непосредственно влияет на нее, но и то, что уже не существует или еще не существует.

В данной работе мы рассмотрели влияние образования на представления духовности у студентов. Нами было проведено исследование на тему «Влияние валеологического образования на представления духовности» с помощью тестовой методики «16 ценностей». Полученные данные свидетельствуют о том, что у студентов I и IV курсов, уровень индивидуальных ценностей у обоих курсов одинаковый, уровень духовных ценностей у студентов IV-го курса выше.

Можно сделать вывод о том, что процесс образования оказал непосредственное влияние на уровень ценностей у студентов. Самое главное приобретение которое необходимо сделать студентам в период образовательного процесса, это чувство собственного достоинства, вера в себя, вера в то, что он знает, умеет и может. Познавая себя и становясь на верный путь можно изменить свое мировосприятие.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРИ

1. Амонашвили Ш.А. Единство цели. Пособие для учителя. М: Просвещение, 1987, – 556 с.
2. АУМ. Синтез мистических учений Востока и Запада. П. Рогальская, Б. Геливер, Е. Варшавский и др. М.: Терра, 1990. – 267 с.
3. Валеологический словарь, под ред. Гончаренко М.С., – Харьков, ХГУ, 1999.– 315 с.
4. Валеологічна освіта та виховання: сучасні підходи, доступність і шляхи їх розвитку в Україні. Збірник наук.-практ. статей за ред. В. М. Оржеховської. – К., 1999. – 120 с.
5. Воробьев П. В. Проблемы нравственного воспитания молодого поколения и будущее России. СПб., 2000, – 122 с.
6. Гоч В. П. Духовные аспекты гармонизации человека. В сб.: Избранные труды школы «Причина и карма», сб. 1. – Тюмень: Истина, 1998, – с. 3-11.
7. Зеньковский В. В. Педагогика СПб., 2001, 234 с.
8. Зимняя И.А. Педагогическая психология. М. «Логос», 1999, – 396 с.
9. Подласый Л. М. Педагогика. М., 1985, – 221 с.
10. Янушкевичус Р., Янушкавичене О. Основы нравственности: Учебное пособие. М.: ПРО-ПРЕСС, 2000, – 456 с.

## ДОСЛІДЖЕННЯ НАЯВНОСТІ СПЕЦІАЛЬНИХ ЗНАТЬ ТА НАВИЧОК ФОРМУВАННЯ ОСНОВ ДУХОВНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ

Гончаренко М.С., Удовенко М. А.

*Харківський національний університет імені В.Н.Каразіна, пл.Свободи, 4  
Харків, Україна*

Результати досліджень духовного потенціалу молоді досліджені та надані в цій статті. Також розглядаються рівні розвитку різних видів цінностей у студентів, також проблеми формування здорової особистості та майбутнього фахівця.

**КЛЮЧОВІ СЛОВА:** духовний потенціал, молодь, освіта, валеологія.

В статті розглядаються результати досліджень духовного потенціалу студентів, а також рівень розвитку різних цінностей.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** студенческая молодежь, духовный потенциал, валеология, образование, ценности.

The results of the investigations of the indexes of the spiritual potential and health at the whole are observed in this article.

**KEY WORDS:** spiritual health, youth, indexes of the spiritual health.

Останніми роками в Україні відбувається процес зміцнення держави, розбудови правових засад діяльності суспільства, розширення демократичних прав та свобод громадян. У міжнародному плані Україна активно розвиває співпрацю з переважною більшістю країн та міжнародних об'єднань, готується до вступу у Всесвітню торгову організацію.

Беззаперечним є факт, що покращення суспільного життя позитивно відобразиться на житті родин, з яких складається суспільство, а також на єдиному взаємопов'язаному організмі – людстві. Розширенню світогляду молодої людини допомагає розуміння того, що її особисте життя тісно пов'язане із життям країни та суспільства, а також прийняття кожної іншої людини як особистості та невід'ємної складової Всесвіту. Тому однією з проблем, яка постає, є проблема збереження здоров'я на тлі неухильного підвищення освітнього потенціалу та розвитку масової освіти. Відомо, що поняття здоров'я має три складові: фізичну, психічну та духовну. Саме остання поступово стає однією з важливіших рушійних сил сучасного освітнього процесу. Дослідження у цьому напрямку проводились серед студентів юридичного, радіофізичного, хімічного, філософського факультетів. [4] Доцільним є поширення цих досліджень на інші факультети ХНУ імені В.Н.Каразіна, кожен з яких, як передбачається, має власну специфіку. Цим зумовлюється **актуальність** цієї роботи.

**Метою роботи** є продовження дослідження духовного потенціалу особистості серед студентської молоді за допомогою вивчення ціннісних орієнтацій.

**Гіпотеза роботи:** рівень духовного потенціалу особистості серед студентської молоді є високим та середнім.

Однією з важливіших складових здоров'я людини є духовна складова, а саме цінності людини як її основний показник. Ціннісна орієнтація є своєрідним індикатором духовної спрямованості особистості. Ми вважаємо, що до духовних цінностей можна віднести цінності гуманістичні, естетичні, цінності пізнання, самовдосконалення та самореалізації особистості. Тому для дослідження була обрана методика дослідження головних показників духовного розвитку за допомогою інтегративної методики «Духовний потенціал особистості».

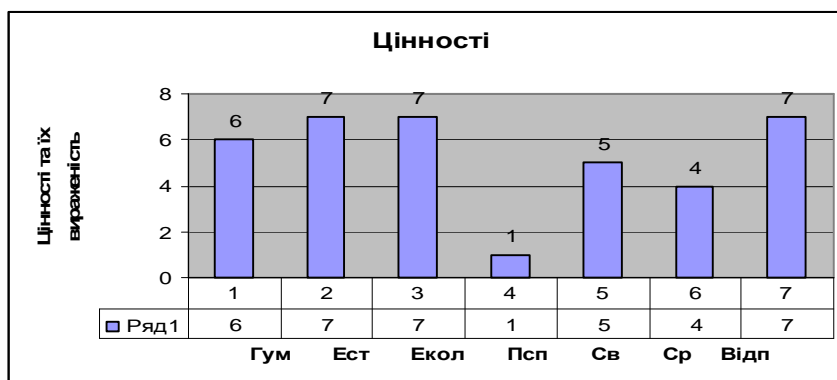
Методика призначається для виявлення трьох найважливіших характеристик духовного розвитку, а саме: духовного потенціалу, який інтегрує вольові якості характеру та духовну спрямованість особистості; розподілу духовного потенціалу в

структурі особистості (у підструктурах спілкування, спрямованості, характеру, самосвідомості, досвіду, інтелекту та психофізіології); орієнтації особистості на духовні цінності: гуманістичні, естетичні, екологічні, цінності пізнання, самовдосконалення і самореалізації. Теоретичною основою методики є психологічна структура високодуховної особистості, до складу якої включені 120 особистісних якостей і здібностей, що дає основу вважати її комплексною.

Дослідження проводилось у лютому-березні 2008 року серед студентів біологічного і геолого-географічного факультетів Харківського національного університету імені В.Н.Каразіна.

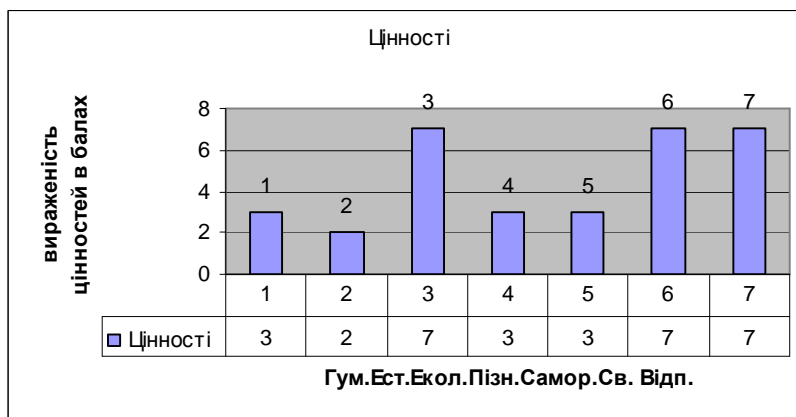
Серед студентів геолого-географічного факультету був визначений переважно середній духовний потенціал (у 80% опитуваних) – 25-35 балів, недостатній у 20% - 18 балів (діаграми 1,2). Серед студентів біологічного факультету переважним був також середній рівень духовного потенціалу – 25-30 балів (у 85%) та недостатній рівень у 15% опитуваних. Обробка даних цінностей студентів біологічного факультету дала такі результати (діаграма 1).

**Діаграма 1.** Цінності та їх вираженість серед студентів біологічного факультету



Серед студентів біологічного факультету переважають цінності екологічні і естетичні, а також відповідальність. Найменш вираженими є цінності пізнання та самопізнання (показник 4 дорівнює тільки одному балу). Середні показники мають цінності самореалізації.

**Діаграма 2.** Цінності та їх вираженість серед студентів геолого-географічного факультету



Серед студентів геолого-географічного факультету переважають цінності екологічні і самосвідомість, а також відповідальність. Найменш вираженими є цінності естетичні (показник 2 дорівнює двом балам). Середні показники мають гуманістичні цінності самореалізації та пізнання.

Обидві групи мають високі показники по шкалі цінностей екологічних, що може говорити про напрямок їх навчання (людина та навколишнє середовище), а також про вірний вибір майбутньої професії, тобто вона співпадає із ціннісними орієнтаціями спеціаліста такої галузі.

Також високими є показники відповідальності (7 балів), що свідчить про повагу до інших та дбайливе і коректне ставлення до людей різного віку, а також про готовність надати допомогу у складну хвилину.

Аналогічні дослідження проводились на юридичному, хімічному, філософському факультетах Харківського національного університету імені В.Н.Каразіна. Аналіз даних показав, що у студентів юридичного факультету рівень духовного потенціалу недостатній (90% опитуваних) і середній (10%), у студентів хімічного факультету недостатній рівень розвитку духовного потенціалу виявився у 81% та середній у 19% студентів. Серед студентів філософського факультету спеціальності валеологія рівень духовного потенціалу виявився середнім у більш ніж половини опитуваних (57%), високим (8%), лише третина має недостатній духовний потенціал. Студенти-валеологи мають в навчальній програмі курси, спрямовані на розвиток ціннісних орієнтацій та духовного здоров'я, в той час коли студенти не мають можливості отримувати такі знання, рівень духовного розвитку їх залишається на рівні старших класів загальноосвітньої школи.

Відомим є факт, що стан здоров'я людини залежить на 50% від індивідуального способу життя, на 25% — від впливу оточуючого середовища. Тому у формуванні духовного здоров'я, в тому числі цінностей, навколишнє середовище має теж досить значний вплив.

Тому важливо сформувані таке навчальне середовище, коли в світогляді молоді людини створюється образ себе як майбутнього спеціаліста, майбутньої матері (батька), а також формуються характеристики свого особистого фізичного стану та методи підтримання фізичної форми, знання свого духовного потенціалу здоров'я, збереження та зміцнення духовних якостей. Оскільки оточує середовище у вигляді ЗМІ, батьків та друзів може й не мати мети розвинення останніх, такі обов'язки повинен взяти на себе навчальний процес, як інтегральна складова формування світогляду майбутнього українця. Світогляд є узагальненням уявлень про світ і саму людину, про спрямованість подій, про майбутнє людства, його переконання та принципи. [2]

Тому необхідно формувати у свідомості людей нову парадигму мислення й еволюційного розвитку людства. Фактично, більша частина школярів не отримує знань про здоров'я і здоровий спосіб життя взагалі. Вступаючи до ВНЗ, молода людина повинна одержати паралельно фізично-математичній підготовці значний обсяг знань, який буде допомагати їй орієнтуватися в інформаційному середовищі та обирати шляхи до здорового способу життя.

Складовою частиною будь-якого навчально-виховного процесу повинні стати моніторингові діагностичні обстеження стану здоров'я студентів, своєчасне інформування про небезпечні стратегії поведінки та невірні принципи життя. Коли людина знаходиться в гармонії з самою собою, їй неважко відшукати й свою власну «екологічну нішу» в навколишньому середовищі.

Щастя і довголіття, процвітання нації та всього людства обумовлюється станом здоров'я кожної окремої людини. Забезпечення головних компонентів здоров'я людини – фізичного, психічного, духовного та соціального – обов'язкова умова розвитку як окремої держави, так і всього людства.

## Висновки



1. Студенти біологічного і геолого-географічного факультетів мають середні та недостатні показники загального рівня духовного потенціалу, проте високі показники по шкалі цінностей екологічних, що може говорити про напрямок їх навчання (людина та навколишнє середовище), а також про вірний вибір майбутньої професії, тобто вона співпадає із ціннісними орієнтаціями спеціаліста такої галузі.
2. Гіпотеза дослідження підтвердилась частково із результатами дослідження, це зумовлено тим, що студентська молодь не має навчальних курсів, які б розвинули потенційні можливості майбутнього спеціаліста різних галузей.

### **Заключення**

Подолання викладених вище недоліків і упущень навчальних програм, розв'язання цих завдань, особливо виділення визначального місця в його викладанні духовного здоров'я дозволить, на наш погляд, поліпшити підготовку молодшої людини до ведення здорового способу життя, до створення у майбутньому здорової сім'ї і виховання дітей, і, в цілому, певною мірою, уповільнить процес зменшення інтелектуального потенціалу нації. Навчання студента має стати поєднанням розвитку всіх складових здоров'я – фізичної, психічної та духовної.

Психологічні механізми духовного розвитку криються у вищій природі людини, у цілеспрямованості та самосвідомості особистості. Духовність людини є достовірним показником її еволюційної досконалості. Тому діагностика духовного здоров'я та подальше його поліпшення впливом ЗМІ, навчальними посібниками, виховними заходами є вкрай необхідним.

Дбайливе відношення до виховання, навчання, освіти, оздоровлення дітей і молоді є соціальним замовленням суспільства, яке хоче зберегти та зміцнити свою державу.

### **СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ**

1. Гончаренко М.С. Валеопедагогические основы духовности. – Х: Изд-во ХНУ им. В.Н.Каразина, 2007. – 400с.
2. Вернадский В. И. Несколько слов о ноосфере // Успехи современной биологии. – 1944. – Т. 18, вып. 2.
3. Діагностичні підходи до визначення стану духовного і морального здоров'я особистості: Навчальний посібник/Укл. проф. М.С. Гончаренко, доц. Е.Т.Карачинська, В.Є.Новікова. – Х.: ХНУ імені В.Н.Каразіна, 2006. – 156с.
4. Гончаренко М. С., Куйдина Т. М., Новікова В. Е. Воспитание духовных ценностей в образовательном процессе. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту// Харків.– 2007, № 9, с. 33.

## ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ ДУХОВНОЙ СОСТАВЛЯЮЩЕЙ ЗДОРОВЬЯ

**Васильева Л. В., Куйдина Т. М., Тимченко А. Н., Новикова В. Е., Ковалёва И. А.**

*Харьковский национальный университет имени В.Н. Каразина, пл. Свободы, 4*

*Харьков, Украина*

В статье рассмотрено гуманистическое мировоззрение, как система взглядов, идеалов личности человека. Гуманизация – как ключевой элемент нового педагогического мышления, утверждающего полисубъектную сущность образовательного процесса. С помощью тестовой методики «16 ценностей» показано влияния валеологического образования на представления о духовности студентов I и IV курсов. Сделаны выводы о том, что уровень индивидуальных ценностей у обоих курсов одинаковый, уровень духовных ценностей у студентов IV-го курса выше.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** гуманистическое мировоззрение, студенты I и IV курсов, валеологическое образование, уровень индивидуальных ценностей, уровень духовных ценностей.

В статті розглянуто гуманістичний світогляд, як система поглядів, ідеалів особистості людини. Гуманізація – як ключовий елемент нового педагогічного мислення, стверджуючого полісуб'єктивну сутність освітнього процесу. З допомогою тестової методики «16 цінностей» наведено вплив валеологічної освіти на уявлення о духовності студентів I та IV курсів. Зроблені висновки про те, що рівень індивідуальних цінностей у двох курсів однаковий, рівень духовних цінностей у студентів IV-го курсу вище.

**КЛЮЧОВІ СЛОВА:** гуманістичний світогляд, студенти I та IV курсів, валеологічна освіта, рівень індивідуальних цінностей, рівень духовних цінностей.

The problems of the spiritual health and forming of them observed in this article. The analysys of the professional education showing that future specialist need the knowledges of the spiritual health and physical culture.

**KEY WORDS:** spiritual health, education.

Безусловно, большой помощью для духовного возрождения народа является правильная организация в государстве образования молодого поколения. Под образованием понимается общее образование, включающее в себя нравственное и духовное воспитание и профессиональное образование.

Духовное и общее образование не должны быть разъединены идейно, поэтому большое значение имеет правильный выбор тех, кому доверено воспитание молодежи. Процитируем еще раз К.Д. Ушинского: «... необходимо также, чтобы светские лица, принимающиеся за воспитание были не только хорошие педагоги, но и истинные христиане по своим стремлениям и убеждениям, современная педагогика исключительно выросла на христианской почве и для нас не христианская педагогика есть вещь немислимая...».

Общее образование должно стимулировать желания духовного роста, духовного совершенствования, возникновения внутренней потребности руководствоваться в жизни общечеловеческими нравственными принципами и чувством долга, дабы человек осознал, что духовное — это главное в жизни, что без обретения духовного нельзя стать по настоящему культурным человеком. Достижение этого требует чуткого, глубоко продуманного индивидуального подхода к каждому: «Тайна человеческого роста настолько индивидуальна, что тот, кто только помогает в этом ребенку, — делает лучше, чем тот, кто что-то навязывает. Невозможно отрицать право на воспитание, на воспитывающем лежит

задача и обязанность угадать не только талант и способности ребенка, но, что гораздо важнее, логику внутреннего роста. Крайне важно помочь ребенку найти самого себя».

Недостатки образования в целом связаны с методологией общего образования, которое не должно сводиться лишь к развитию мышления у ребенка, к приобретению им навыков анализа, к сообщению ему сведений, пригодных только в практике, к сумме некоторых представлений об устройстве окружающего нас мира, изучению фактов из истории человечества, знакомству с литературой и искусством, подготовке к продолжению образования. Общее образование должно также дать элементарные сведения о сущности человеческого мышления, сущности человеческого знания и о языке общения между людьми, которые всегда в том или ином смысле основываются на некоторых догмах или аксиомах, а значит, вере в истинность чего-то.

Отмечая важное значение учебного заведения в жизни каждого человека, большую ответственность учителей за воспитание подрастающего поколения, подчеркнем, что все же определяющую роль в воспитании играет семья, так как в ней ребенок впервые узнает о моральных принципах. Именно семья прежде всего формирует нравственность человека.

Успеха в нравственном воспитании легче добиться, когда в семье царят отношения любви, искренности и доверия. Тогда ребенок чувствует, как хорошо жить на свете, какое счастье любить и быть любимым, иметь верных друзей (что нужно заслужить своим отношением к окружающим), как приятно быть просто порядочным человеком. Поэтому важной целью воспитания современного молодого поколения должно быть развитие стремления к созданию крепкой семьи.

Общество находится на переломном этапе своего развития и важным вопросом является гуманизация образования. Оно характеризуется переоценкой ценностей, критикой и преодолением того, что мешает дальнейшему движению вперед. Высшим гуманистическим смыслом социального развития становится утверждение отношения к человеку как высшей ценности бытия.

Человек как самоцель развития, как критерий оценки социального процесса представляет собой гуманистический идеал происходящих в стране преобразований. Поступательное движение к этому идеалу связано с гуманизацией жизни общества, в центре планов и забот которого должен стоять человек с его нуждами, интересами, потребностями. Поэтому гуманизация образования рассматривается как важнейший социально-педагогический принцип, отражающий современные общественные тенденции построения функционирования системы образования.

Гуманизация – ключевой элемент нового педагогического мышления, утверждающего полисубъектную сущность образовательного процесса. Основным смыслом образования в этом становится развитие личности. А это означает изменение задач, стоящих перед педагогом. Если раньше он должен был передавать знания учащимся, то гуманизация выдвигает другую задачу – способствовать всеми возможными способами развитию ребенка. Гуманизация требует изменения отношений в системе «учитель/ученик» (установления связей сотрудничества). Подобная переориентация влечет за собой изменение методов и приемов учителя.

Гуманизация образования предполагает единство общекультурного, социально нравственного и профессионального развития личности. Данный социально педагогический принцип требует пересмотра целей, содержания и технологии образования. Гуманизм как идейно ценностный комплекс включает в себя все высшие ценности, выработанные человечеством на долгом и противоречивом пути своего развития и получивших название общечеловеческих: человеколюбие, свобода и справедливость, достоинство человеческой личности, трудолюбие, равенство и братство, коллективизм и интернационализм и др.

Гуманизм чаще всего выступает как понятие философско-идеологическое, как название философской системы, и поэтому его исследования предписывают компетенции

философских наук. Гуманность же рассматривается чаще как психологическое понятие, в котором отражается одна из важнейших черт направленности личности.

Гуманистическое мировоззрение как обобщенная система взглядов, убеждений, идеалов строится вокруг одного центра человека. Если гуманизм это система определенных взглядов на мир, то именно человек оказывается системообразующим фактором, ядром гуманистического мировоззрения. При этом его отношение содержит не только оценку мира, но и оценку своего места в окружающей действительности. Следовательно, в гуманистическом мировоззрении как раз и находят свое выражение многообразные отношения к человеку, к обществу, к духовным ценностям, к деятельности, то есть, по сути, ко всему миру в целом.

В психологическом словаре понятие «гуманность» определяется как «обусловленная нравственными нормами и ценностями система установок личности на социальные объекты (человека, группу, живое существо), которая представлена в сознании переживаниями сострадания и сорадования, реализуется в общении и деятельности в аспектах содействия, соучастия, помощи». Следовательно, гуманность – это качество личности, представляющая собой совокупность нравственно-психологических свойств личности, выражающих осознанное и сопереживаемое отношение к человеку как высшей ценности.

Изучение влияния валеологического образования на представления духовности проводили с помощью тестовой методики «16 ценностей». Исследование проводилось в два этапа, в ходе которых были использованы следующие методы:

- теоретического анализа;
- психологической диагностики;
- методы количественной и качественной обработки.

Диагностический метод состоял из анкеты «Тест 16 - ценностей».

В экспериментальной выборке участвовали 30 студентов специальности «Валеология» I и IV курса, учащихся в Харьковском национальном университете имени В. Н. Каразина г. Харькова.

Диагностику духовно-ценностной ориентации личности проводили через определение приоритетной значимости указанных ценностей. На низком уровне развития личности потребности направлены на себя, без учета потребностей окружающих (инстинкт самосохранения), на высоком уровне развития человек находит природную радость и удовольствие в самоотдаче, в помощи тем, кто в ней нуждается. Каждому уровню соответствуют свои ценности. Для эгоцентричного уровня (индивидуальные ценности) доминантными будут: получение различных удовольствий, популярность, власть и влияние, личная безопасность. Уровню семейных ценностей свойственна ориентация на семейное благополучие, выгодное замужество, спокойную старость, послушных детей. К приоритетным национальным и гражданским ценностям можно отнести следующие: социальная справедливость, порядок в государстве, согласие между людьми и процветание страны. Общечеловеческие духовные ценности – это верность, доброжелательность, помощь тем, кто в ней нуждается, гармония с природой.

На рис. 1 представлен сравнительный анализ средних величин уровней ценностей у студентов I и IV курсов, из которого видно, что уровень индивидуальных ценностей у обоих курсов занимает самую низкую позицию. У студентов 4 курса ценности распределились по возрастающей от индивидуальных ценностей к духовным. У первого курса значимость семейных ценностей выше социальных. Духовные ценности у студентов IV-го курса выше, чем у первого курса. Это говорит о том, что процесс образования оказал непосредственное влияние на уровень ценностей у студентов.

Будет ли человек духовным – зависит не только от того, что ему встречается на жизненном пути, влияет ли образование, но и от того, как он реагирует на все происходящее с ним. Духовность зависит не только от внешних источников, но и от внутренних условий, прорывов, не только от судьбы человека, но и от его личности, помыслов, действий.

Судьба влияет двояко: непосредственно тем, что дает радости и огорчения, трудные ноши, а опосредованно тем, что формирует способность к радости или огорчению. Но и личность влияет также двояко: во-первых, тем, что она как бы предрасположена к радости или огорчению на своем жизненном пути, а во-вторых, тем, что формирует судьбу человека так, что она будет его радовать или огорчать. То есть, как человек будет реагировать на происходящее с ним в жизни? Какую позицию примет человек в жизни? Какой опыт ему нужно взять? Вот эти вопросы должен ставить человек, определяя уровень духовности.

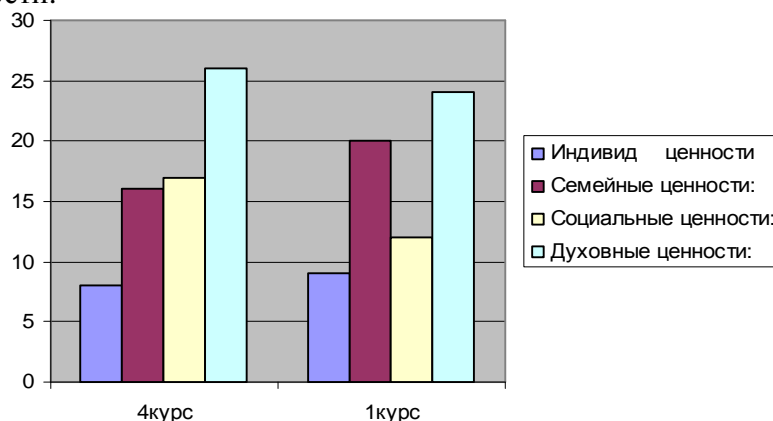


Рис. 1. Сравнительный анализ средних величин уровней ценностей у студентов I и IV курсов.

## ВЫВОДЫ

Таким образом, духовность человека определяется не только тем, что актуально и существует в данную минуту, а что непосредственно влияет на нее, но и то, что уже не существует или еще не существует.

В данной работе мы рассмотрели влияние образования на представления духовности у студентов. Нами было проведено исследование на тему «Влияние валеологического образования на представления духовности» с помощью тестовой методики «16 ценностей». Полученные данные свидетельствуют о том, что у студентов I и IV курсов, уровень индивидуальных ценностей у обоих курсов одинаковый, уровень духовных ценностей у студентов IV-го курса выше.

Можно сделать вывод о том, что процесс образования оказал непосредственное влияние на уровень ценностей у студентов. Самое главное приобретение которое необходимо сделать студентам в период образовательного процесса, это чувство собственного достоинства, вера в себя, вера в то, что он знает, умеет и может. Познавая себя и становясь на верный путь можно изменить свое мировосприятие.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРИ

1. Амонашвили Ш.А. Единство цели. Пособие для учителя. М: Просвещение, 1987, – 556 с.
2. АУМ. Синтез мистических учений Востока и Запада. П. Рогальская, Б. Геливер, Е. Варшавский и др. М.: Терра, 1990. – 267 с.
3. Валеологический словарь, под ред. Гончаренко М.С., – Харьков, ХГУ, 1999.– 315 с.
4. Валеологічна освіта та виховання: сучасні підходи, доступність і шляхи їх розвитку в Україні. Збірник наук.-практ. статей за ред. В. М. Оржеховської. – К., 1999. – 120 с.
5. Воробьев П. В. Проблемы нравственного воспитания молодого поколения и будущее России. СПб., 2000, – 122 с.
6. Гоч В. П. Духовные аспекты гармонизации человека. В сб.: Избранные труды школы «Причина и карма», сб. 1. – Тюмень: Истина, 1998, – с. 3-11.
7. Зеньковский В. В. Педагогика СПб., 2001, 234 с.
8. Зимняя И.А. Педагогическая психология. М. «Логос», 1999, – 396 с.
9. Подласый Л. М. Педагогика. М., 1985, – 221 с.
10. Янушкевичус Р., Янушкавичене О. Основы нравственности: Учебное пособие. М.: ПРО-ПРЕСС, 2000, – 456 с.

## ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ ЛИЧНОСТИ УЧИТЕЛЯ И ЕЕ ПРОЯВЛЕНИЕ В СТИЛЕ ЖИЗНИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Виленский М. Я., Маслова О. Ю.

*Московский педагогический государственный университет  
Москва, Россия*

В статье рассматриваются вопросы индивидуальности учителя и его профессиональной деятельности и взаимодействия с учениками, а также стиля его общения и ответственности за собственное здоровье.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** индивидуальность, учитель, здоровье.

В статті розглядаються питання індивідуальності вчителя та його професійної діяльності та взаємодії з учнями, а також стилю спілкування та відповідальності за власне здоров'я.

**КЛЮЧОВІ СЛОВА:** почуття, вчитель, індивідуальність, учні.

The problems of the interaction between the teacher and pupils are observed in this article.

The individuality of the teacher and the style of the interaction in the professional activity.

**Key words:** behaviour, activity, interactions, pupils.

Как высшее человеческое чувство, ответственность за свое здоровье формируется в контексте общего социально-исторического и индивидуального пути развития человека, его взаимоотношений с окружающими. Ответственность за свое здоровье формируется у него как часть общекультурного, индивидуального развития, проявляющегося в единстве стилевых особенностей поведения, способностей построить себя как личность в соответствии с собственными представлениями о полноценной в духовном, нравственном и физическом отношении жизни. Это связано с формированием определенной мировоззренческой позиции, характеризующейся взаимосвязью и взаимообусловленностью различных видов культуры, усвоенной индивидом. Правильно найденный, оптимальный для человека стиль жизни «удобен» для него и не требует для своего выполнения постоянного внутреннего усилия и напряжения.

Учитель не только продолжает себя в своих учениках, осуществляет связь между поколениями, но и является образцом поведения, носителем нравственных норм и ценностей. Поэтому здоровый стиль жизни учителя следует рассматривать не только как путь к индивидуальному и общественному здоровью, но и к здоровью учащихся. От состояния здоровья, самочувствия, настроения, взаимоотношений с коллегами и учащимися во многом зависит его социально-психологический статус, оказывающий существенное влияние на эффективность учебно-воспитательного процесса.

Для изучения этих взаимосвязей на первом этапе исследования было охвачено 86 учителей-женщин, у которых определялись ценностные ориентации, индивидуально-характерологические особенности (темперамент, уровень субъективного контроля, черты характера по Кэттеллу), образ «Я» и идеальный образ учителя; характер взаимоотношений в семье, с коллегами по работе, учениками, способы разрешения конфликтов, общее состояние здоровья.

Изучение ценностных ориентаций проводилось по адаптированной методике Рокича и предполагало оценку изучаемых параметров в желаемом и реальном выражении.

Результаты свидетельствуют о том, что ориентация на семью и детей у учителей является главенствующей. В реальном осуществлении она проявляется у трех групп учителей: еще не имеющих семьи; имеющих семью и удовлетворенных семейными отношениями; имеющих семью, но неудовлетворенных этими отношениями.

Первая группа характеризуется некоторым неблагополучием и по другим качествам жизни. При этом, когда при неосуществленной ориентации на семью существует «замещающая» ценность, в частности, педагогическая работа, удовлетворенность жизнью повышается (желаемое и реальное сближаются). В качестве «замещающих» не выступают, например, развлечения или общение с друзьями. Очевидно, необходимо при исследовании личности учителя изучать и те качества, которыми он должен обладать для успешного осуществления педагогической деятельности, способствующие возможности «уйти в работу», если не складывается личная жизнь. Видимо это требует разработки идеальной модели педагога-женщины с целью интериоризации данного образа.

Вторая группа учителей, в целом, удовлетворена и другими показателями качества жизни (нет значительного расхождения между желаемым и реальным), находит удовлетворение в работе, умеет радоваться жизни.

Материалы, полученные по третьей группе позволяют высказать предположение, что неудовлетворенность семейной жизнью может быть обусловлена либо слишком высокими требованиями к жизни (параметры качества жизни не дифференцированы и равно максимально необходимы); либо учителя реализуют себя в других сферах деятельности и имеют ориентации на качества жизни не вошедшие в методику (например, мудрость, уверенность в себе, свобода и др.); либо усвоение и выполнение стереотипного поведения в семье и школе, внутренне не воспринимается личностью и не позволяет «раскрыть себя» в других сферах деятельности.

50 процентов женщин-учителей не имеют душевного покоя и не достигли желаемого в семейных отношениях и воспитании детей. Отсутствие душевного покоя обусловлено как общей социально-экономической напряженностью в обществе, так и отсутствием душевной гармонии как важнейшей женской ценности.

Параметр «здоровье» в желаемом и действительном измерении практически согласуется, что свидетельствует о его оценке, прежде всего, по объективным характеристикам как некоторое состояние или качество; а опосредованность его стилем жизни не осознается.

Следовательно, обследованная группа учителей не является «мировоззренчески» подготовленной к изменению своего стиля жизни. Можно предположить, что исходный импульс к изменению своего индивидуального стиля жизни у них должен быть связан с реализацией основной жизненной ориентации: через осознание связи стиль жизни семьи – здоровье всех ее членов.

Вместе с тем, выявлены значительные расхождения в профиле качества жизни, что предполагает необходимость знаний как об объективных условиях жизни, так и об индивидуально-характерологических особенностях учителей.

Индивидуальные характеристики были получены с использованием 16-ти факторного теста Кэттелла, цветового теста Люшера и опросника исследования уровня субъективного контроля. Методики были выбраны по следующим соображениям. 1. Высокий уровень субъективного контроля при наличии определенной цели (в данном случае – изменения своего стиля жизни) позволяет осуществлять намеченное более сознательно и планомерно. Низкий уровень субъективного контроля ставит человека в зависимость от обстоятельств и не позволяет сознательно организовать свою жизнь. В то же время уровень субъективного контроля есть характеристика, отражающая и выражающая чувство ответственности за свою судьбу, здоровье, поведение. Интерналы (люди с высоким локусом контроля) более способны к изменению своего поведения при условии принятия ими такой цели. Люди с низким локусом контроля нуждаются в дополнительной работе по его повышению, укреплению веры в свои силы. 2. Тест-опросник Кэттелла, напротив, направлен на изменение стабильных устойчивых характерологических черт, образующих «каркас» личности. Любая корректировка поведения требует знания этого «каркаса» и учета его в работе. Кроме того, самому человеку желательно знать свои особенности и учитывать их при организации

повседневной жизни. 3. Кроме знаний об индивидуальных особенностях, необходимо знание мироощущения человека, определение его состояния как доминирующего мироощущения, - на что направлен тест Люшера.

Полученные данные показали, что, в целом, обследованная группа учителей имеет тенденцию к интернальности, особенно в области достижений. В области неудач значительная часть учителей тяготеет к экстернальности. Возможно это связано с их завышенной «самооценкой» и часто служит средством психологической самозащиты: желание иметь положительный «образ-Я» нередко побуждает их преувеличивать свои достижения и преуменьшать свои недостатки.

Анализ «образа-Я» показывает, что женщины-учителя дают себе, как правило, только субъективные характеристики (использовалась методика Куна), которые можно разделить на две группы: морально-оценочные качества («добрая», «справедливая», «доверчивая») и качества, характеризующие эмоциональную сторону процесса общения («раздражительная», «вспыльчивая», «обидчивая»). Первая группа качеств носит на себе оттенок идеального образа учителя, как он сложился в культуре; вторая – в большей степени отражает реальные взаимоотношения с людьми в их эмоциональном аспекте. Такое сочетание «идеального» и «реального» и разделение «морального» и «реального» свидетельствует об отсутствии собственного представления об образе учителя, желаемого образца для себя, а значит, и о стиле своего поведения, отражающего стремление походить на образец. Для преодоления этого разрыва, оказывающего неблагоприятное влияние на здоровье учителей, перспективной может быть работа с коллективом в целом (организация системы социальной поддержки в коллективе с использованием различных видов деловых и ролевых игр, психологического тренинга).

Интересные результаты получены по описанию в «образе-Я» физических качеств. Физический облик описывается через факторы: «старость-молодость», «толстая-худая», «красота-некрасивость», т.е. носят объективно-оценочный характер. Однако совершенно не даются более нюансные характеристики, такие как «выразительность», «пластичность», «мимика» и др., в то время как они являются в большей мере определяющими при познании людей друг другом.

Эти данные подтверждают полученные ранее результаты (Кан-Калик, 1976) по восприятию себя и других педагогами и актерами: оценка других в обеих группах одинаково точна и дифференцирована, но себя актеры оценивают гораздо богаче, чем педагоги.

Кроме того, здоровье и характеристики, относящиеся к нему, в восприятии учителей ни разу не фигурировали в самоописаниях, что свидетельствует о том, что здоровье как нечто органически присущее человеку не нуждается в описании. Следовательно, женщина-учитель учитывает свой внешний облик как объективную характеристику (как бы видит себя глазами других), а здоровье рассматривается как органически присущее ей и не нуждается в выделении как отдельное качество. Это косвенно подтверждает наше положение о том, что здоровый стиль поведения формируется по отношению к здоровью как категории мировоззренческой, взаимосвязанной и взаимообусловленной другими категориями и представлениями.

Глазами учеников и коллег учителя видят себя очень стандартно и однозначно, описывают себя немногословно. Так, глазами учеников учителя видят себя как «требовательных», «справедливых», «добрых», «хорошо знающих свой предмет». В глазах коллег – «внимательными», «аккуратными», «старательными», т.е. используют для описания качества, которые характеризуют операциональное выполнение профессиональных норм.

Сказанное позволяет утверждать, что взаимоотношения с коллегами и учениками строятся на регламентированной ролевой основе. Это в значительной степени связано с отсутствием должного уровня коммуникативной культуры и формальностью



взаимоотношений, что, в свою очередь, оказывает влияние на удовлетворенность работой, взаимоотношениями с людьми и общим мироощущением.

Таким образом, рассмотренный материал позволяет заключить следующее.

Отношение к здоровью как опосредующей ценности относительно глобальных мировоззренческих ценностей у женщин-учителей практически отсутствует.

Базовой ценностью у них является ориентация на семью и детей, т.е. на выполнение традиционной женской роли. Удовлетворение этой потребности в жизни, как правило, приводит и к удовлетворенности работой. К сожалению, неудовлетворенность базовой потребности часто не компенсируется в профессиональной деятельности. Это связано, во-первых, с «запрограммированностью» учителя на нормативно-ролевые взаимоотношения с учениками и коллегами, что снижает возможность проявления творческой активности в работе. Во-вторых, с отсутствием идеального образа современного учителя-женщины, сочетающего возможность проявления себя как педагога, как воспитателя, как женщины. В-третьих, с недостаточной развитостью профессиональных социально-перцептивных умений как способности видеть своеобразие личности окружающих людей, их неповторимость.

Возникает необходимость проведения коррекционной работы по изменению индивидуального стиля жизни женщин-учителей на уровне организации системы социально-психологической поддержки в школе, прежде всего для поднятия уровня коммуникативной культуры. Такая работа станет возможной при изучении личности учителя во всем ее многообразии: индивидуально-характерологических особенностей, состояния здоровья, ценностных ориентаций, идеальных образцов поведения, характера взаимоотношений с людьми.

В следующем цикле исследования внимание было сосредоточено на характеристике уровня развития личностных качеств учителя (стандартизированные личностные опросники Кэттелла и Личко); принадлежности личности к определенному типу (акцентуированные типы характера); самооценке учителями уровня их творческого потенциала и степени его реализации в настоящий момент и в будущем. Предполагалось, что отношение учителей к своим творческим возможностям связано с особенностями личности и может влиять на их творческую активность.

Обследуемые учителя были выделены в три группы по одному из критериев творческой активности – действительному интересу к психологии (систематически заочно повышали свою психолого-педагогическую подготовку).

Показано, какая выраженность в стенах («стен» - единица измерения личностной черты) той или иной черты личности преобладает у большинства обследованных (табл.).

Таблица. Качества личности (факторы) учителя и уровень их выраженности (по Кеттеллу)

Фактор	Наименование фактора	Уровень выраженности фактора, %		
		низкий (1—4 стена)	средний(5—6 стен)	высокий (7—8 стен)
А	Теплота	3	21	76
В	Абстрактное мышление	7	13	80
С	Эмоциональная устойчивость	46	33	21
Е	Лидерство	40	48	12
F	Беспечность	67	21	12
G	Ответственность	7	33	16
Н	Социальная смелость	42	30	18
I	Чувствительность	6	30	64
Z	Критичность	10	60	30
M	Богемность	14	63	23
N	Дипломатичность	35	48	17
O	Тревожность	12	24	64

Q <sub>1</sub>	Радикалізм	43	40	17
Q <sub>2</sub>	Самостоятельность	42	36	22
Q <sub>3</sub>	Волевой самоконтроль	40	48	12
Q <sub>4</sub>	Напряженность	9	36	55
F <sub>1</sub>	Экстравертированность	45	36	19
F <sub>2</sub>	Тревожность	12	30	58
F <sub>3</sub>	Мобилизованность в экстремальных условиях	75	18	7

Учителя характеризуются выраженностью чувства долга и ответственности (+G), преобладанием данной черты над престижными тенденциями личности (фактор Z выражен менее ярко). Интеллектуальная сфера представлена яркой способностью к абстрактному мышлению (+B), заметной тенденцией к преобладанию консервативных решений (-Q<sub>1</sub>). Эмоциональная сфера характеризуется своеобразным сочетанием эмоций положительной модальности (+A) и тревожности (+O, +F<sub>2</sub>). Эта особенность одновременно с повышенной чувствительностью (+I) должна обеспечивать способность учителя к сопереживанию, чуткость и внимание к детям. Вместе с тем эти качества провоцируют снижение эмоциональной устойчивости (-C), эмоциональную напряженность (+Q<sub>4</sub>).

Волевые качества учителей оставляют желать лучшего. Среди них преобладают лица с невысоким волевым самоконтролем (-Q<sub>3</sub>) и сниженным уровнем способности к мобилизации в экстремальных условиях (-F<sub>3</sub>).

Коммуникативная среда личности учителей отличается чуткостью к общественному мнению (-Q<sub>2</sub>), интравертированностью (-F, -F<sub>1</sub>), средне-низким уровнем выраженности лидерства (-E), робостью (-H).

Приведенные данные свидетельствуют о том, что творческая активность учителей связана, по-видимому, с комплексом личностных качеств, включенных в различные сферы личности, т.е. является функцией целостной личности. Не исключено, что нравственно-психологические качества являются системообразующими. Обращает на себя внимание ряд черт личности, указывающих на трудности регуляции эмоциональных состояний, которые являются как бы обратной стороной профессионально значимых качеств, обеспечивающих особую эмоциональную восприимчивость, чуткость, способность учителя к сопереживанию.

Поэтому учитель должен быть вооружен средствами регулирования своей эмоциональности, овладевать соответствующими умениями и навыками еще в студенческие годы. Особое внимание следует уделять будущим учителям-интравертам, вырабатывать у них адекватный индивидуальный стиль педагогической деятельности. Консерватизм мышления, свойственный ряду учителей следует также преодолевать за счет совершенного владения разнообразными современными методами активного обучения.

Изучение акцентуаций характера учителей с помощью опросника Личко показало, что наиболее выраженной типологической особенностью учительства является «лабильность» их характера. Менее ярко, но достаточно отчетливо представлены такие типологические черты как «психоастеничность» и «истероидность». В наименьшей степени учителей характеризуют черты «неустойчивости» и «шизоидности».

В остальном, полученные данные подтверждают картину, выявленную методикой Кэттелла: повышенную эмоциональность, эмоциональную нестабильность, ответственность.

Таким образом, методики Кеттелла и Личко обладают, по-видимому, достаточной дифференцирующей силой и валидностью для изучения личности педагога и ее роли в психической регуляции творческой активности.

Для изучения личностных предпосылок отношения учителей к своему творческому потенциалу использовался сравнительный анализ их личностных качеств (по методике Кеттелла) в каждой из двух пар групп испытуемых. Первая пара групп различалась по уровню самооценки своего творческого потенциала; вторая – по уровню прогнозируемого прироста степени его реализации в будущем.

Учителя, более скромно оценивающие свой творческий потенциал (6,4 балла по 10-ти балльной шкале), отличаются от дающих себе высокую оценку (8,3 балла) тем, что характеризуются большей «ответственностью» (фактор G больше на 1,7 стана), меньшей «престижностью» (фактор Z меньше на 1,4 стана). У них мотивы долга доминируют над престижными тенденциями. Они более «серьезны», «тревожны» и «интровертированы» (соответственно на 2,1; 2,2; 1,2 стана), менее склонны к лидерству (на 1,5 стана).

Степень реализации творческого потенциала в настоящий момент в обеих группах существенно не отличалась (50%). Однако учителя с умеренной самооценкой весьма критично оценивали возможность прироста реализации творческого потенциала в сложившихся условиях (лишь на 8%), тогда как у учителей с высокой самооценкой он достигал 27%.

Сравнивая усредненные личностные характеристики двух группировок учителей можно предположить, что те из них, кто более скромно оценивает свой творческий потенциал, обладают более адекватной самооценкой, другие – завышенной.

Это предположение отчасти подтверждено данными анализа второй пары групп, разделенных по критерию величины ожидаемого уровня реализации творческого потенциала. В первой группе она оказалась незначительной +5%, во второй +37%. В то же время, в этой группировке учителей не выявлено существенных различий по уровню самооценки своих творческих способностей.

Представители обеих групп практически не различались по выраженности фактора G (ответственность), однако у учителей второй группы престижность была несколько выше, хотя и не превышала уровень выраженности чувства долга и ответственности. Учителя, дающие более уверенный прогноз, были более оптимистичны (+F) и смелы в общении (+H), соответственно на 1,6 и 1,8 стана; более экстравертированными и зависимыми от группы (-Q<sub>2</sub>) на 1,7 и 1,8 стана.

Из этих данных видно, что прогнозирование успешной реализации творческого потенциала учителей в большей степени, чем самооценка своих творческих потенций, зависит от психодинамических черт эмоциональности, обеспечивающих оптимистическую оценку перспектив.

Проведенное исследование дает основание для следующих суждений. В структуре личности учителя, проявляющего творческие способности, имеется комплекс личностных качеств, способствующих творческой активности. К ним следует отнести нравственно-психологические особенности (факторы +G, -Z, взятые в своей соотнесенности), ряд свойств эмоциональности, характеризующих модальность эмоций и их психодинамику (+A, +I, +O), группу коммуникативных особенностей, непосредственно связанных с особенностями эмоций (E, Q<sub>2</sub>, F, F<sub>1</sub>). Они имеют неоднозначное значение, но должны учитываться при формировании индивидуального стиля деятельности.

У учительства, представленного, в основном, женским контингентом, имеется ряд специфических особенностей личности, которые могут снижать эффективность творческой деятельности. К ним относятся – эмоциональная неустойчивость, напряженность, сниженный уровень волевого самоконтроля. Их коррекция и компенсация должны быть предметом особой заботы.

Существенное значение для творческой активности имеет адекватная самооценка учителями своего творческого потенциала и тесно связанная с содержанием нравственной сферы личности. Оптимистическая оценка дальнейшей реализации своих творческих возможностей учителем зависит также и от ряда психодинамических особенностей эмоциональной сферы личности, обеспечивающих уверенность в успехе. Повышенная

тревожность учителя наряду с позитивным влиянием, может затруднять формулировку уверенных прогнозов и должна умело корректироваться за счет повышения уровня произвольности управления творческой деятельностью.

Важным личностным образованием для проявления творческой активности является самооценка. Адекватность (прежде всего незавышенность) самооценки существенно зависит от выраженности и соотношения мотивационных тенденций долга и престижности. При преобладании престижных тенденций над чувством долга и ответственностью, проявляется склонность переоценивать свои творческие потенции, что в определенной мере влияет и на критичность оценки перспектив реализации творческого потенциала. Однако, в наибольшей степени эта прогностическая оценка зависит от таких психодинамических особенностей эмоциональной и коммуникативной сфер личности учителя как социальная смелость (+Н), групповая зависимость (-Q<sub>2</sub>). Эти качества обеспечивают более оптимистическую оценку творческих перспектив.

Рассмотренные материалы дают основание надеяться на плодотворность дальнейших исследований в избранном направлении и на возможность разработки практических рекомендаций по совершенствованию личностного развития учителя в процессе его профессиональной подготовки.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРИ

1. Асмолов А.Г. Психология личности. М., 1990
2. Богоявленская Б.Д. Пути к творчеству. М., 1981
3. Пономарев Н.А. Психология творческого мышления. М., 1960
4. Тихомиров О.К. Структура мыслительной деятельности человека. М., 1969
5. Шакуров Р.Х. Творческий рост педагога. М., 1985

## ОРИГИНАЛЬНЫЕ ПОДХОДЫ К ВОССТАНОВЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ У ЛИЦ С АДДИКТИВНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ НА ОСНОВЕ НОВЫХ ЗНАНИЙ О ФИЗИЧЕСКИХ РЕАЛИЯХ МИРА

<sup>1</sup>Воробьева Т. М., <sup>2</sup>Сторчак Е. О.

<sup>1</sup>Государственное учреждение «Институт неврологии, психиатрии и наркологии АМН  
Украины»

<sup>2</sup>Харьковский национальный медицинский университет,  
Харьков Украина

На основании анализа литературы, посвященной проблеме Физического Вакуума и явлений психофизики с позиций знаний реалий мира на основе слияния религии и науки, изложены оригинальные подходы к восстановлению здоровья на примере подавления наркотической зависимости, что доказано нами в эксперименте и клинике.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** оригинальные подходы, здоровье, аддиктивное поведение.

На підставі аналізу літератури, присвяченій проблемі фізичного вакууму і явищ психофизики з позицій знань реалій миру на основі злиття релігії і науки, висловлені оригінальні підходи до відновлення здоров'я на прикладі зниження наркотичної залежності, що доведено нами в експерименті і клініці.

**КЛЮЧОВІ СЛОВА:** оригінальні підходи, здоров'я, аддиктивна поведінка.

ORIGINAL APPROACHES TO THE HEALTH REHABILITATION IN PERSONS WITH  
ADDICTIVE BEHAVIOR ON THE BASE OF THE NEW KNOWLEDGE ABOUT  
PHYSICAL REALS OF THE WORLD

VOROBJOVA T. M., STORCHAK E. O.

The paper focuses on non-standard approaches to health recovery on the basis of literature analysis devoted to the problem of Physical vacuum and psycho-physical phenomena and our knowledge of the world realities, presenting the result of the merging of science and religion, while using the addiction suppression as an example. The results of the work were proved both experimentally and clinically.

**Key words:** original approaches, health, addictive behaviour.

В современном естествознании и современном социуме назрела необходимость выработки новых гипотез и концепций, пригодных для осмысления новых фактов о природе человека, проявлений его физиологических и высших психических функций – мышления, интеллекта, сознания. При этом было бы неправильно оставить без внимания теоретические решения, нередко выглядящие почти фантастическими, так как на пути доказательной медицины описание казусов – первый и важный шаг в понимании здоровья, в том числе психического, роли геоэкологических и космофизических закономерностей значения духовного пространства как вне-, так и в развитии психических функций человека.

Именно с этих позиций могут быть осмыслены загадочные психофизические явления. Еще Лаплас, а затем Ньютон в понимании мира подчеркивали, что они не нуждаются в гипотезе о Боге. Эти взгляды обрели огромную популярность среди истинных ученых. Этот прогресс мысли был обусловлен раскрепощением сознания, именно Христианство пробудило внутреннюю активность человека и Христос призвал своих последователей быть его энергетическими помощниками. Человек стал хозяином своей судьбы – вечной, он мог войти в Царство Небесное и осуществить «великий переход в тонкий мир» [9]. На нашей планете появился феномен – устремление души и

колоссальная сила воли. И началось горение, необходимое для науки. Вера открывает человеку возможность молитвенного соединения с Богом – это и есть постижение истины в ее онтологической (сущностной) форме. Однако такой импульс веры поглощался сопротивлением греховности человеческой природы. Образ Бога в людских душах стал терять его осознание. Однако жажда познания осталась в человеке, и лучшие из лучших обратились к осмыслению «универсалии» [10] – общих понятий непосредственно с категорией Бога. Высшей формой стало познание проекции Бога на материальную основу вечности. Квантовая теория установила, что без признания находящейся бок о бок с видимой реальностью реалии невидимой невозможно построить науку о скрытых параметрах. Эта духовная составляющая бытия, как выясняется, населена теми самыми существами, о которых говорится в Священном Писании. Подсчитано, что мировые константы образуют единый набор, при котором могут существовать полимерные молекулы – основы живых клеток. Отсюда очевидно, что еще до сотворения Вселенной имелась категория цели, определившая калибровку констант. Но цель может ставить только личность, создавая материальный мир, – это Бог. Творению предшествовало невещественное слово, проекциями которого на материальную основу служат полимеры ДНК. Теперь проблему психофизических феноменов можно считать твердо установленным фактом – это не есть резервные возможности мозга, это источник уникальной информации об устройстве мира в целом, а сознание и материя на глубоком онтологическом уровне образуют единство. Известно, что структура мира состоит из четырех уровней реальности: твердые тела, жидкости, газы, поля и элементарные частицы, – грубый реальный мир. Но новая теория физики, сформированная Э. Картаном и А. Эйнштейном, явилась основой представлений [12] еще о трех уровнях тонкого мира: физический вакуум, торсионные поля и седьмой уровень – Абсолютное Ничто – верховная сила, порождающая планы вакуума. Абсолютное Ничто творит не материю, а планы, замыслы – только они рождают материю из Вакуума. Что же такое Ничто? Оно описано специфическим термином «Сверхразум», является не мифическим, а исключительно физическим; синоним ему в религии – Бог, Он реально существует. В результате работы Российского Центра Физики Вакуума [1, 2, 13] можно говорить, что структура тонкого мира имеет уровни – первичный (создание торсионных полей) и вторичный (план построения грубой материи под воздействием торсионных полей). Поль Дирак обосновал рождение в вакууме электронов и позитронов. Эти частицы бесконечно рождаются, уничтожаются, воздействуют на виртуальные частицы. Современное ощущение вакуума – система, не содержащая реальных частиц, мы воспринимаем ее как пустоту. Физический Вакуум – динамическая система, не имеющая материи, обладающая информацией (она носитель информации – если нет материи, только есть информационные матрицы). Возбуждение первичного вакуума порождает торсионные поля, представляющие пространственно-временные вихри правого и левого вращения, не передающего энергию, но переносящего информацию о всех событиях прошлого, будущего, настоящего; они переносят торсионную информацию – происходит ее мгновенная передача на любые расстояния, например, телекинезы и др. [11]. Тонкий мир человека – тонкий мир Духа. Откуда же сознание извлекает огромные объемы информации? Характерно, что не из точных наук, а посредством интуиции – парадокса предвидения. Можно говорить о мировом информационном банке. Но здесь разумно выделить взаимодействие торсионных полей с нейронной сетью мозга как способ общения индивидуального сознания с космическим банком информации [7], и тогда можно считать, что законы Природы не случайны и задуманы по некоему Гениальному плану. Физический Вакуум и пространство вокруг мозга – своеобразный биокомпьютер. Поскольку торсионные поля генетически связаны со спиновыми степенями свободы, то возникает механизм биологического действия торсионных полей, опосредованных спинами молекул мозга, и эти торсионные поля могут индуцировать некие образы сознания. В клетках мозга возможно воздействие на них внешних торсионных полей,

тогда в его клетках формируются спиновые структуры, которые вызовут в сознании соответствующие образы и ощущения. Экспериментальные исследования торсионных полей указывают на их глубокую связь со спиновыми полями. Бриджман установил, что торсионные поля могут порождаться не собственным моментом вращения элементарных частиц, которые называют СПИН, но и самогенерироваться. Любое слово, мнение, написанное слово, мысль, излучаемая нами в пространство, нарушает однородность Физического Вакуума, он реагирует на это созданием торсионного поля. Если учесть явление СКВИД-эффекта высокочастотных полей вокруг тела человека и мозга, то возможен «прокол» Физического Вакуума, и индивидуальное сознание с Физическим Вакуумом могут работать как единое информационное поле. Однако в рассмотрении концепции торсионного поля как носителя информации со сверхсветовой скоростью сознание становится частью Вселенной. Все сказанное изложено в общей форме. Однако исследования весьма перспективны и здесь важное значение имеет представление [3] о Зазеркалье и бессмертии души и Венника о бессмертии духа, обнаружившего поляры (торсионные поля) с помощью приборов даже на фотографиях, памятниках ушедших в Физический Вакуум. На основе изложенного объяснимы феномены Святой Воды, Крещения, когда информация Вакуума тесно взаимодействует с торсионными полями СПИНОВ человеческого сознания, хранит в Вечной Памяти новую информацию об объекте. Мировой Океан может отражать эту информацию.

С позиций этих знаний о реальности мира может ставиться (и она уже реализуется) проблема управления здоровьем человека. Согласно теории О. И. Эпштейна, здоровье и его коррекция основаны на информационном принципе, передаче сигналов, включающих память о том, как должна работать целостная система животного организма, его отдельные функциональные системы, клетки, эндогенные регуляторы, чтобы «...восстановить функциональный контур информационно-онтологических механизмов адаптации – памяти...» [6]. Таким уникальным свойством информационных механизмов обладает вода, имеющая колоссальную информационную емкость – память. Она, будучи жидким кристаллом, обладает уникальным свойством заряжаться от самых ничтожно малых информационных воздействий фактически в исчезающих молекулярных дозах и хранить память о них чрезвычайно долго (вечно). Надо сказать, что более 50 диссертаций были посвящены этому удивительному веществу, однако она по-прежнему остается тайной, как и таинство освящения воды.

Сейчас уже ни у кого из мыслящих исследователей не вызывает сомнения существование такого явления как гомеопатия. Ее родоначальником был Ганеман. Суть метода гомеопатии «гениально» проста – особым способом приготавливается лечебное вещество, где основным условием должно быть разведение его в исчезающей дозе в растворителе на фоне встряхивания. Таким универсальным растворителем является вода. В наше время гомеопатия как наука развивается во многих странах мира: Германии, Франции, России, Украине... В течение 10 лет наша лаборатория нейрофизиологии и иммунологии работает с НПФ «Материя Медика». Нами совместно получены убедительные данные исследований потенцированных форм препаратов, применяемых в наркологии [4, 5, 8]. Эти результаты освещены в журналах РАМН «Бюллетень экспериментальной биологии и медицины», опубликованы в материалах конференции «Человек и лекарство», получены патенты. К их числу относят АНТИ-S, ПРОПРОТЕН-100, АНАР, которые в информационных «дозах» оказывают положительные результаты – купирование алкогольной и морфинной абстиненции, улучшение памяти, повышение иммунного ответа, эмоционального гомеостаза без наращивания дозы.

Факты, полученные нами, говорят о сложных явлениях реалити мира и в будущем непременно о слиянии науки и религии и понимании многих явлений органического и неорганического мира.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Акимов А. Е. Пятое фундаментальное взаимодействие // Термистр. – 1994. – № 2-3. – С.21-23.

2. Акимов А. Е. Что нас ждет в торсионном поле // Человек. – 1994. – № 5. – С.39-46.
3. Бехтерева Н. П. Сквозь тернии к звездам. – Москва, 1966. – 173 с.
4. Воробьева Т. М., Берченко О. Г., Гейко В. В., Колядко С. П., Бевзюк Д. А., Пан И. Р., Эпштейн О. И. Потенцированные антитела к морфину: влияние на поведенческие реакции у крыс с морфинной зависимостью // Бюллетень экспериментальной биологии и медицины. – 2002. – Приложение 4. – С.38-39.
5. Гейко В. В., Воробьева Т. М., Берченко О. Г., Эпштейн О. И. Потенцированные антитела к опиатным  $\mu$ -рецепторам: влияние на интегративную деятельность мозга // Бюллетень экспериментальной биологии и медицины. – 2002. – Приложение 4. – С.36-37.
6. Информационно-онтологические модели адаптации / Под общ. ред. О. И. Эпштейна. – М.: ИМПЭ, 1997. – 166 с.
7. Пьер Гейяр де Шарден. Феномен человека: преджизнь, жизнь, мысль, сверхжизнь. – Москва: «Наука», 1987. – 239 с.
8. Титкова А. М., Эпштейн О. И. Влияние препаратов потенцированного этанола на содержание биогенных моноаминов и метаболизм этанола в тканях крыс в условиях алкоголизации // Бюллетень экспериментальной биологии и медицины. – 2002. – Приложение 4. – С.40-42.
9. Тихоплав В. Ю., Тихоплав Т. С. Великий переход. – С.-Петербург: «Весь», 2002. – 256 с.
10. Тросников В. Конец науки – начало познания. – Москва, 1993. – С.135-142.
11. Шипов Г. И. Об использовании вакуумных полей кручения для перемещения механической системы. – М., 1991. – 50 с.
12. Шипов Г. И. Теория физического вакуума. – М., 1993. – 362 с.
13. Шипов Г. И. Явления психофизики и теория физического вакуума // Сознание и физический мир. – М., 1995. – Вып.1. – С.86-103.



## ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИЙ КОНТЕКСТ ПЕДАГОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ПІДЛІТКІВ З ПРОЯВАМИ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ

Єфімова В.М.

*Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова  
Київ, Україна*

Виявлений зв'язок агресивної поведінки молодших підлітків з психофізіологічними ресурсами організму у яких визначають успішність навчання та психосоматичного розвитку учнів. Наведені основні напрями педагогічного супроводу молодших підлітків з проявами агресивної поведінки. Ґрунтується здоров'я зберігаючий контекст педагогічного супроводу підлітків з проявами агресивної поведінки.

**КЛЮЧОВІ СЛОВА:** агресивна поведінка, молодші підлітки, психосоматичний розвиток, здоров'я збереження.

Выявлена связь агрессивного поведения младших подростков с психофизиологическими ресурсами организма, определяющими успешность обучения и психосоматического развития учащихся. Описаны основные направления педагогического сопровождения младших подростков с проявлениями агрессивного поведения. Обосновывается здоровьесберегающий контекст педагогического сопровождения подростков с проявлениями агрессивного поведения.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** агрессивное поведение, младшие подростки, психосоматическое развитие, здоровьесберегающий контекст.

The correlation between aggressiveness and psychosomatic resources of the organism, defined the level of leaning success and psychosomatic development of the pupils.

The main direction of the pedagogical accompaniment of the teenagers with aggressive behavior has been described.

The health care in the pedagogical accompaniment of the teenagers with aggressiveness.

**KEY WORDS:** behavior, psychosomatic development, health care, aggressiveness.

Розвиток здоров'язберігаючої педагогіки в наш час пов'язують, переважно, із застосуванням різних технологій для збереження і зміцнення здоров'я учасників освітнього процесу [2, 5, 6]. Проте здоров'я, як універсальний феномен, включає соціальні, психічні і фізичні конструкти, вплив яких відбивається на цілісному розвитку особи та її благополуччі. Індивідуальні фізіологічні процеси знаходяться в тісному взаємозв'язку з психічними і соціальними процесами – способом життя людини, поведінкою, рівнем медичного обслуговування, екологічною ситуацією, рівнем життя та ін.

В умовах численних інновацій у сфері збереження здоров'я принципово важливою стає об'єктивна наукова оцінка їх ефективності, моніторинг рівня здоров'я і адаптаційних ресурсів організму дитини. Базовим інструментом для такої оцінки можуть бути психофізіологічні методи дослідження, прийняті у віковій фізіології та шкільній гігієні. Традиційні методи дослідження в гуманітарних науках і медицині не завжди можуть адекватно застосовуватися для оцінки показників здоров'я учнів, тоді як психофізіологічні методи дозволяють кількісно і якісно оцінити зміни психоемоційних і фізіологічних характеристик організму, враховувати їхню динаміку

під впливом соціальних чинників і т.п. На думку ряду дослідників саме психофізіологічні методи дозволяють оцінити ефективність здоров'язберігаючих педагогічних технологій, ресурси здоров'я, сукупний вплив різних психосоціальних дій [3, 6].

Численні дослідження проблеми збереження здоров'я учнів в умовах інтенсифікації навчання, декларуючи диференційований підхід до окремих груп дітей, достатньо рідко розглядають це питання в контексті копінг-стратегій та їх зв'язку з психофізіологічними особливостями підлітків. Відомо, що емоційні і мотиваційні компоненти регулювання поведінки в значній мірі обумовлюють психосоматичний статус, особливості перебігу соціальної адаптації, впливають на формування самоохоронної поведінки учнів. Оскільки в навчальних закладах має місце збільшення кількості учнів, чия поведінка може бути охарактеризована як агресивна, досить актуальним є вивчення їхніх психофізіологічних особливостей і розробка загальних підходів до педагогічного супроводу.

**Мета роботи:** виявити зв'язок агресивної поведінки молодших підлітків з психофізіологічними ресурсами організму, які впливають на особливості навчання і психосоматичного розвитку учнів.

Підлітковий вік – один з найбільш складних періодів розвитку людини. Не зважаючи на відносну короткочасність, він практично багато в чому визначає все наступне життя індивіду. Саме у підлітковому віці переважно відбувається формування характеру і інших базових складових особливості [13, 17]. Як біологічні, так і соціальні обставини – перехід від опікуваного дорослими дитинства до самостійності, включення, окрім звичного шкільного навчання в інші види соціальної діяльності, гормональна перебудова організму – роблять підлітка особливо уразливим до впливів середовища, знижують адаптаційний потенціал організму [7, 14].

У дослідженнях останніх років відзначається погіршення функціонального стану учнів в процесі адаптації до навчальної діяльності, особливо виражене у підлітків, які навчаються в інноваційних освітніх закладах, спеціалізованих школах, гімназіях, ліцеях [2, 6]. Інтенсифікація навчального процесу, високі психо - емоційні навантаження пред'являє додаткові вимоги до адаптаційних ресурсів організму підлітків [6, 7]. Як наслідок соціальної дезадаптації, розвиваються порушення фізичного і психічного здоров'я, формуються неадекватні поведінкові стратегії, знижуються когнітивні і креативні здібності учня [1, 7, 15]. Крім того, без педагогічної корекції неадекватні поведінкові стратегії в підлітковому віці можуть надалі трансформуватися в асоціальну поведінку [4]. Агресивна поведінка підлітків розглядається переважно в психолого-соціальному контексті, при цьому практично не зачіпаються здоров'язберегаючі аспекти організації навчання і виховання молодших підлітків, які проявляють поведінкову агресію [7, 8].

Експериментальна частина даної роботи проводилася на базі ряду шкіл міста Сімферополя в 2006-2007 навчальному році із застосуванням наступних методик дослідження:

- педагогічні методи: експертні оцінки педагогів, анкетування батьків, педагогів, учнів;
- психологічні методи: кольоровий тест Люшера, тести «Неіснуюча тварина», «САН»; Філіпса та ін.;
- психофізіологічні і фізіологічні методи: тест Руф'є; вегетативний індекс Кердо; визначення розумової працездатності за коректурними літерними пробами; ЧСС, ХОК, УОК та ін.

В експерименті взяли участь учні 5-6 класів - 69 хлопчиків 10-13 років. До дослідження залучали практично здорових підлітків, без хронічних захворювань, з достатньо однорідними показниками зросту, ваги, самопочуття, активності, настрою. Серед обстежених підлітків у 32% хлопчиків виявили ознаки агресивної поведінки, з них сформувавши експериментальну групу. До контрольної групи увійшли підлітки без очевидних проявів агресивної поведінки.

У підлітків експериментальної і контрольної груп досліджували фізіологічні показники серцево-судинної системи, оцінювали розумову працездатність за допомогою коректурних проб і рівень активності, працездатності, тривожності по тесту Люшера (табл.1).

**Показники вегетативного індексу Кердо (ВІК)** підлітків з проявами агресивної поведінки достовірно вище, ніж у підлітків з нормальним рівнем агресивності (таблиця 1). Позитивні значення ВІК в обох досліджуваних групах підлітків свідчать про зрушення рівноваги в симпатичний бік і посилення процесу катаболізму, характерного не тільки для напруженого функціонування організму, але і для напруги механізмів адаптації в цілому. У підлітків з проявами агресивної поведінки вплив симпатичної нервової системи на серцево – судинну систему виражено більшою мірою, ніж у підлітків з адекватними проявами агресивної поведінки. Висока реактивність симпатичної нервової системи у підлітків з проявами агресивної поведінки сприяє зниженню адаптаційних можливостей організму, може формувати психосоматичну схильність до захворювань, виснаження функціональних ресурсів [2, 17].

**Таблиця 1.** Психофізіологічні показники підлітків з проявами агресивної поведінки ( $M \pm \sigma m$ )

Показники	Контрольна група	Експериментальна група
Вегетативний індекс Кердо	18,54±1,07	38,24±1,36*
Індекс Руф'є	9,24±1,02	13,18±0,94*
Ударний об'єм крові (мл)	46,71±1,86	56,69±1,63*
Хвилинний об'єм крові (л/хв)	3,94±0,14	5,31±0,15*
Показник тривожності	8,06±2,84	32,60±6,89*
Коефіцієнт точності	0,831±0,035	0,732±0,032*
Коефіцієнт розумової продуктивності	712,95±48,83	518,99±40,32*

*Примітки:* \* - різниця показників контрольної і експериментальної груп підлітків достовірна при  $P \leq 0,05$ .

Таким чином, підлітки з проявами агресивної поведінки відрізняються більш вищою вірогідністю розвитку функціональних розладів ряду систем життєзабезпечення, що є наслідком неузгодженої дії регулюючих вегетативних центрів.

**Показники перенесення динамічного навантаження** оцінювали за величиною індексу Руф'є. Традиційно тест Руф'є застосовується для аналізу стану серцево-судинної системи при спортивних тренуваннях, проте показники індексу Руф'є дозволяють провести інтегральну оцінку загальних ресурсів основних систем життєзабезпечення. Якісна оцінка показників проводилася за нижченаведеною шкалою. При показниках індексу Руф'є менше 0 пристосовність до навантажень відмінна; при показнику менше  $3^x$  - висока; від  $3^x$  до  $5^{th}$  - добра; від  $6^{th}$  до  $10^{th}$  - задовільна; від  $11^{th}$  до  $15^{th}$  - слабка; при показнику більше  $15^{th}$  - незадовільна.

Зростання індексу Руф'є є не лише показником толерантності до фізичного динамічного навантаження, але і ознакою перевтоми, зниження функціональних ресурсів, перетренованості підлітка.

Показники індексу Руф'є для підлітків з проявами агресивної поведінки наведені в таблиці 1. Величина індексу Руф'є підлітків з проявами агресивної поведінки свідчить про низький рівень перенесення ними динамічного навантаження малої потужності, про знижений адаптаційний потенціал серцево-судинної системи, тобто у підлітків з проявами агресивної поведінки вегетативна нервова система не забезпечує оптимальної роботи серцево - судинної системи при виконанні фізичного навантаження.

З літературних джерел відомо, що максимальні абсолютні значення проби Руф'є характерні для гіперсимпатикотонічної вегетативної реактивності [9]. Результати наших досліджень підтверджують ці дані: підлітки з ознаками агресивної поведінки мають більш високі значення коефіцієнта витривалості і підвищену симпатикотонію в порівнянні з підлітками контрольної групи.

Для визначення специфіки функціональних змін у серцево-судинній системі підлітків з проявами агресивної поведінки були розраховані ударний об'єм крові і хвилинний об'єм крові (таблиця 1).

**Показник ударного об'єму крові (УОК)** у підлітків з проявами агресивної поведінки значно перевищує норму для цієї вікової групи (42,0 мл) [14]. Підвищення скорочення серця у зв'язку з активацією симпатичного відділу вегетативної системи, і як наслідок, збільшення УОК у спокої у підлітків з проявами агресивної поведінки може свідчити про вегетативні розлади [9].

**Показник хвилинного об'єму крові (ХОК)** здорового хлопчика даного віку складає 2,4 л/хв. Показники ХОК як в контрольній, так і в експериментальній групі перевищують дану величину, а в групі підлітків з проявами агресивної поведінки майже в двічі. Відомо, що специфічна реактивність показників серцевого ритму при значному навчальному навантаженні може привести до стійкого розвитку втоми, зниження резервів і адаптаційних можливостей організму дитини [3, 15].

Таким чином, для підлітків з проявами агресивної поведінки характерні підвищені значення показників УОК і ХОК у спокої, що може свідчити про неадекватну вегетативну регуляцію.

**Показник тривожності** у підлітків з проявами агресивної поведінки майже в чотири рази вищий, ніж у підлітків без проявів агресивної поведінки (див.табл. 1).

З літературних джерел відомо, що підлітки з вираженою схильністю до тривожних реакцій мають найбільший рівень симпатичних впливів на серцевий ритм, успішність їх навчання знижена [16].

Прояви агресивної поведінки та підвищені показники тривожності є частими симптомами неврозів і функціонального психозу, а також входять у синдромологію інших захворювань або є пусковим механізмом розладу емоційної сфери особи [15, 17].

**Показники коефіцієнтів точності і розумової продуктивності**, оцінені за коректурною пробою, у підлітків з проявами агресивної поведінки, нижчі, ніж у підлітків без проявів агресивної поведінки (див. табл. 1).

Відомо, що порушення уваги може сприяти виникненню агресивної поведінки, зміні симпатoadреналової реактивності в стресових ситуаціях, що, у свою чергу, може служити сприятливим ґрунтом для виникнення ряду психічних захворювань (неврозів, психопатій), шкільної і соціальної дезадаптації, асоціальних вчинків і правопорушень.

Таким чином, одержані експериментальні дані, які свідчать про те, що показники ВІК, тесту Руф'є, ХОК, УОК, розумової працездатності і тривожності підлітків з проявами агресивної поведінки достовірно відрізняються від параметрів, нормальних для даної вікової групи.

У зв'язку з цим необхідно розглядати підлітків, які проявляють в своїй поведінці агресивність, як групу ризику в контексті порушень адаптаційного ресурсу, процесів регуляції функцій, виникнення різних психосоматичних захворювань. Особливості психо-вегетативної організації підлітків з проявами агресивної поведінки мають вплив на характер пристосовних змін в процесі навчальної діяльності. У підлітків з проявами агресивної поведінки адаптація до навчання характеризується несприятливими показниками функціонального стану: підвищеною напруженістю систем регуляції, вегетативними розладами. Для підлітків з проявами агресивної поведінки більшою мірою характерна симпатикотонія, зниження переносимості динамічного навантаження малої потужності, підвищені значення показників УОК і ХОК у спокої. У підлітків з проявами агресивної поведінки виявлені ознаки порушення психічного благополуччя: рівень тривожності вищий в чотири рази у підлітків, які проявляють у своїй поведінці агресивність, спостерігається виражене зниження концентрації уваги.

Таким чином, оцінка динаміки різних показників, що характеризують функціональний стан організму, а також вивчення зміни структури зв'язків між ними показує, що процес адаптації організму молодших підлітків до дії комплексу чинників, пов'язаних з навчанням, має специфічні особливості. Нормальні фізіологічні реакції вегетативної нервової системи, виступаючі в ролі вегетативного забезпечення діяльності і емоцій, у підлітків з проявами агресивної поведінки трансформуються у вегетативні порушення. Результати цього дослідження дозволили виявити у підлітків з проявами агресивної поведінки відмінності в характері реагування на дію чинників, пов'язаних з навчальною діяльністю, залежно від особливостей їх психо-вегетативної організації. Вивчення стану систем вегетативної регуляції в комплексі з психологічними особливостями засобами дає підстави щодо диференційованого підходу до розробки і здійснення заходів профілактики і корекції дизадаптивних порушень. Це є важливою умовою збереження здоров'я у підлітків в процесі навчання в школі, особливо в умовах, що пред'являють підвищені вимоги до адаптаційних і регуляторних механізмів організму дитини.

Організація навчального процесу з позицій збереження здоров'я учнів повинна враховувати особливості поведінкових реакцій підлітків, які є маркерами процесів соціальної адаптації. Як відзначає Н.М.Павлова, емоційне неблагополуччя дитини ускладнює його життєдіяльність, взаємодію з навколишнім світом [12]. З погляду збереження здоров'я в умовах освітньої установи для підлітків з проявами агресивної поведінки важливим навиком щодо збереження здоров'я стає емоційна компетентність. Емоційна компетентність визначає здатність особи здійснювати оптимальну координацію між емоціями і цілеспрямованою поведінкою, засновану на адекватній інтегральній оцінці людиною своєї взаємодії з середовищем. Адекватність

означає врахування зовнішніх (стимул і обстановка) і внутрішніх (стан організму і минулий досвід) чинників, що в даній ситуації впливають на індивідуума.

Емоційна компетентність розвивається в результаті розв'язання внутріособистісних конфліктів на основі корекції закріплених в онтогенезі негативних емоційних реакцій (соромливості, депресії, агресивності) і супутніх їм станів, що перешкоджають успішній адаптації індивідуума. При цьому саморегуляція особи здійснюється не за рахунок придушення негативних емоцій, а за рахунок використання їх енергії для організації цілеспрямованої поведінки.

За останні роки значно поширилась чисельність молодших підлітків з проявами агресивної поведінки [9]. На наш погляд, в умовах соціально-економічної кризи підлітки виявляються самими соціально нестійкими, етично непередбаченими і незахищеними. Не маючи достатнього життєвого досвіду, моральних переконань, не уміючи відрізнити дійсні життєві цінності від уявних, штучних, підлітки закріплюють в своїй свідомості і поведінці негативні стереотипи (агресивність, насильство, нетерпимість, жорстокість). У деформованому соціумі такі поведінкові стратегії сприймаються як схвалювані, нібито сприяючі життєвому успіху. Проте, як показують результати цього дослідження, наслідками агресивної поведінки молодших підлітків стає зниження адаптаційного потенціалу, порушення процесів регуляції основних систем життєзабезпечення, потенційна загроза для здоров'я.

Саме взаємозв'язок і взаємозалежність емоційно-мотиваційної сфери систем регулювання визначає необхідність моніторингу і корекції психологічних і вегетативних реакцій агресивних підлітків, формування емоційної компетентності [5, 10]. Виховання стилю реагування, адекватного подразненню, конкретній стресовій ситуації, формування соціально-прийнятних копинг-стратегій забезпечує не лише соціальну адаптацію учнів, але й позитивно впливає на фізичний і психічний стан дитини. Стилi реагування є проміжною ланкою між стресовими подіями, які трапилися, і їхніми наслідками у вигляді, наприклад, тривожності, психологічного дискомфорту, соматичних розладів, або ж характерних для самоволодіючого стилю поведінки душевного підйому і радощів від успішного рішення проблеми [12]. Одержані експериментальні дані дозволяють пропонувати введення відповідних матеріалів з педагогічного супроводу молодших школярів із проявами агресивної поведінки в зміст професійної підготовки майбутнього вчителя у сфері збереження здоров'я.

Таким чином, педагогічний супровід при навчанні молодших підлітків з проявами агресивної поведінки має бути націлений на формування позитивного емоційного середовища, культури здоров'я і емоційної компетентності учнів, толерантного ставлення до інших, розвиток ефективних комунікативних навичок, сприяти створенню поведінкових стереотипів, які забезпечують адекватну соціалізацію. Організація соціально-педагогічного супроводу підлітків з проявами агресивної поведінки сприятиме не лише поліпшенню соціальної ситуації в навчальному закладі, але й позитивно впливатиме на психічне й фізичне здоров'я, інтелектуальний та емоційний розвиток учнів.

#### СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Абрамов В.А., Бурцев А.К., Вольфогель А.Л. и др. Некоторые клинико-психологические особенности детей и подростков с агрессивным поведением // Медицинские исследования. - 2001. - Т. 1. - Вып. 1. - С. 40-41.
2. Антропова М.В., Манке Г.Г., Бородкина Г.В. Факторы риска и состояние здоровья учащихся. // Здравоохранение Российской Федерации. – 1997. - № 3. – С. 29-33.
3. Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека.- Л.: Наука, 1988. - 270 с.
4. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия, контроль. – СПб: Прайм-Еврознак, 2001.-

512 с.

5. Богомолова Л.В. Педагогическое сопровождение здоровьесохраняющих процессов в дошкольном и общеобразовательном учреждениях: Автореф. дисс... докт. пед. наук. – М., 2006. – 30с.
6. Вирабова А.Р. Гигиенические принципы личностно-ориентированного обучения детей и подростков: концепция, структура, здоровьесберегающие педагогические технологии, ресурсы: Автореф. дис. ... докт. мед. наук. – Москва, 2006. – 48 с.
7. Дубинко Н.А. Влияние когнитивных процессов на проявление агрессивности в детском возрасте // Вопросы психологии. – 2000. - №1. - С.53-58.
8. Еникополов С.Е., Садовская А.В. Враждебность и проблема здоровья человека // Журнал неврологии и психиатрии. - 2000. - №7. - С. 59-62.
9. Ефимова В.М., Ванеева И.О. Психофизиологические аспекты педагогического сопровождения подростков с проявлениями агрессивного поведения // Инновационные технологии в образовании / Мат. IV Междунар. научно-практич. конференции. – Симферополь: 2007. – с.225-230.
10. Крайг Г. Психология развития. - 7-е изд. - СПб: Питер, 2000.- 988 с.
11. Ольшанская Е.В. Подростковая агрессия как фактор социальной адаптации: Автореф. дисс... канд. психол. наук. - М., 2000. - 24с.
12. Павлова Н.Н. Педагогические условия коррекции агрессивного поведения детей: Автореф. дис... канд. пед. наук. - Якутск, 2001. - 18 с.
13. Реан А.А. К проблеме социальной адаптации личности // Вестник СПбГУ. - 1995. -Сер.6. - Вып.3.- №20.- с. 74-79.
14. Сонькин В.Д. Особенности роста и физического развития ребенка в постнатальном онтогенезе // Физиология роста и развития детей и подростков (теоретические и клинические вопросы) / Под ред. А.А. Баранова, Л.А. Щеплягиной. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2000. – 185-222 с.
15. Тарасова О.Л. Особенности психофизиологической адаптации к учебной деятельности у подростков с различным типом вегетативной регуляции: Автореф. дис... канд. мед. наук. — Томск, 1998. — 16 с.
16. Усанова Е.П., Шарова Н.Н. Новые медико-педагогические технологии управления здоровьем школьника. // Физиология роста и развития детей и подростков (теоретические и клинические вопросы) / Под ред. А.А. Баранова, Л.А. Щеплягиной. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2000. – 576 с.
17. Шэффер Д. Дети и подростки: психология развития. – 6-е изд., СПб.: Питер, 2003. - 973 с.

## ПЕДАГОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ НАВЧАННЯ ШКОЛЯРІВ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕГАЮЧИМ МЕТОДИКАМ

**Кабацька О.В.**

*Харківський національний університет ім. В. Н. Каразіна, пл.Свободи, 4*

*Харківський обласний Палац дитячої та юнацької творчості, вул. Сумська, 37*

*Харків, Україна*

Розглянуто питання впровадження психолого-педагогічної роботи у Харківському обласному Палаці дитячої та юнацької творчості, спрямованої на психічне оздоровлення учнів.

**КЛЮЧОВІ СЛОВА:** валеологія, психолого-педагогічна робота, тренінги, психічне оздоровлення, учні.

Рассмотрен вопрос внедрения психолого-педагогической работы в Харьковском областном Дворце детского и юношеского творчества, направленной на психическое оздоровление учеников.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** валеология, психолого-педагогическая работа, тренинги, психическое оздоровление, ученики.

Introducing the experience of health work of the Kharkov Regional Palace of children and youth' activities in the lice with the intensive military and psychological-pedagogical training.

**KEY WORDS:** valeology, psychological-pedagogical work, trainings, psychological healthing, pupils.

У законі України «Про загальну середню освіту» записано, що одним із завдань загальної середньої освіти є виховання свідомого ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших громадян як найвищої соціальної цінності, формування гігієнічних навичок і засад здорового способу життя, збереження і зміцнення фізичного та психічного здоров'я учнів (вихованців).

В Україні спостерігається тенденція до збільшення проявів негативної поведінки серед дітей і молоді. За ряду несприятливих соціокультурних умов дитяче та підліткове середовище спрямоване на прилучення до нікотину, алкоголю, різноманітних наркотиків, на ранні сексуальні зв'язки, що різко погіршує стан фізичного і психічного здоров'я підлітків. Гостро стоїть проблема репродуктивного здоров'я, ранньої вагітності дівчат-підлітків.

Втрата здоров'я серед молоді створює проблему національної безпеки, стає загрозою самому існуванню держави.

Ряд прорахунків у реалізації Національних програм протидії наркоманії та боротьби із захворюванням на СНІД, а також боротьби зі злочинністю призвели до втрати довіри щодо державної політики в розв'язанні цих проблем, що в свою чергу, негативно вплинуло на загальну соціально-психологічну атмосферу в суспільстві. Відомчий підхід, спрямований переважно на боротьбу з наслідками негативних явищ, не просто виявився безперспективним, а й викликав розчарування, роздратованість, соціальну апатію серед молоді. На жаль, тактика залякування та моралізаторства й дотепер продовжує панувати в українському інформаційному й освітньому просторі.



Педагоги недостатньо володіють спеціальними методами роботи з формування знань, умінь і навичок із збереження і зміцнення здоров'я підлітків, мало використовують у цій роботі сучасні підходи. Профілактична діяльність державних освітніх закладів зорієнтована на передавання знань від дорослого до дитини з ігноруванням активної позиції самої дитини, її права на самовизначення щодо власного способу життя. А практика показує, що набуття і закріплення установок на здоровий спосіб життя і безпечну поведінку є значно ефективнішими в ході спілкування підлітків між собою.

Відповідно, просвітницька робота щодо здорового способу життя і безпечної поведінки розглядається в широкому і вузькому значенні. У широкому значенні - це просвітницька робота у всіх сферах життєдіяльності молоді. Здоровий спосіб життя розглядається як стан духовного, психічного, фізичного і соціального розвитку, що має безперечну соціальну цінність і користь для самої людини. У вузькому значенні - це просвітницька робота з певних проблем: наркоманії, ВІЛ/СНІДу, ХПСШ, навичок комунікації, розвитку особистості, формування лідерських якостей, знань прав і соціальних гарантій у збереженні здоров'я тощо.

Напрями впровадження просвітницької роботи щодо формування культури здоров'я молодого покоління:

- у процесі позакласної і позашкільної виховної роботи та в роботі з батьками;
- через навчальні та позашкільні заклади, соціальні служби, спеціальні заклади;
- через організацію превентивної роботи в навчальних і позашкільних закладах, вищих навчальних закладах, передусім педагогічного профілю, соціальних службах, молодіжних і громадських об'єднаннях;
- через діяльність учнівського самоврядування;
- через законодавчу політику в галузі освіти, охорони здоров'я, соціальної діяльності щодо превентивної роботи з молоддю.

Розглянемо питання впровадження психолого-педагогічного супроводу дитини, формування понять про фізичне, психічне, духовне та соціальне оздоровлення вихованців у позашкільних навчальних закладах.

Позашкільні навчальні заклади є невід'ємною частиною мікросередовища (соціуму), яке має сприяти реалізації індивідуальних потреб особистості, що розвивається, розкриттю її творчого потенціалу. Атмосфера свободи і можливості реалізації захоплень, вільний вибір занять, індивідуальне навчання, поступове просування від успіху до успіху, усвідомлення себе особистістю, рівною педагогові – все це стимулює самовиховання, підтримує стійкий інтерес, допомагає ще в ранньому віці визначити своє місце в житті і, безперечно, особливим чином впливає на самоорганізацію всього наступного життя молодій людині.

Вже 72 рік працюють з гуртківцями педагоги у Харківському обласному Палаці дитячої та юнацької творчості.

З метою реалізації основних завдань позашкільної освіти та виховання засобами валеології учнівської молоді, в 1997 р. у Харківському обласному Палаці дитячої та юнацької творчості (директор Макеєв Михайло Васильович) був створен відділ «Центр валеологічних знань» (ЦВЗ).

Очолила ЦВЗ доктор біологічних наук, професор, завідувач кафедри валеології та науково-дослідної валеологічної лабораторії Харківського національного університету ім. В. Н. Каразіна Марія Степанівна Гончаренко.

Таким чином, теоретична і практична значущість реалізації важливих завдань виховання здорового покоління, які стоять перед державою і закладами освіти України знайшли своє призначення у ЦВЗ.

Головна мета ЦВЗ полягає в реалізації державної політики в галузі всебічної наскрізної безперервної валеологічної освіти, що навчає дітей і молодь бути фізично, психічно і духовно здоровими. Основні цілі ЦВЗ спрямовані на дослідження,

впровадження та методичне забезпечення змісту, методів, технологій та засобів валеологічного навчання і виховання охорони репродуктивного здоров'я.

За роки свого існування Центр валеологічних знань приділяє велику увагу науково-методичній роботі з викладачами валеології, психологами, заступниками директорів з виховної роботи загальноосвітніх навчальних закладів, методистами та керівниками гуртків позашкільних закладів м. Харкова та області.

Разом з науково-дослідною валеологічною лабораторією ХНУ імені В. Н. Каразіна за 10 років було проведено майже 130 обласних семінарів, 3 Всеукраїнських, 6 Міжнародних конференцій. Були розроблені і надруковані методичні рекомендації, посібники, буклети, навчальні програми щодо формування ЗСЖ та використання їх в умовах сучасного позашкільного закладу. Опубліковані результати впровадження валеотехнологій оздоровлення гуртківців Палацу, приведені комплекси коригуючих засобів для дітей, які навчаються в різних гуртках, надруковані педагогічні технології в галузі культури здоров'я (близько 150 публікацій).

Досвід Харківського обласного Палацу дитячої та юнацької творчості показав ефективність валеологічного підходу до вирішення проблем збереження здоров'я дітей та учнівської молоді, формування здорового способу життя та культури здоров'я, запобіганню тютюнової, алкогольної та наркотичної залежності молоді, забезпеченню політичної стратегії держави у збереженні генофонду нації, українського народу в цілому. Також досвід оздоровчої роботи Палацу активно втілювався педагогами та психологом в роботу інших навчальних закладів м. Харкова. Сумісна робота педагогів та гуртківців на заняттях і є оздоровлення фізично, психічно, духовно та соціально. Кожна сумісна діяльність педагогів, дітей та їх батьків розвиває всебічно особистість молодого громадянина України. Яким би ні був напрямок занять вихованців, вони знаходять для себе самореалізацію своїх здібностей, розкривають різноманітні таланти, творчий потенціал, показують себе як з найбільш яскравого боку, стають справжніми «зірками». Однак ми знаємо, що для роботи з дітьми треба користуватися різними методиками в процесі навчання. Учні втомлюються від роботи. В нашому Палаці розроблена та втілюється на заняттях у гуртках програма «Валеологізації навчально-виховного процесу Харківського обласного Палацу дитячої та юнацької творчості». В неї входять тренінгові вправи для вдосконалення фізичного та психічного здоров'я вихованців. Постійно з гуртківцями проводить корекційно-оздоровчу роботу психолог (психолого-педагогічні тренінги, діагностики психічного здоров'я, лекції, бесіди та інше). Духовний розвиток учнів засобами мистецтва, культурної спадщини українського народу проводиться на заняттях гуртків відповідного напрямку. Сумісно для всіх гуртківців організують у Палаці масові заходи, свята. Приймають участь всі бажаючі діти незалежно за яким напрямком вони вивчаються. Сумісна творча діяльність педагогів, батьків та дітей наближає молодь до соціальної адаптації в суспільстві.

Протягом чотирьох років на базі відділу ЦВЗ Палацу проводив свою оздоровчу роботу валеологічний гурток розвитку особистості. Програма за якою працював гурток – авторська, затверджена Головним управлінням освіти і науки Харківської обласної державної адміністрації. Основою занять з підлітками стало проведення валеологічних, психолого-педагогічних тренінгів. Діагностика рівня знань вихованців проводилася за допомогою тестів, анкетування та інших методів. Результати були позитивні. Наприкінці року навчання діти інакше сприймали оточуючих та самих себе. Психологічний клімат на занятті розкривав можливості почувати себе необхідним людям таким, яким ти є насправді. Бесіди з батьками підтверджували зміну поведінки дитини вдома. Діти стали більш поважати близьких людей та своїх друзів.

Далі надається матеріал про особливості психолого-педагогічних тренінгів.

Є такий факт, що на групу людей впливати ефективніше, ніж на окремих особистостей. Ще Курт Левін говорив, що зазвичай легше змінити індивідуумів, зібраних у групу, ніж кожного зокрема.

Психолого-педагогічний тренінг буває інтрапсихічним і поведінковим. А за складом учасників вирізняють такі типи тренінгів: підлітковий, для педагогів, дитячо-батьківський, особистісний, лідерський.

Завжди слід пам'ятати, що будь-який тренінг – це маленьке життя, але організоване за спеціальними програмами. У кожного психолога або педагога є свої улюблені програми, своя добірка вправ та ігор. Але тренер має орієнтуватися на мету роботи, конкретні завдання, які він хоче реалізувати з групою. Для цього слід організувати діагностичний блок, або використати спостереження та опитування. Наприклад, можна запропонувати підліткам взяти участь у тренінгу, дослідити ознаки своєї особистості, навчатися взаємодіяти з іншими, зберігаючи свою індивідуальність.

Робота протягом тренінгу проходила за такими особливостями:

### 1. Орієнтація.

*В відношенні до відповідної проблеми:*

- об'явити мету та тему заняття;
- встановити час;
- зробити мотивацію, інтерес до теми;
- знайти можливості однакового погляду на проблему;
- почати обмін думками, бажано без оцінок.

*В відношенні до групи:*

- знайомство учасників, які не знайомі;
- покладатися на колективне рішення;
- створити ділову, добру атмосферу, встановити позитивний емоційний фон.

*В відношенні до кожного учасника:*

- створити умови для участі кожного учасника в занятті;
- активізувати пасивних;
- допомагати тим, хто виступає.

### 2. Оцінка.

*В відношенні до відповідної проблеми:*

- зібрати максимум варіантів відповідей,
- постаратися висвітлювати всі аспекти проблеми.

*В відношенні до групи:*

- піддержувати високий рівень активності усієї групи;
- піддержувати ділову атмосферу;
- не допускати особистої конфронтації учасників;
- піддержувати теплу, дружню атмосферу.

*В відношенні до кожного учасника:*

- приділяти максимум уваги думкам кожного учасника;
- вимагати ясної аргументації;
- активізувати пасивних;
- мати можливість бути неупередженим.

### 3. Контроль.

*В відношенні до відповідної проблеми:*

- чітко підвести підсумки;
- порівняти підсумки з метою;
- коли мета не виконана, стимулювати продовження дискусії.

*В відношенні до групи:*

- рішення повинно бути груповим;
- допомогти групі прийняти сумісне рішення;
- піддержувати теплу, дружню атмосферу.

*В відношенні до кожного учасника:*

- добитися, щоб у кожного учасника або у більшості, було почуття своєї необхідності на даному заході.

Мета психолого-педагогічного тренінгу – допомога підліткам виявити себе, а для цього спочатку слід навчитися сприймати і розуміти себе. Педагогами та психологом до програми тренінгів постійно додавалися знання про формування культури здоров'я, з основ валеологічних знань.

Наприкінці 2003 року Палац, у якому проводилася велика оздоровча робота, отримав статус «Школа сприяння здоров'ю», а у 2006 році підтвердив свій статус нагородою за активну оздоровчу працю.

Основним завданням «Школи сприяння здоров'ю» є забезпечення організації здорового способу життя всього колективу навчального закладу шляхом створення такого середовища, яке благодійно впливає на зміцнення здоров'я.

Водночас, діяльність навчальних закладів нового типу утверджує батьківську громадськість, органи державної влади та місцевого самоврядування у думці, що формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя, культуру здоров'я дітей та учнівської молоді, їх підготовка до активної, соціально значущої діяльності є важливою складовою розвитку держави.

#### СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Бех І.Д. Особистісно зорієнтоване виховання. – Київ, 1998.
2. Вильямс К. Тренінг по управленію стрессом. – М.: Изд-во Эксмо, 2007.
3. Гончаренко М.С. Валеологический подход в формировании гуманистического направления в системе образования / Мат. V міжнар. наук.-практ. конф. «Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку». – Харків, 2007.
4. Гончаренко М. С., Іванова Г. М. Валеологічне розвантаження школярів протягом навчального процесу: Методичний посібник для вчителів загальноосвітніх шкіл. – Харків, 1997.
5. Концепція загальної середньої освіти (12-річна школа, 2001 р.) // Освіта України. 7-17 липня. – 2001.
6. Маслов А. Г., Константинов Ю.С. Программа обучения жизненным навыкам в системе «дополнительного образования». – Москва, 2001.
7. Сущенко Т.І. // Основы внешкольной педагогики// Пособие для классных руководителей, педагогов внешкольных учреждений.- Минск «Беларуская навука», 2000.

## ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ИННОВАЦИОННОМУ СОДЕРЖАНИЮ ОБРАЗОВАНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ВЫСШЕЙ ШКОЛЕ

**Конеева Е.В.**

*Московский педагогический государственный университет  
Международная академия наук педагогического образования  
Академия проблем безопасности, обороны и правопорядка  
Москва, Россия*

В данной статье автор говорит о разработке теоретических и практических основ проектирования, конструирования и реализации гуманитарно-ориентированного смысла образования и физической культуре в нем.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** спорт, физическая культура, гуманитарно-ориентированное направление в образовании.

В даній статі автор намагається розробити та обґрунтувати теоретичні та практичні основи проектування, конструювання та реалізації гуманітарно-орієнтовного змісту освіти по фізичній культурі в ВНЗ.

**КЛЮЧОВІ СЛОВА:** фізична культура, спорт, гуманітарно-орієнтовний зміст  
The theoretical and practical aspects of the humanitarisation of the learning and physical culture has shown in this article.

**KEY WORDS:** sport, physical culture, education.

Цель исследования:

Разработать и обосновать теоретические и практические основы проектирования, конструирования и реализации гуманитарно-ориентированного содержания образования по физической культуре в ВУЗе, существенно повышающего его качество и эффективность.

Объект исследования:

Содержание и организация физического воспитания студентов в учебном процессе профессиональной подготовки специалистов в вузах.

Предмет исследования:

Проектирование, конструирование и реализация гуманитарно-ориентированного содержания образования по физической культуре в вузе.

Задачи исследования:

1. Обосновать совокупность положений, составляющих концептуальную теоретическую и методическую основу проектирования и конструирования гуманитарно-ориентированного содержания и реализации образования по физической культуре.
2. Разработать модель проектирования гуманитарно-ориентированного содержания образования по физической культуре.
3. Выявить ведущие тенденции, дидактические принципы, организационно-педагогические условия гуманитаризации содержания и организации образования по физическому воспитанию студентов.
4. Разработать критерии и уровни освоения содержания гуманитарно-ориентированного образования по физической культуре.
5. Осуществить опытно-экспериментальную проверку эффективности реализации гуманитарно-ориентированного содержания и организации образования по физической культуре в контексте формирования физической культуры личности студентов.

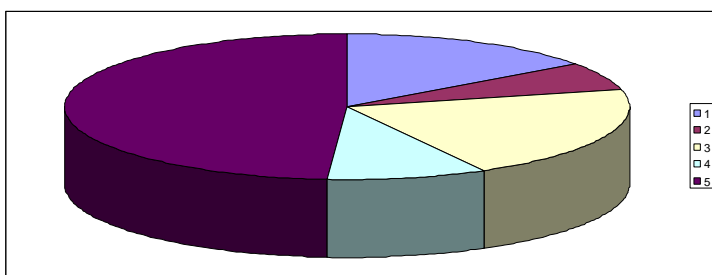
6. Выявить причинно-следственные связи гуманитарно-ориентированного содержания и организации образования по физической культуре с содержательными характеристиками физической культуры личности.

2. Провести пилотажное исследование в четырнадцати вузах РФ по изучению содержания и организации физического воспитания студентов на всех курсах обучения в учебное и внеучебное время.

3. Разработать научно-методическое пособие и практические рекомендации по проектированию, конструированию и реализации содержания гуманитарно-ориентированного образования по физической культуре в вузе.

Для комплексного исследования состояния физического воспитания в настоящем проекте избраны 14 вузов Российской Федерации, представляющих многообразие районов России и используемых для сбора эмпирического материала исследования.

### Отношение студентов к занятиям физической культурой и спортом.



1-Считаю необходимыми и занимаюсь (15%)

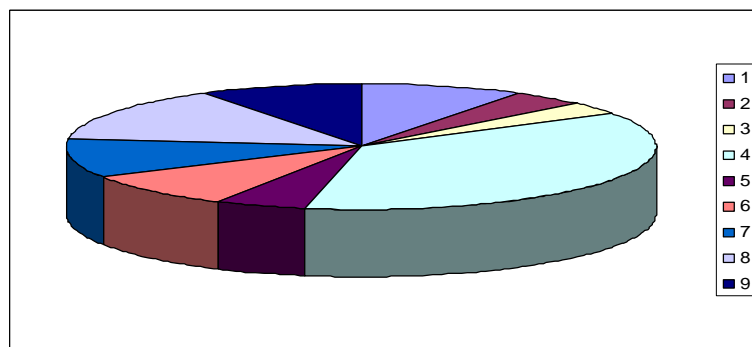
2-Считаю необходимыми, но систематически заниматься не могу в силу несобранности и лени (6%)

3-Считаю необходимыми, но нет условий для занятий (21%)

4-Считаю необходимыми, но мешают другие дела (9%)

5-Не вижу в них необходимости (49%)

### Наиболее важные причины отказа студентов от занятий физической культурой и спортом



1-Физическая культура и спорт меня не интересуют(9%)

2-Нет формы для занятий спортом (4%)

3-Спортивные сооружения вуза располагаются далеко(3%)

4-Отсутствие для этого времени (37%)

5-Не позволяет самочувствие (5%)

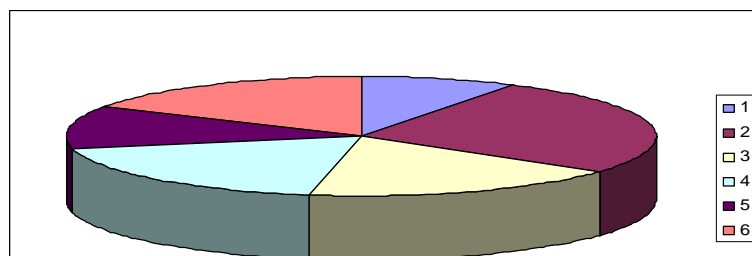
6-Не позволяет состояние здоровья (9%)

7-Нет тех секций, в которых хотел бы заниматься (10%)

8-Не устраивает содержание и организация занятий в секциях(14%)

9- Не устраивает отношение преподавателей к студентам (9%)

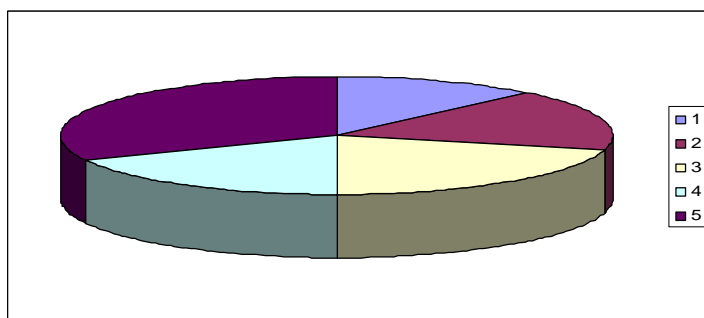
### Факторы, побуждающие к занятиям физической культурой и спортом



1-Помогают восстановить психо-физические силы и эмоциональное состояние после учебных занятий (9%)

- 2-Улучшить свой соматический облик и функциональное состояние (28%)
- 3-Ощутить эмоциональный подъем и возбуждение (19%)
- 4-Развивают волевые качества (20%)
- 5-Овладевать более совершенными двигательными умениями и навыками (12%)
- 6-Полнее познать себя (18%)

### Возможности повышения активности студентов к занятиям физической культурой и спортом.

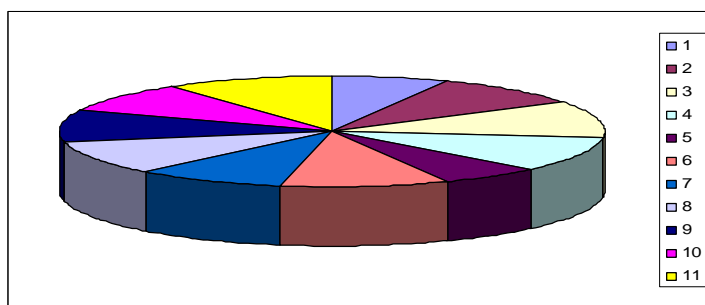


1-Активная пропаганда спортивных достижений студентов вуза с успехами в учебной деятельности (12%)

2-Предоставление возможности занятий разнообразными видами физической активности с учетом интересов студентов (17%)

- 3-Высокая психолого-педагогическая компетентность преподавателей (21%)
- 4-Наличие мест занятий, соответствующих гигиеническим и эстетическим требованиям (18%)
- 5-Пропаганда здорового образа жизни и его индивидуализированная психолого-педагогическая поддержка (32%)

### Ожидания студентов от учебных занятий по физическому воспитанию

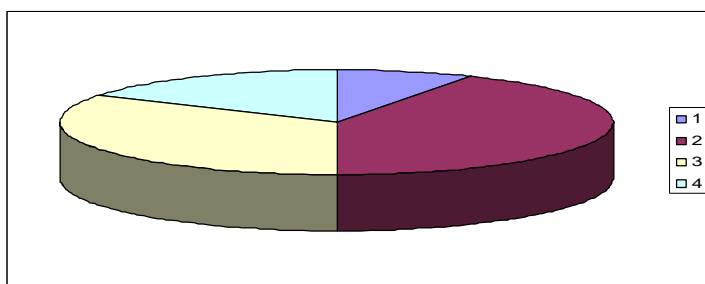


1-Овладеть системой теоретических знаний для компетентного самостоятельного решения вопросов своей психофизической, двигательной, физкультурно-спортивной деятельности (7%)

2-Овладеть методами, средствами и формами самостоятельного поддержания и развития своих физических кондиций, развития качеств и свойств личности (9%)

- 3-Приобрести опыт сохранения и развития своего физического, психического, социального и профессионального здоровья (11%)
- 4-Самоопределиться в здоровом стиле жизни и методах оценки его эффективности (10%)
- 5-Научиться использовать закаливающие процедуры (6%)
- 6-Приобрести хорошую фигуру, осанку, походку (10%)
- 7-Расширить диапазон самопознания (9%)
- 8-Самоопределиться в занятиях оздоровительными системами и избранным видом спорта (10%)
- 9-Научиться использовать средства физической культуры и спорта в системе своей профессиональной подготовки (9%)
- 10-Уметь контролировать процесс формирования своей физической культуры (9%)
- 11-Овладеть системой физического самовоспитания, саморазвития, самосовершенствования (10%)

## Степень реализации функций дисциплины «Физическая культура» в физическом и духовном развитии студентов



- 1-В полной мере (9%)  
 2-Частично (46%)  
 3-Не обеспечивается (37%)  
 4-Трудно сказать (18%)

## Ценности здорового образа жизни студентов (в % ответов)

Ценности	Женщины		Мужчины	
	Ранг	%	Ранг	%
<b>Высокой значимости</b>				
Удачная семейная жизнь	1	86	3	77
Мужество, смелость, честность, порядочность	2	74	1	82
Здоровье	3	73	2	79
Всестороннее развитие личности	4	70	6	71
Интеллектуальные способности, память, эрудиция	5	68	4	73
Способность видеть и понимать красоту	6	67	-	-
Сила воли, дисциплинированность, собранность	7	63	5	72
Красота и выразительность движений, походка, осанка	8	60	-	-
Общительность, коммуникабельность, умение легко вступать в контакт с другими людьми	9	58	-	-
<b>Незначительные</b>				
Знания о работе человеческого организма и возможностях его хорошего функционирования	10	26	-	-
Физическая подготовленность к избранной профессии	11	26	-	-
Общественная активность	12	19	7	18
Умение играть на музыкальных инструментах	13	15	8	16

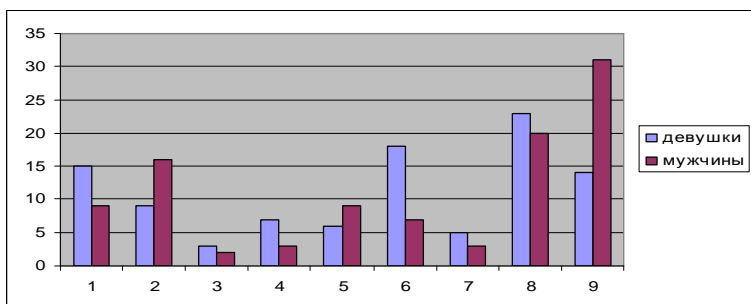
## Потребности студентов в процессе занятий физической культурой и спортом

Потребности	Степень удовлетворения (%)			
	Высокая		Умеренная	
	Муж.	Жен.	Муж.	Жен.
В движениях, физических нагрузках	76	-	-	56
В общении, контактах, проведении свободного времени в кругу сверстников, друзей	-	87	53	-
В играх, развлечениях, отдыхе, эмоциональной разрядке	82	-	-	58



В самоутверждении, укреплении позиций своего «Я»	87	-	-	51
В познании	-	68	57	-
В эстетическом наслаждении	-	72	51	-
В улучшении качества учебных и вне учебных физкультурно-спортивных занятий	-	93	47	-

### Оценка мотивов, сопровождающих занятия студентов физической культурой и спортом



#### Мотивы

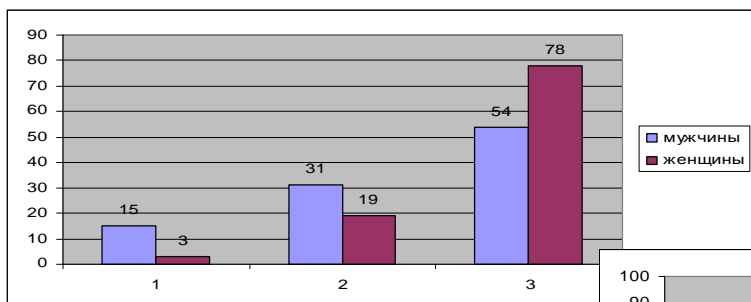
По содержательной стороне деятельности:

- 1-физического самосовершенствования
- 2-дружеской солидарности
- 3-долженствования
- 4-соперничества
- 5- подражания
- 6-спортивных достижений

7-процессуальный

8-игровой

9-комфортности



По динамической стороне деятельности:

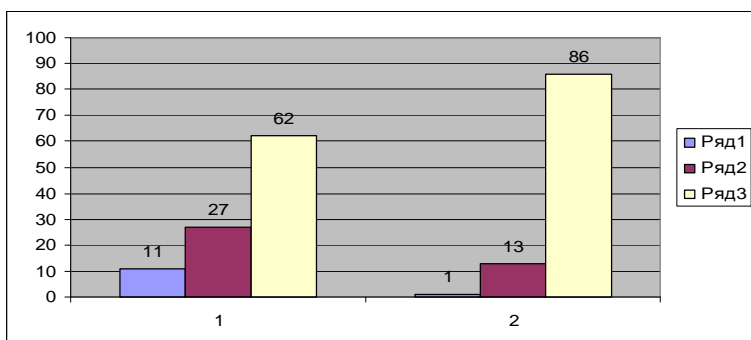
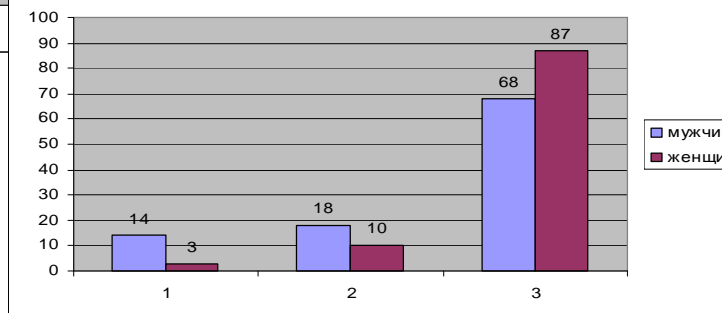
- по времени проявления
- 1- постоянно
- 2- длительно
- 3- кратковременно действующие

по силе проявления:

1- сильные

2- средние

3- слабые



по степени устойчивости:

1- сильно

2- средне

3- слабоустойчивые

Примечание: по каждой позиции проявления мотивов студентами давалось лишь одно определение.

### Выбор студентами направленности целей деятельности, связанных с физической культурой и спортом

Направленность целей	Мужчины		Женщины	
	1 курс	3 курс	1 курс	3 курс
Физкультурно-оздоровительная	31	63	55	64
Полуспортивная	42	10	18	6
Спортивная	18	11	10	4
Индифферентная	9	16	17	26

### Оценка качества значений студентами (в %)

Параметры	Существенно	Мало	Низкая
	значимая	значимая	
<b>Общие</b>			
Общекультурное развитие преподавателя		78	22
Профессиональное развитие преподавателя	18	67	15
Взаимодействие преподавателя со студентами	11	71	18
Требовательность	74	24	2
Организованность занятий	22	76	2
Заинтересованность в успехе каждого студента	19	25	56
Использование лично-ориентированного подхода	3	19	78
Целенаправленный характер занятий	18	70	12
<b>Теоретические занятия</b>			
Научность и новизна изложения материала	3	28	69
Фундаментальность системы знаний	-	17	83
Фактологическое обеспечение материала	4	11	85
Системность изложения	2	9	89
Убедительность доказательств	6	15	79
Интерес к познанию материала	12	22	66
Удовлетворенность усвоением материала	9	18	73

<b>Методико-практические занятия</b>			
Содержание занятий	19	62	19
Практико-ориентированная направленность	26	71	3
Овладение предметными действиями	22	54	24
Соотнесенность теории с методикой	4	19	77
Обучение самопознанию	-	12	88
Обучение самовоспитанию	-	6	94
Обучение самосовершенствованию	3	7	90
<b>Практические занятия</b>			
Регулирование психофизической нагрузки	-	26	74
Закрепление теоретических и методических знаний	-	14	86
Разнообразие содержания	17	52	31
Динамичность занятий	12	37	51
Эмоциональность занятий	-	-	-
Индивидуализация содержания занятий	2	13	85
Удовлетворенность занятиями	9	17	74
Приобретение личного опыта	3	5	92
Проявление самостоятельности и инициативы	9	23	68

**Оценка студентами влияния физической культуры на другие компоненты культуры  
(в %)**

<b>Качества и способности</b>	<b>Положительное</b>	<b>Отсутствие влияния</b>
	<b>влияние</b>	
Интеллект, умственное развитие	20	30
Нравственный облик (честность, порядочность)	16	84
Социальная активность	17	83
Подготовка к профессиональной деятельности	25	75
Гармоничное развитие личности	32	68
Общительность, коммуникативность	23	77
Эстетические способности	24	76
Уважение со стороны окружающих	31	69
Уровень общей культуры	26	74

Физические качества и двигательные способности	71	29
Красота и пластика движений	48	52
Волевые качества	52	48
Телосложение, фигура	64	36

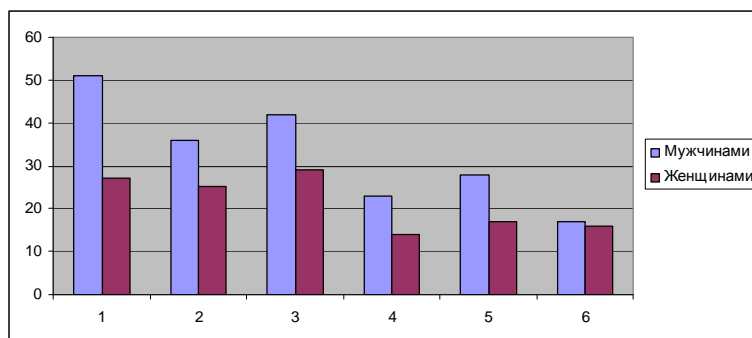
### Спектр знаний и умений здорового образа жизни студентов

Задания	Готов выполнить	Мог бы выполнить	Выполнять не могу
Составить комплекс упражнений утренней гимнастики	43	46	11
Осуществить самоконтроль в процессе занятий физическими упражнениями	17	50	33
Сделать самомассаж	22	30	48
Дать рекомендации по закаливанию	4	17	79
Рекомендовать обоснованный режим питания	11	26	63
Определить уровень физической подготовленности	8	33	59
Провести беседу о пользе занятий физической культурой и спортом	14	28	58
Провести фрагмент занятия с оздоровительной направленностью	9	23	68

### Средства поддержания физического состояния студентами

Средства	Используется систематически	Используется от случая к случаю	Не используются
Физические упражнения	29	53	19
Закаливающие процедуры	11	31	58
Парная, сауна	8	26	66
Массаж	6	37	55
Занятия на тренажерах	10	28	62
Аутогенная тренировка	4	13	83
Обычные лекарства	5	42	53
Разгрузочная диета	13	26	61
Сигареты	18	17	65
Алкогольные напитки	7	20	73
Наркотики	2	1	97

## Субъективная оценка студентами симптомов утомления (в %)



- 1-Раздражительность
- 2-Сонливое состояние, вялость
- 3-Плохое настроение
- 4-Головные боли
- 5-Усталость рук, ног, поясницы
- 6-Быстрое утомление

Рассмотренный  
репрезентативный

фактологический материал исследования организации и содержания учебной и внеучебной деятельности студентов по физической культуре и спорту в 14 вузах Российской Федерации позволяет высказать следующие обобщающие заключения

1) Современное состояние физического воспитания и студенчества еще не оправдывает социальных ожиданий общества и самих студентов. Несмотря на то, что оно справедливо отнесено к гуманитарным дисциплинам профессиональной подготовки студентов, ее человеческое начало не обеспечивает у студентов целостности знаний о человеке, обретение смысложизненных, мировоззренческих ориентаций к «возделыванию самого себя», готовности к профессионально-личностному культурному развитию. Процесс реализации его содержания не обеспечивает гармонию единства духовного и физического развития личности студента, ставит ее вне позиции диалога. Преподаватель выступает преимущественно в качестве транслятора содержания дисциплины, ценностей физической культуры и спорта не затрагивая чувств, идеалов, мыслей, ценностей и ориентаций на них у студентов, отражающих его в мире культуры.

2) Многочисленные факты свидетельствуют об устойчивой тенденции снижения уровня здоровья за период обучения в вузе. Этому соответствует и снижение студенческой активности в использовании средств физической культуры в своей жизнедеятельности. Реализация теоретического раздела дисциплины мало эффективна в развитии когнитивной сферы личности. Если элементу «знания» преподаватели еще уделяют внимание, то элементу «понимание» - ничтожно мало, а что касается «согласия» и тем более «желания», то они остаются вне поле зрения. На занятиях отсутствует диалог со студентами, с изложением преподавателем аргументации своих взглядов, чтобы добиться согласия с ними, желания претворить их в жизнь, превратить в убеждения, систему поступков, поведения. Эти недостатки присущи и методико-практическому разделу дисциплины, ценностное содержание которой предлагается студентам вне личностно-значимого их освоения и не верифицируется в жизнедеятельности. Практический раздел занятий лишен проявления студентами творчества, проверки теоретических знаний в деятельности, лишен мотивационно-ценностных оснований, осознания и понимания его каждым студентом.

3) Целеполагание дисциплины «физическая культура» как формирование физической культуры личности студента до сих пор не осознано преподавателями и не интериоризовано студентами, «оторвано» от социокультурных реалий развития личности в физической культуре. А это не позволяет студентам успешно самоопределяться в ценностях физической культуры, творить ее в себе, активно проявлять себя в процессах самопознания, самообразования, самовоспитания, саморазвития и самосовершенствования, преобразуя себя из объекта в субъекта культуры физической.

4) Внеучебная физкультурная-оздоровительная и физкультурно-спортивная деятельность студентов, лишенных ценностного-смыслового содержания, проявления студенческой

инициативы и самостоятельности. Во многом это определяется невысоким качеством и эффективностью учебных занятий.

5) Профессиональная направленность физического воспитания недостаточно отражена в практических занятиях, что существенно снижает ее связь с целостным процессом профессиональной подготовки специалистов, лишают будущие кадры важнейшей ценностной ориентации на интерактивную готовность к профессиональной деятельности. Воплощенная в формах индивидуального опыта субъекта физической культуры она отличается социальной устойчивостью, продуктивной включенностью в учебно-профессиональную и социально-культурную жизнь, наличием психологического комфорта.

**КОНЦЕПЦИЯ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ НА ТЕМУ  
«ВОСПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ ЧЕРЕЗ ПРИРОДОСООБРАЗНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ И  
ЭКОЛОГИЧЕСКУЮ БЕЗОПАСНОСТЬ»**

**<sup>1</sup>Маслова Н.В., <sup>2</sup>Курмышев Г.В.**

<sup>1</sup>*Отделение Ноосферного образования Российской академии естественных наук*

<sup>1</sup>*Российская Академия Естественных Наук*

<sup>2</sup>*Академия проблем безопасности, обороны и правопорядка*

<sup>2</sup>*Областная общественная организация «Дом В.И. Вернадского»  
Москва, Россия*

В статье рассматриваются проблемы обучения современного ученика и особенности новой парадигмы в образовании - ноосферного образования.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** экологическое и неэкологическое мышление, ноосфера, образование.

В статті розглядаються проблеми сучасної освіти та формування нової людини за допомогою методів ноосферної освіти.

**КЛЮЧОВІ СЛОВА:** екологічне та неекологічне мислення, ноосфера, освіта.

The new directions to the solving of problems of education is observed in this article. The innovational approaches is formig of the new type of mind that is based on the noosphere laws.

**KEY WORDS:** ecological mind, noosphere, education.

Появление новых образовательных концепций стало закономерностью накануне третьего тысячелетия. «Взрыв» творческой энергии деятелей науки, культуры и образования обусловлен необходимостью гармонизировать ценностные, духовные и практические отношения людей между собой и с окружающим миром. Лишь глубокие перемены во взглядах на мир, овладение новой методологией и инструментами его познания позволяет человеку органично вступить в новый этап духовной эволюции нашей планеты - НООСФЕРУ.

Что поможет органично войти в новую, направленно развиваемую человеком сферу жизни на планете Земля, которую мы как наследники В.И. Вернадского вслед за ним называем ноосферой, или сферой Разума? Во-первых, само время требует от нас пересмотра взгляда на человека, природу и общество, представлений о характере их взаимоотношений, о качестве и роли социальных институтов, ответственных за то, насколько достойно человечество встретит третье тысячелетие. Одним из таких институтов является система образования. Ноосферное значение понятия ОБРАЗОВАНИЕ подразумевает способность сформировать у учащихся внутреннюю систему образов Человека вообще, и образа самого себя в частности. Посредством индивидуального усвоения и переработки знаний, умений и навыков, накопленных и выработанных человечеством к настоящему моменту, человек «образуется» как полноценная личность. Под внутренней системой образов индивида понимается иерархия присущих ему качеств, информационное и этическое содержание которых по своему уровню соответствует современным научным и практическим достижениям человечества. Во-вторых, образование в начальной, средней и высшей школе призвано дать человеку знания, методы, инструменты в мире мысли, идей, знаний, жизнедеятельности. Иными словами, оно должно научить деятельностной информационной самоидентификации.

Таким образом, воспитание и образование онтологически представляют собою один процесс инициирования эволюции сознания, а, следовательно, и мышления.

Однако мы хорошо знаем разницу между высоконравственными, но необразованными и высокообразованными, но безнравственными людьми (жизнь предоставляет нам возможность встретиться как с первыми, так и со вторыми). Т.е. сплошь и рядом процесс инициирования проходит с искажением, односторонне.

Из сказанного следует, что само время диктует нам задачу создания такой воспитательно-образовательной системы, которая сможет инициировать самоорганизацию личности, психологически устойчивой ко всем типам зависимости, восприимчивой и способной к диктуемым эволюцией внутренним и внешним изменениям, владеющей универсальным методом познания и преобразования внутреннего и внешнего мира в системном, конструктивном, природосообразном, интеллектуально и эстетически безопасном ключе. Необходимость организации экспериментальной работы обусловлена экономичностью, природосообразностью, экологичностью методики преподавания. Новые подходы позволяют в несколько раз повысить качество преподавания учебных дисциплин, раскрыть внутренние потенциальные ресурсы обучаемых.

В ходе работы по предложенному эксперименту на конечном этапе образования в школе ученик приобретает следующие знания и навыки: обладает целостной системой по всем дисциплинам, будет иметь навыки практической, научно-исследовательской деятельности, научиться формировать цель и организовывать процесс для ее достижения, сформирована культурная личность с развитым художественно-эстетическим вкусом, осознающая взаимосвязь собственного развития и развития окружающего мира.

Концепция ноосферного образования является конвергенцией естественнонаучных и гуманитарных концепций и практик образования конца XX века. Она содержит научно-этическую, гносеологическую (теория познания), методологическую, методическую и практическую части.

Целостная картина мироздания, представленная как синтез современных достижений квантовой физики, биологии, нейрофизиологии и других наук в научно-теоретической части концепции, порождает целостную и естественную для природы человека теорию познания, основанную на двуполушарном (целостном) восприятии мира. Методологически гармонично совокупной работе правого и левого полушарий мозга строится технология образовательного процесса.

1. **БИОАДЕКВАТНОЕ (ХОЛОДИНАМИЧЕСКОЕ) ПРЕПОДАВАНИЕ** — это процесс дачи знаний, умений и навыков путем организованного формирования необходимых единиц сознания — мыслеобразов и реализации заключенной в них энергии. Главным отличием такого преподавания является раскрытие внутренних ресурсов личности ученика, выявление уже заложенных в ней элементов. Суммируясь в личности ученика, они увеличивают его энергетический потенциал. Суммируясь в социуме, они увеличивают уровень пассионарности всего общества. Основной характеристикой биоадекватного преподавания является его соответствие природе человеческого восприятия, экологическая чистота, ценность на раскрытие высшего "Я" учителя и ученика через их творческое взаимодействие по всем каналам восприятия. Биоадекватное преподавание необходимо с первых ступеней учебы по всем дисциплинам.

Задачей биоадекватного (холодинамического) преподавания является обеспечение права века на экономичное и инструментальное творческое мышление.

Биоадекватное преподавание сокращает время обучения в 3—5 раз, высвобождает ресурсы здоровья учащегося, приводит к экономии материальных затрат и дает возможность во столько же раз повысить эффективность приобретения знаний и умений за период обучения.

Целостный подход порождает новую систему образования и структуру организации образования, реализующую биоадекватную технологию. Биоадекватное (холодинамическое) образование позволит в 3—6 раз сократить социальные затраты (время, финансы, здоровье, материально-технические ресурсы) государства и граждан страны при существенном повышении качества и объема знаний, умений и навыков.



Через 10—11 лет страна может получить новое поколение людей, владеющих экологичным мышлением.

2. БИОАДЕКВАТНАЯ (ХОЛОДИНАМИЧЕСКАЯ) ТЕХНОЛОГИЯ образования. Основной процесс формирования двуполушарного мышления, организующий в единую ему следующие обязательные компоненты:

- малые группы (6—8 чел.), позволяющие учитывать индивидуальные способности учащихся и увеличивать их контакт с преподавателем по многим каналам восприятия;
- небольшие комнаты, создающие обстановку комфорта и релаксации;
- учебные программы, отражающие достижения современной науки и построенные по принципам целостного мышления;
- специальные биоадекватные учебники и методические пособия, способствующие вовлечению в учебный процесс 5 органов чувств;
- преподавательские кадры, подготовленные на основе принципов целостного мышления;
- финансирование, обеспечивающее материально-техническую базу образования.

Биоадекватные технологии по форме — это релаксационно-активный процесс учения

(Real-технология), построенный на чередовании этапов активности и релаксации.

Критерием эффективности биоадекватной технологии, так же как и всякого другого процесса, является социальное время, необходимое для выполнения работы по получению качественных знаний, поставленных на повестку дня Римским клубом в 70-е годы, сейчас требуется дополнить седьмой, а по сути, первой и основной глобальной проблемой. ЭТО КРИЗИС МЫШЛЕНИЯ.

КРИЗИС МЫШЛЕНИЯ состоит в неэкологичной эксплуатации одной из частей цельного человеческого органа — мозга, в то время как другие симметричные органы человека работают гармонично.

Считается патологией дисфункция одного глаза, одного уха, руки, ноги, легкого, почки и т.п. В то же время забвение правого полушария не вызывает тревоги.

## ДВА ТИПА МЫШЛЕНИЯ

Существует два основных типа мышления человека: экологичный (двуполушарный) и неэкологичный (однополушарный). Экологичное мышление (синонимы: гармоничное, естественное, универсальное, биосферное, здоровое, холодинамическое) определяется согласованностью с естественными законами Вселенной. Оно не возмущает биосферу, так как является двуполушарным.

КАЧЕСТВО ЧЕЛОВЕКА определяется типом его мышления.

Гармоничный, универсальный, здоровый человек манифестирует естественное, биосферосовместимое качество человека, которое определяется двуполушарным, цельнодинамичным (холодинамичным), экологичным мышлением.

Негармоничный, ограниченный, больной или проблемный человек манифестирует неестественное, патологическое качество человека, которое определяется однополушарным, антропосферным неэкологичным мышлением. При этом различается левополушарная (точные науки, рационализм) или правополушарная (гуманитарные, творческие направления) ориентация и промежуточные варианты.

РОСТ КАЧЕСТВА ЧЕЛОВЕКА означает расширение возможностей человека трансформировать свои взаимоотношения в биосфере и социуме в направлении биосферосовместимости.

ЭКОЛОГИЧНОЕ РАЗВИТИЕ отвечает случаю, когда прогресс осуществляется на основе роста качества мышления человека, т.е. трансформации антропосферного мышления в биосферное.

ПРОГРЕСС ЧЕЛОВЕКА И СОЦИУМА, с точки зрения целостности мышления (квантовой теории сознания), заключается в расширении сфер возможной трансформации негативных проблем в позитивные.

Экологичное развитие согласовано с естественными законами природы и не возмущает биосферу, порождается экологичным мышлением.

Идея ноосферного развития, в итоге, должна быть превращена в систему новых духовных и профессиональных установок человечества. Для этого требуется:

- глубокая информированность населения по всем аспектам ноосферного развития, в том числе холодинамического целостного сознания;
- переориентация образования и просвещения на новую парадигму целостного мышления, а также технологию, методику и практику образования.

Создание в обществе новой системы мышления и, следовательно, новых ценностей будет способствовать формированию экологических структур образования, производства, потребления, нацеленных на более высокий жизненный уровень населения. Таким образом, в определенном смысле ноосферное, по сути, и холодинамическое по методам, образование является ключевым звеном, которое поможет исполнить ноосферный переход.

Последовательность этого перехода неизбежна:

1 Холодинамическое-----> 2 Целостное-----> 3 Ноосферное

(биоадекватное) ноосферное развитие  
образование мышление

Эффективность технологии легко устанавливается как

$$t = A : T,$$

где t — социальное время,

A — вся работа по обучению,

T — технология.

3. БИОАДЕКВАТНЫЕ УЧЕБНИКИ являются учебниками нового поколения, реализуя новые знания о единице человеческого сознания —мыслеобразе (холодаине). Они организуют материал по определенной дисциплине как систему ярких опорных образов и являются основой для учебного мыслеобраза (холодайна), каждый из образов содержит пояснения для учителя, систему упражнений, текстов и творческих заданий. Биоадекватные учебники вовлекают в учебный процесс 5 каналов человеческого восприятия и способны быстро и эффективно развивать креативный потенциал учащегося.

4. БИОАДЕКВАТНАЯ (ХОЛОДИНАМИЧЕСКАЯ) МЕТОДИКА ОБРАЗОВАНИЯ является составной частью Real-технологии. Она представляет собой набор последовательных действий учителя и ученика, цель которых — сформировать, укрепить и дать ученику навык работы с учебным мыслеобразом (холодайном).

Методика основана на принципах многоканального обучения (в т.ч. с использованием тейст-фона и фито-фона). Четкость и последовательность этапов обучения сохраняются традиционными:

1 - восприятие информации (нового знания);

2 - формирование умения использовать новые знания;

3 - тренировка навыков использования новых знаний. По форме это релаксационно-активная методика.

5. ГОСУДАРСТВЕННЫЕ ПРОГРАММЫ по различным дисциплинам используются в настоящее время в процессе ноосферного образования. Это дает возможность увидеть и сравнить результаты работы в традиционно принятой и в биоадекватной технологиях.

Изменение учебных программ необходимо. Это потребует больших усилий, прежде всего со стороны ученых, так как восприятие ноосферной концепции и переход к целостному мышлению повлечет за собой трансформацию устоявшихся взглядов и появление новых дисциплин, таких как рождающиеся в наше время эволюционная

экология, социоестественная история, холодинамика, эволюционная история сознания и др.

История цивилизации — есть история стихийного развития, — "господства" левополушарного мышления и энергетического критерия прогресса: аккумуляции энергии труда правящими классами. Современный цивилизационный кризис показывает конец эпохи стихийного, неэкологичного развития. Движение к экологичному развитию означает постепенное трансформирование однобокости мышления и энергетического критерия прогресса и утверждение общечеловеческого критерия прогресса человека на основе совершенствования качественных характеристик его мышления.

Переход к целостному экологичному мышлению является поворотным этапом в истории человечества на его пути в ноосферу (сферу разума). В современном индустриальном обществе преимущественное развитие получил тип левополушарного, т.е. патологичного, неэкологичного, антропо-сферного мышления. Все системы социума (образования, здравоохранения, политики) ориентированы на неэкологичное мышление человека.

Однако в обществе имеются предпосылки для перехода к новому типу мышления. К объективным предпосылкам отнесем современный цивилизационный кризис. К субъективным отнесем глубокое осознание прогрессивно мыслящей частью человечества необходимости нового типа мышления.

**6. ЦЕЛОСТНОСТЬ, СИСТЕМНОСТЬ, ПРИРОДОСООБРАЗНОСТЬ** образования сегодня объединены в Концепции Ноосферного Образования, которая, базируясь на богатых традициях мировой отечественной педагогики, культуры и психологии предлагается нами к осмыслению социума.

Сегодня медики, физиологи, гигиенисты, психологи, методисты педагоги-администраторы высоко оценивают результативность, как отдельных компонентов, так и всего комплекса ноосферного образования. При этом отслеживание результатов ведется в школах, вузах. В коллективе ученых-разработчиков: нейрофизиологи, педиатры, психологи, физики, математики, химики, управленцы, экологи широкого профиля.

**Сегодня мы пришли к выводам о возможности:**

**1. Использовать БиоОбратную Связь** в школах, вузах в учебном процессе по всем предметам.

**2. Создавать биоадекватные учебники** с биообратной связью.

**3. Переподготовить педагогические кадры** для работы в биотехнологиях.

При этом подсчитано, что БиоОбратная Связь - это наиболее эффективный инструмент образования, здоровьесбережения и коррекции без дополнительных финансовых затрат, ибо инструмент ее - **внутри человека**.

- Сегодня мы готовы к переподготовке педагогов (разработаны и апробированы курсы).

- Сегодня мы создаем ряд учебников по учебным предметам.

- Сегодня мы готовы к внедрению биоадекватного метода. Тот факт, что биоадекватный метод в системе Ноосферного Образования даст трех-четырёх кратную экономию времени и финансовых затрат на образование и кажется невероятным. Но это факт.

«Мудрость состоит в том, чтобы прислушиваться к голосу природы, говорить истину и поступать согласно с ней» - писал Гераклит в древности. Давайте же вспомним сегодня: цель образования дарить радость и счастье. У нас только один выход: сделать учебу и жизнь ребенка счастливой и радостной.

**Ноосферное образование способно:**

- **в 3-4 раза повысить интерес школьников и студентов к познаниям,**
- **в 3-4 раза сократить затраты времени на запоминание учебной информации,**
- **в 3-4 раза сократить антисоциальные проявления молодежи.**

**Ноосферное образование позволит уже через 10 лет получить новое поколение украинцев, владеющих целостным мышлением.**

## ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ РОЗВИТКУ ІНТЕЛЕКТУ ДИТИНИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Недодатко Н.Г.

*Криворізький державний педагогічний університет  
Кривий Ріг, Україна*

Особливості розвитку інтелекту дитини в ранньому віці та засоби формування розумових здібностей з опорою на слухові, звукові та інші стимули представлені в цій статті.

**КЛЮЧОВІ СЛОВА:** дитина, інтелект, психологічні особливості.

Особенности развития интеллекта ребенка в дошкольном возрасте и методы формирования умственных способностей с опорой на слуховые, звуковые и тактильные стимулы представлены в этой статье.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** интеллект, психологические особенности, ребенок.

Development of the intellectual abilities of the child, the methods of the forming mental capabilities observed in this article.

**KEY WORDS:** intellectual abilities, child.

Однією із основних інтегральних психологічних підструктур особистості та проявів індивідуально-психічних особливостей її внутрішнього світу є психічні утворення. К.К.Платонов називає їх досвідом особистості. Він набувається завдяки інтелекту людини, який визначається як: «загальна здатність до пізнання і розв'язування проблем, що визначають успішність будь-якої діяльності і лежать у основі інших здібностей»; «система всіх пізнавальних здібностей індивіда: відчуття, сприйняття, уявлення, мислення, уява»; «здібність до розв'язування проблем без проб і помилок». Поняття інтелекту як загальної розумової здібності застосовується для узагальнення поведінкових реакцій, пов'язаних з успішною адаптацією до нових життєвих умов.

Основні концепції природи інтелекту на підставі різних підходів (соціокультурного, генетичного, процесуально-діяльнісного, освітнього, інформаційного, феноменологічного, структурно-рівневого, регуляційного) визначає М.А.Холодна [ 2, с.9-11].

Підґрунтя для всього подальшого розвитку інтелекту закладається до 3-х років, коли розвивається фундаментальна здатність мозку приймати зовнішні сигнали, створювати образи предметів і запам'ятовувати їх, стверджує Глен Доман – американський дитячий лікар і психолог, автор оригінальних технологій раннього навчання дітей. Саме він наголошує, що потенціал, закладений у перші 5 років життя, людина ніколи не може перевершити [1, с.7].

Один з основних напрямів перебудови сучасної освіти і пов'язаний із актуалізацією проблеми розвитку індивідуальних психологічних ресурсів особистості. У цьому плані однією із пріоритетних цілей виступає виховання, яке засноване на ускладненні і збагаченні ментального досвіду кожної дитини. У вітчизняній науці перші дослідження у цій галузі були проведені наприкінці XIX ст. В.М.Бехтеревим, А.І.Зачиняєвим, А.Ф.Лазурським, А.П.Нечаєвим, І.А.Сікорським.

Результати їх експериментальних досліджень дали підстави вперше поставити перед педагогікою питання про побудову процесу навчання у відповідності до закономірностей психічної діяльності дитини.

На сьогоднішній день небагато зустрінеш публікацій в педагогічних виданнях, які б висвітлювали питання інтелектуального розвитку дітей дошкільного віку і особливо раннього дошкільного віку. Втім, результати досліджень І.А.Сікорського – відомого педагога, психолога, психотерапевта, київського професора 19ст. [4,с.66-72] та Глена

Домана [1, с.7-9] довели, що багато недоліків розумового розвитку людини обумовлені першими місяцями і роками життя.

Якщо інтелектуальне виховання дитини починається з моменту народження, то вона обов'язково стає освіченою, здоровомислячою людиною, стверджує І.А.Сікорський. Перші 3 місяці життя для дитини особливо складні, бо вона пристосовується до нових умов життя, використовуючи свої зовнішні органи чуття для пізнання. З 4-5 місяців дитина уважно спостерігає і сприймає зовнішні події, відчуває свій внутрішній світ «содержа все в памяти, строит из каждого впечатление, как из мозаики, свое мудреное знание» [4,с.67]. У цей період почуття дитини відступають на другий план і переважає розумовий розвиток. На 2-3 році життя емоційний розвиток знову стає на перший план: діти стають чутливі до пестощів, образ, відсутності уваги.

Показником інтелектуальної вихованості І.А.Сікорський вважав уміння знайти в пам'яті за першою вимогою все, що раніше було отримано.

На інтелектуальний розвиток впливають зовнішні і внутрішні фактори. Зовнішні – оточуюча природа, сімейна атмосфера. Дорослі, які оточують дитину повинні спостерігати, оцінювати і розуміти дитину. Прислухатися до оцінки недоліків і негативних якостей сторонніми. Спостерігати чужих дітей. Визнавати той факт, що ідеальні якості зустрічаються так само рідко, як і істинна краса.

Зовнішні фактори складають власне психологічний аспект дослідження механізмів інтелектуального розвитку дитини. Внутрішніми факторами індивідуального розвитку є вроджена нервово-психічна організація дитини. Її слід враховувати у вихованні дитини. Будова мозку і нервової системи є рушійною силою інтелектуального розвитку. Розумовий розвиток дитини співвідноситься із законами діяльності і розвитку нервової системи і мозку.

І.А Сікорський зробив важливий висновок: головний мозок, який забезпечує прийом і переробку інформації, створення програм власних дій і контроль над їх успішним виконанням, завжди працює як єдине ціле.

Головну роль в процесі розумового розвитку вчений відводив слуху. Саме звукові враження дають не тільки безпосередній матеріал для душі, але благотворно впливають на мозкові центри, збуджуючи і посилюючи зорове сприйняття (любов до звуків сприяє розвитку художньої творчості).

Звуки, які отримує немовля, мають бути тихими і спокійними З бмісяців рекомендується тихе наспівування, розмова оточуючих, монотонні звуки. З другого року життя – спів, мелодійні звуки, музика мають велике виховне значення. Вправи у наслідуванні звуків, співу, передачі мотивів мають входити у звичні забавлянки. Маленькі розповіді, казки необхідно читати виразно. (У Стародавній Греції наймали для цього акторів, бо важливим є тон голоса для розкриття характерів героїв.)

Крім звукових важливу роль мають зорові враження дитини. З 4-го місяця розвивається уміння рухати очима і бачити оточуючі предмети. Світло, колір, форма, рух предметів дуже приємні дітям, зазначає І.А.Сікорський.

Одночасно із зоровим мисленням розвивається м'язово-тактильне. Для дитини ощупування - єдиний шлях для ознайомлення із фізичними властивостями предметів (твердий, м'який, гладенький, шорсткий і т.ін.). Сутність інтелектуального виховання в розвитку самостійності. А тому важливо, якими іграшками грає дитина. Другим засобом є вправи, які передбачають перехід від простого до складного і настирне повторення одного й того. І.А.Сікорський визначив *зовнішні і внутрішні умови ефективного здійснення таких вправ. Зовнішні:*

- дорослі спостерігають, але по можливості не втручаються в заняття дітей, надаючи свободу і самостійність;
- з 8-9 місяців дитині, як і дорослому, в хвилини розумової роботи потрібна тиша і усамітнення.

Тобто, більше спостерігати, ніж керувати. Мета – не нашкодити. Дитина йде по зовсім новому і незнайомому шляху, і в ході гри і розваг знайомиться не лише з кінцевою метою, але і способами її досягнення. Дорослі не повинні весь час розважати дитину. Вона повинна бути вільна і самостійна в своїх іграх і справах. За таких умов у дитини процес інтелектуального розвитку буде сприяти розвитку здатностей до творчості.

Внутрішні умови: закріплення розумових успіхів, розвиток уваги, розшквар мови. Для дітей раннього дошкільного віку необхідні стереотипні повторення для закріплення пам'яті і розвитку легкості і швидкості розумових операцій.

Для розвитку довільної уваги у дітей раннього і дошкільного віку потрібні: *сила і яскравість вражень; очікуване напруження; підготовка до вражень*. Тому важливі прості іграшки і нескладні враження. Дитина знайомиться не з формою, кольором, звуками і т.п., а з самим фактом різного впливу на м'язи і нерви. Коли дитина зам'ятає 2-3 зразка, тільки тоді в розумі зовнішнє стане внутрішнім і з'явиться можливість адекватного сприйняття і розв'язку того чи іншого завдання. Коли іграшки багаті деталями, складні, вони виховують розсіяність і є шкідливими для дитини.

З 4-х років велике значення має очікуване напруження, спрямоване на те, що зберігається в пам'яті. Наприклад: що ви бачили? Розкажіть, як ви виконали доручення? Що ви чули? Якщо систематично використовувати ці прийоми, то у дитини складається звичка повторювати в пам'яті події, які з нею відбулися. Згодом ця звичка перетвориться в ретроспективну переробку всього пережитого у свідомість і розумність внутрішнього життя.

Для інтелектуального розвитку дитини раннього віку велике значення має *мова: повільна, виразна, чітка*. Рідну мову слід вивчати раніше іноземної. завдання «внутрішнього навчання» - ознайомити дитину із змістом і значенням слів. Для цього слід: постійно пояснювати словами всі дії і предмети; постійно пояснювати слова, використовуючи жести, міміку, інтонації; сприяти наслідуваному засвоєнню дитиною зачатків виразної мови. Навчання мові починається з раннього віку і до 14 років.

Інтелектуальний розвиток знаходиться в тісному зв'язку із розвитком почуттів. Особливо великий – в області інтелектуальних почуттів, які рано виводять дитину на той шлях розумової праці, який в подальшому забезпечить їй успіх інтелектуального розвитку. Емоції в процесах мислення вивчав О.К.Тихоміров.

Заслуги І.А.Сікорського в тому, що він *створив нового типу виховання, в основі якого лежать глибокі знання психіки дитини; побудував психолого-педагогічний моніторинг інтелектуального розвитку кожної дитини; зібрав об'єктивні дані про розвиток дитячої психіки; розробив педагогічно доцільні умови, які забезпечують інтелектуальний розвиток в максимально можливому діапазоні росту індивідуальних психологічних ресурсів*.

Питанням раннього інтелектуального розвитку дітей займався американський дитячий лікар і психолог, автор оригінальних технологій раннього навчання дітей — Глен Доман. Відомий дослідженнями у галузі психології розумового розвитку дітей. У 1955 році заснував Інститут розвитку людського потенціалу (Філадельфія, США), який нині очолює його донька та послідовниця Джанет Доман.

Глен Доман — автор усевітньо відомої серії "М'яка революція", до якої, зокрема, увійшли такі книжки: "Як дати дитині енциклопедичні знання", "Як навчити дитину математики", "Як навчити дитину читати", "Як розвинути розумові та фізичні здібності дитини" тощо. Він створив сучасну теорію та ґрунтовну практичну програму, якою можуть скористатись як педагоги, так і батьки. Аналіз його досягнень зробила Ілона Дичківська в журналі «Палітра педагога», 2004, №2.

На глибоке переконання Г. Домана, основи інтелекту людини, а відтак — її освіченості та її майбутнього, закладаються у перші роки життя. Дитинчата тварини і людська дитина перебувають в утробі матері в такому положенні, від якого відносно легко перейти до стояння і ходіння на чотирьох ногах. Не випадково дитинчата багатьох тварин,

наприклад собаки, мавпи, корови чи коня, відразу після народження можуть повзати, чілятися або навіть відразу вставати на ноги и ходити. Відповідно і їхній мозок практично повністю формується до моменту народження.

Принципово інше положення у людської дитини, яка має після народження пройти складний і тривалий шлях розвитку від згорнутого до вертикального положення, тому дитина народжується зовсім безпомічною, і їй треба вчитися користуватися своїм тілом вже після народження. Так само вона вчиться користуватися і своїм мозком, який у момент народження є чистим аркушем паперу. Від того, що буде записано на ньому на початковій стадії розвитку, залежить, якою мірою буде обдарована дитина.

Усі люди, якщо вони не мають фізичних вад, народжуються приблизно однаковими. Відповідальність за поділ дітей на розумних і нерозумних, затурканих і агресивних лягає на виховання. Будь-яка дитина, коли їй дати те, що потрібно і коли потрібно, виросте кмітливою і з твердим характером.

Глен Доман вважає освіченість "сумою трьох складових: здатності читати, здійснювати математичні обчислення і запасу енциклопедичних знань".

Питання розробки педагогічних засобів психогігієни інтелектуальної діяльності старших дошкільників слухалися на Славянських педагогічних читаннях у 2007 році [ 3].

#### **СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ**

1. Дичківська І. Розвивати інтелектуальну обдарованість. Технології раннього навчання глена Домана //Палітра педагога. - 2004. - №2.- С.7-10.
2. Козловский О.В. Открой в себе гения. – Донецк: ООО ПКФ 2БАО», 2005. – 736с.
3. Тупичкина Е.А. Педагогические средства психогигиены интеллектуальной деятельности старших дошкольников //Славянская педагогическая культура. - 2007. - №6. - С.166-168.
4. Чмелева Е.В. И.А.Сикорский о развитии интеллекта детей раннего и дошкольного возраста //Педагогіка. - 2003. - №10. – С.67-72.



## ФІЛОСОФСЬКО-ПЕДАГОГІЧНІ ІДЕЇ В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО ЩОДО ВПРОВАДЖЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕГАЮЧИХ МЕТОДИК В РОБОТИ З ДІТЬМИ

Осадча О. Ю.

*Харківський національний університет ім. В.Н. Каразіна  
Харків, Україна*

В останні роки дуже гостро стала проблема формування у дітей поняття здорового способу життя, а також виховання та навчання без нанесення шкоди здоров'ю.

Шукаючи нові ідеї виховання педагоги та батьки часто звертаються до праць західних вчених, мудрості Сходу. При цьому забуваючи про те, що традиції виховання українського народу не лише не поступаються закордонним, а й більше підходять для наших дітей, бо віками склалися саме нашим народом.

В наукових роботах, згадуючи про здоров'я та здоровий спосіб життя, автори здебільшого посилаються на професора І.І.Брехмана, як засновника валеології. Між тим хочеться звернути увагу на той факт, що ще в 50 -70 роки минулого століття в роботах В.О.Сухомлинського представлена модель збереження та зміцнення здоров'я дітей, чітко простежується взаємозв'язок духовного світу дитини з її самопочуттям.

Велику увагу приділяв В.О.Сухомлинський вихованню дітей з уразливою психікою (таких в наш час, нажаль, значно більше, ніж було в роки роботи Василя Олександровича). Так в творі «Серце віддаю дітям» вперше зіткнулася з поняттям «медична педагогіка» та визначенням головних її принципів:

- берегти легко вразливу психіку дітей;
- всім укладом шкільного життя відволікати дітей від похмурих думок та переживань, збуджувати у них життєрадісні почуття;
- ні за яких обставин не давати зрозуміти дитині, що до неї ставляться як до хворого, коли виникає така потреба. [1, с.56]

«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы. Если измерить все мои заботы и тревоги о детях в течении первых четырёх лет обучения, то добрая половина их – о здоровье».[2, с.55]

В роботі з дітьми у В.О.Сухомлинського на першому місці завжди були збереження та зміцнення здоров'я дітей, збагачення духовного світу кожної дитини в процесі навчання та виховання.

Крім цього в своїх роботах В.О.Сухомлинський багато уваги приділяє санітарно-гігієнічним умовам в школі та вдома, харчуванню дітей та створенню зон екологічно безпечного середовища. Значна увага звертається на загартування дітей – прогулянки пішки до 6 кілометрів, ходьба в теплу погоду босоніж та в легкому одязі, купання в річці, перебування значний час на свіжому повітрі в усі пори року. «Быть в движении – одно из важнейших условий физической закали». [1, с.53]

В.О.Сухомлинський наполегливо рекомендував батькам висаджувати під вікнами волоський горіх та жито, бо вони виділяють фітонциди, що не лише відлякують комах, а й очищують повітря від хвороботворних мікробів. Наполягав щоб кожна сім'я завела бджіл, бо мед – це шматочок сонця на тарілці, а також мала в своєму садку фруктові дерева, і діти вживали фрукти цілий рік.[2, ст.55]

Одночасно в таких ось порадах-вимогах проявлялася велика, майстерність педагога в роботі з сім'єю. Сухомлинський підкреслював, що батьки передусім мають бути вимогливими до себе самих. Адже відомо, що медицина зберігає здоров'я лише на 10%, все останнє залежить від способу життя (50%), екології, генетичних структур організму. Досить часто замість того, щоб змінити власний спосіб життя, батьки занадто захоплюються ліками, та мають надію лише

на клінічне лікування, не приділяючи достатньої уваги профілактиці хвороби, не звертаючи увагу на загартування, правильний розпорядок дня дитини. Іноді батьки просто не здогадуються, що для того, щоб дитина краще їла та своєчасно лягала спати, її просто треба привчити до цього, дотримуючись певного розпорядку дня постійно, а також не намагатися навчити дитину всьому й одразу, нехтуючи при цьому прогулянками та іграми. Аналізуючи свої спостереження, Сухомлинський виявив, що є зовсім недопустимою напружена розумова праця в останні 5-7 годин перед сном. «Если ребенок в течении нескольких часов перед сном сидит за уроками, он становится неуспевающим. Пассивность умственного труда на уроках – это чаще всего результат того, что ребенок сидит над книгой в те часы, когда ему надо быть на воздухе – в саду, играть в снежки».[2, с.59] Відновлююча функція сну залежить не лише від його тривалості, але й від того, яку частину ночі дитина спить, як вона працює протягом дня. Краще за все себе почувають ті діти, які звикли рано засинати, сплять достатньо часу (за останніми дослідженнями сон дитини має тривати 9-11 годин), рано прокидаються та їх інтенсивна розумова праця припадає на перші 5-10 годин після пробудження (залежить від віку). В останні години перед сном інтенсивність праці повинна послаблюватися. Ми ж бачимо зовсім інше – діти часто засиджують за уроками до пізньої ночі, або ж дитину з дитячого садка батьки везуть ще на додаткові заняття. «Огромную роль играет эмоциональная окраска процесса самостоятельного умственного труда. Если ребенок берет за книгу с нежеланием, это не только угнетает его духовные силы. Но и неблагоприятно отражается на сложной системе взаимодействия внутренних органов. Я знаю много случаев, когда у ребенка, переживающего отвращение к занятиям, серьезно расстраивалось пищеварение, возникали желудочно-кишечные заболевания.» [1,с.112]

Єдиною правильною профілактикою багатьох хвороб В.О.Сухомлинський вважав раціональне поєднання праці та відпочинку, довготривале перебування на свіжому повітрі, виправдане та чітко дозоване фізичне навантаження, своєчасне засинання при відчиненому вікні, повноцінне харчування.

Він жорстко критикував тих педагогів, які намагаються заповнити кожен хвилину навчанням, «виплескуючи» на дитину велику кількість знань, що необхідно засвоїти та ще й при цьому тримаючи її постійно за столом, без прогулянки та рухливих ігор.[1, с.52] «Ребенок – живое существо, его мозг – тончайший, нежнейший орган, к которому надо относиться заботливо и осторожно. Дать начальное образование за три года можно, но при условии постоянной заботы о здоровье детей и нормальном развитии детского организма. Источник полноценного умственного труда не в его темпе и напряженности, а в правильной продуманной его организации, в осуществлении многогранного физического, интеллектуального, эстетического воспитания.»[2. с. 59]

Дитина не може засвоїти більше ніж те, що відповідає її віковим та індивідуальним особливостям. Обсяг набутих нею знань не залежить від того, скільки часу вона сидітиме за партою. Знання набуваються дітьми в активній діяльності, і їх тривалість та міцність залежить від яскравості вражень, викликаних педагогом. А постійно сидячи за партою, виконуючи по декілька годин поспіль завдання, дитина лише шкодить власному здоров'ю. На думку В.О. Сухомлинського, кожний вчитель має проводити свою роботу з урахуванням того, що виховання та здоров'я – взаємопов'язані та взаємообумовлені категорії.

Сучасні вчені виділяють три складові здоров'я – духовну, фізичну, соціальну. В роки, коли працював В.О.Сухомлинський, про здоров'я говорили лише як про відсутність хвороби, саме він вперше в Радянській (тоді ще) Україні заговорив про невід'ємність самопочуття дитини від її настрою, душевного стану.

Василь Олександрович велику увагу приділяв розвитку духовного світу дитини, гармонічному поєднанню в процесі навчання таких методів та прийомів, які б не лише сприяли кращому засвоєнню знань дітьми, а й сприяли їх духовному зростанню, становленню їх особистості.

«Без радости невозможна гармония здорового тела и здорового духа. Если ребенок, очарованный красотой полей, мерцанием звезд, бесконечной песнью кузнечиков и запахом полевых цветов, слагает песню, значит, он находится на вершине этой гармонии тела и духа. Забота о человеческом здоровье, там более о здоровье ребёнка – это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил, не свод требований к режиму, питанию, труду, отдыху. Это прежде всего забота о гармонической полноте всех

физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества. [1, с. 115-116]

Важливим аспектом виховання В.О.Сухомлинський вважав вміння педагога пізнавати духовний світ дитини, розуміти в дитині особисте. Величезний шар роботи Василя Олександровича був спрямований саме на виховання духовності. Це й прогулянки в природу, коли діти залишалися на самоті з оточуючою їх красою, і прослуховування класичних музичних творів, що знаходили свій емоційний відгук в свідомості дітлахів. Ні з чим не порівняти той досвід лагідності та доброти який здобували діти в «Пташиній лікарні», ходячи в гості до самотнього дідуся, вирощуючи квіти. Адже піклування про інших, менших, слабших народжує в дитячій душі людяність, доброту, любов. Що в свою чергу веде до гармонійного розвитку особистості, її повноцінного життя, а отже і здоров'я духовного, фізичного, соціального.

Отже можна говорити про те, що ідеї В.О.Сухомлинського стосовно збереження здоров'я дітей в процесі навчання й виховання випереджали свій час, а інколи навіть суперечили радянській ідеології. Проте його новаторства знайшли великий позитивний відгук у дітей та батьків, а також активну підтримку останніх. Саме мати однієї з учениць Василя Олександровича назвала школу — «Школою радості».

Наведені данні вказують на необхідність використання спадщини В.О.Сухомлинського в питаннях валеопедагогіки, під час планування та проведення валеологічної роботи з дітьми.

#### СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Сухомлинский В.А. Избранные произведения в пяти томах. Том третий. – К.; Радянська школа, 1979.
2. Сухомлинский В.А. О воспитании. – Москва; Политиздат, 1985. – 270 с.
3. Сухомлинский В.А. Хрестоматия по этике. – Москва; Педагогика, 1990. – 304 с.
4. Сухомлинський В. Мудрость родительской любви. – Москва; Молодая гвардия, 1988. – 303 с.
5. Сухомлинський В. «Не только разумом, но и сердцем...». – Москва; Молодая гвардия, 1990. – 141 с.

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ТРЕНИНГОВОГО НАВЧАННЯ ОСНОВАМ ЗДОРОВ'Я

<sup>1</sup>Пашинский П.П., <sup>1</sup>Суббота Н.П., <sup>2</sup>Тесленко О.В.

<sup>1</sup>Харьковский национальный педагогический университет имени Г.С. Сковороды,

<sup>2</sup>Харьковский национальный университет имени В.Н. Каразина, Харків, пл. Свободи, 4  
Харьков, Україна

Розглядаються основні аспекти тренінгу як організаційної форми навчально-виховної роботи на базі досвіду викладання валеології у вищій школі.

**КЛЮЧОВІ СЛОВА:** тренінг, валеологія, інтерактивні методи навчання.

Рассмотрены основные аспекты тренинга, как организационной формы учебно-воспитательной работы на базе опыта преподавания валеологии в высшей школе.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** тренинг, валеология, интерактивные методы обучения.

**KEY WORDS:** trening, valeology, interactive methods of learning.

The positive influence of the trening as organizational method of the educational process are observed in this article.

Прогресс системы образования невозможен без обращения к современным средствам научного познания, появления новых подходов, идей, теорий и концепций. Гуманизация образования, ее ориентация на раскрытие личностного потенциала студента обусловили возникновение новых психологически и валеологически обоснованных образовательных технологий. Среди таких технологий особенное место занимают тренинговые методики обучения.

Тренинг — это обучение, базирующееся на опыте и знаниях участников и дающее возможность, кроме получения новой информации, сразу использовать ее на практике, апробируя новые навыки. Он обеспечивает эффективное использование различных активных педагогических приемов за счет создания позитивной атмосферы в группе, направленной на получение и формирование жизненных компетенций. Именно поэтому, данные технологии должны широко использоваться на уроках основ здоровья, практических занятиях по валеологии и безопасности жизнедеятельности.

Тренинг возник как методика проведения психотерапевтической работы. В настоящее время получил широкое распространение в профессиональном образовании, в том числе — валеологическом, не только как форма обучения и овладения новыми знаниями, но и как эффективная технология развития личности.

Известно, что тренинг основывается на методике участия. Это означает, что студенческая группа (класс) в целом является активным участником динамического процесса обучения, во время которого происходит свободный обмен мнениями, жизненным опытом и проблемами, осуществляется совместный поиск решения, вырабатывается тактика поведения, как в обычных, так и нестандартных и кризисных ситуациях.

В зависимости от цели и задач, которые должен решать тренинг, выделяют такие его виды [1]:

1. социально-психологический — направлен на развитие коммуникативных способностей, межличностных отношений, умение устанавливать и развивать различные виды взаимоотношений между людьми;

2. личного роста — направлен на самоусовершенствование, решения личностных конфликтов, внутренних противоречий и т.д.;

3. тематический или социально-просветительский тренинг — направлен на рассмотрение конкретной темы, и приобретения таких умений и навыков, как

коммуникабельность; навыков принятия решений и навыков выработки стратегии и тактики поведения (использование «мозговых штурмов», игр, алгоритмов принятия решений и т.д.). Последние помогают человеку быстро находить выход из сложных ситуаций, реализовывать свои планы и достигать цели.

4. психокоррекционный тренинг — позволяет тренировать определенные качества личности и производить коррекцию психических процессов;

5. психотерапевтический тренинг — направлен на исправление болезненных отклонений личностного развития (невротичные расстройства, акцентуации характера и тому подобное).

Первые четыре вида могут широко использоваться преподавателями средних и высших учебных заведений при изучении разнообразных валеологических тем, касающихся профилактики заболеваний, формирования и укрепления здоровья. Проведение психотерапевтического тренинга требует специальных профессиональных знаний, поэтому право проведения такого тренинга имеет лишь психолог или врач-психотерапевт.

Умение и навыки (жизненные компетенции (ЖК)), которые приобретают участники в процессе проведения валеологического тренинга объединяют в несколько групп:

1. ЖК, которые определяют социальное благополучие — это навыки общения, решения конфликтов, поведения в условиях давления, угроз и дискриминации;
2. ЖК, которые определяют психологическое благополучие — это:
  - интеллектуальные компетенции — навыки анализа проблемы и принятия решений, определения жизненных целей и программ;
  - эмоционально-волевые — самоконтроль, управление стрессами, навыки, которые формируют волевые мотивации к успеху;
3. ЖК, которые определяют физическое благополучие — принципы сбалансированного здорового питания, закаливания, рациональной организации труда и отдыха и тому подобное.

Известно, что ЖК, приобретаемые в процессе проведения валеологических тренингов, помогают сохранить в будущем социальное, психическое, духовное и физическое здоровье.

Однако, эффективность процесса обучения существенно снижается, когда используется лишь пассивные методы дидактического влияния, в которых отсутствует диалог между преподавателем и учеником. Главной отличительной чертой тренинговой формы валеологического обучения является обогащение традиционных методов усвоения информации новыми, нетрадиционными приемами и способами, которые направлены на формирование и развитие у студентов творческого самостоятельного мышления, активизацию познавательной деятельности, умений нестандартного решения определенных профессиональных проблем и совершенствования навыков межличностного общения (интерактивные методы обучения).

При проведении валеологических тренингов широко применяются такие интерактивные методы, как: лекция беседа (сократовские лекции), лекция-анализ, имитационные игровые и неигровые методы, «мозговой штурм», метод «лабиринта действий», мысленное экспериментирование, метод идеализированных моделей и др.

Можно выделить основные факторы, которые способствуют творческому отношению студентов к дидактическому процессу и его результатам [2]:

- личный интерес;
- нестандартный характер учебно-познавательной деятельности;
- соперничество;
- игровой характер занятий;
- эмоциональность;
- проблемность.

Другой отличительной чертой валеотренинга является применение современных технических средств обучения [3]. Современные средства мультимедиа дают возможность существенно повысить эффективность использования методов активизации учебно-познавательной деятельности, например, метода моделирования в валеологии уже на этапе наблюдения, позволяя концентрировать внимание студентов на существенных аспектах явлений. Именно они, вследствие скоротечности или, напротив, слишком большой длительности протекания, не могут быть продемонстрированы непосредственно. К таким могут быть отнесены темы, связанные с биоритмами, теориями старения организма, работой различных физиологических систем организма в состоянии стресса, при воздействии наркотических веществ или лекарственных форм.

Внутренняя связь творческого подхода с лабораторным экспериментом дает возможность в процессе преподавания развивать у студентов умения выделять в каждой конкретной задаче ее наиболее существенные черты и пренебрегать побочными, случайными фактами, не имеющими в данном случае принципиального значения. Развивается подвижность, гибкость мышления, способность рассматривать природные явления и процессы с разных сторон. При этом обеспечивается конкретность и наглядность на всех этапах рассуждения.

Имитационные интерактивные методы (игровые и неигровые) позволяют отобразить социальное содержание определенной деятельности, моделирование основных условий и системы отношений, характерных для нее. Использование данных методик, является, на наш взгляд, крайне необходимым элементом при рассмотрении тем, касающихся дискриминации и стигматизации взглядов (СПИД, стрессовые факторы, нервные расстройства и т.д.).

Таким образом, широкое привлечение тренинга, как организационной формы учебно-воспитательной работы в преподавании валеологических дисциплин создает условия для того, чтобы студенты в процессе обучения могли более полно и всесторонне раскрыть свои творческие способности, систематически их упражняя развивая воображение и осмысленно наблюдать за различными явлениями окружающей действительности, анализируя их и вырабатывая стратегию и тактику поведения для сохранения своего здоровья.

#### СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Соціально-просвітницькі тренінги з формування мотивації до здорового способу життя та профілактики ВІЛ/СНІДу/За ред. Страшка С.В. // Навч.-метод. посібник. -2-е вид., К.: Освіта України, 2006.— с. 6–9
2. Технології розвитку критичного мислення учнів / Кроуфорд А., Саул В., Метьюз С; — К.: Вид-во «Плеяди», 2006. – 220 с.
3. Субота Н.П., Пашинський П.П. Підготовка студентів кафедри валеології до інноваційної діяльності // Вісник ХНУ ім. В.Н. Каразіна. – № 747. – вип.3., Харків.— 2006, —с. 53–56.

## К НОВОЙ ПАРАДИГМЕ УПРАВЛЕНЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ

**Рафикова А. Р., Лосева И. И., Ганчеренок И. И.**

*Академия управления при Президенте Республики Беларусь,*

*Минск, Беларусь*

*[r\\_alena@rambler.ru](mailto:r_alena@rambler.ru)*

В даній статті представлено стислий аналіз сучасної науково-методичної літератури та регламентуючих документів, також представлені висновки, щодо сучасного стану формування резерву управлінських кадрів з визначеним валеолого-орієнтовним компонентом.

**КЛЮЧОВІ СЛОВА:** здоров'я, формування пріоритету здоров'я, управлінські кадри, низький рівень рухової активності, експрес – оцінка по Апанасенку Г.Л. (1987).

В данной статье представлен короткий анализ современной научно-методической литературы и регламентирующих документов, также представлены выводы относительно современного состояния формирования резерва управленческих кадров с определенным валеолого-ориентированным компонентом.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** здоровье, формирование приоритета здоровья, управленческие кадры, низкий уровень двигательной активности.

The manager's valeological knowleges, the modern station of this problems, the forming and development of them are observed in this article.

**KEY WORDS:** health, health care, social activity, indexes of the health.

Анализ современной научно-методической литературы, регламентирующих и программных документов свидетельствует, что, несмотря на большое разнообразие подходов к повышению качества базового и последиplomного образования в сфере управления и предлагаемых моделях специалиста-управленца, в основе которых лежат и квалификационные характеристики, не содержится требований к здоровье сберегающим знаниям, умениям и навыкам. Это соответственно, лишает такие подходы, на наш взгляд, одного из ключевых факторов – обеспеченности долгосрочной реализации специалистами управления полученных профессиональных знаний, умений и навыков. Таким образом, существует объективная необходимость в создании модели подготовки управленцев с выраженным валеолого-ориентированным компонентом.

На современном этапе развития общества в Республике Беларусь система управленческих кадров претерпела ряд существенных изменений, как в численном составе, так и в ряде полномочий, которыми наделены данные субъекты. Республика перешла с трехступенчатой на двухступенчатую систему государственного управления. Численность руководящего звена сократилась на четверть, органов управления с 47 до 39[1]. Изменения обусловлены рядом политических, экономических, социальных и культурных факторов; особую роль в изменении требований к управленческим кадрам сыграл переход государства с плановой экономики на социально-ориентированную рыночную экономику.

По оценке Президента Республики Беларусь А.Г. Лукашенко в целом в Беларуси сформирована отвечающая статусу независимого государства система работы с кадрами. Реализация новых задач по мобилизации всех звеньев и структур управления и выходу на новый уровень управленческой работы закреплена в

Программе социально - экономического развития на 2005-2010 гг. Создание в свое время сильной вертикали власти предотвратило в стране экономические потрясения и гарантировало реальную государственную самостоятельность Беларуси. И не случайно многие страны СНГ заимствуют системообразующие элементы государственного управления из белорусского опыта.

Анализ современного состояния формирования резерва управленческих кадров позволяет сделать следующие выводы:

1. С ростом демографической нагрузки на трудоспособное население неработающим населением, в основном за счет лиц пожилого возраста, примерно в 1,5 раза увеличилась «демографическая нагрузка» и на руководителей по отношению к численности населения в трудоспособном возрасте.

2. Усилена требовательность к управленческим кадрам республики, что может увеличивать текучесть, одновременно возрастают требования к открытости и прозрачности управленческой деятельности с ужесточением отчетности, что увеличивает нервно-эмоциональную нагрузку.

3. Введена контрактная система работы на руководящих должностях, рассматривается вопрос о включении в реестр требований сдачи квалификационных экзаменов для госслужащих при назначении на руководящие должности, что должно стимулировать управленцев к непрерывному образованию и самообразованию, повышая напряженность профессиональной деятельности.

4. С переходом на двухступенчатую систему управления сокращается число заместителей, что ведет к увеличению нагрузки на самих руководителей, повышению ответственности за принимаемые решения.

5. Отмечается омоложение резерва управленческих кадров, создан банк данных талантливых молодых людей, которых можно привлекать к руководству. Быстрое продвижение по службе равно как, и медленное, а также то, что молодые руководители вынуждены сочетать работу с дальнейшим образованием, является источником профессионального стресса, отрицательно влияющим на их здоровье.

6. Контингент женщин-руководителей остается достаточно низким по сравнению с мужским. Из всех служащих численность женщин-руководителей составляет 19%. Даже в отраслях, где женский контингент работников преобладает (здравоохранение, образование), руководители – чаще всего мужчины. А как показали результаты исследований состояния здоровья, именно мужчины-руководители в большей степени, чем женщины страдают повышенным артериальным давлением, склонны к избыточной массе тела и имеют высокий риск ишемической болезни сердца, инсульта и инфаркта.

7. На современном этапе в период формирования новых рыночных социально-экономических отношений в республике появляются новые профессиональные группы (в частности, управленцы/менеджеры государственных и коммерческих структур). Профессиональная деятельность действующих работников управления с учетом предъявляемых новых требований также трансформируется. Повышается роль формирования функционального состояния руководителей, адекватного осуществлению необходимой трудовой деятельности.



В процессе управления руководитель осуществляет ряд конкретных функций, которые характеризуются: высоким разнообразием, как формы самих видов деятельности, так и места их осуществления, широкими контактами и коммуникациями внутри и вне организации, быстрой сменой событий, людей и действий. Основные функции, которые приходится выполнять руководителю, можно структурировать, объединив в три наиболее характерные: *координационные, информационные, и связанные с принятием решений*. В современных условиях, часто все эти функции решаются одним человеком – непосредственно руководителем. Именно с учетом этого факта складывается огромная ответственность за результаты деятельности многих людей, целого коллектива, которая ложится на плечи руководителя, и к которой он должен быть физически, функционально и психологически готов.

Формирование приоритета здоровья, является концептуальной основой разрабатываемой модели валеологической подготовки государственного служащего, и в первую очередь, работника сферы управления. Актуальность подтверждается, во-первых, отсутствием, как нам известно, в настоящее время на постсоветском пространстве системно-направленных научных исследований, касающихся здоровья руководящих работников, влияния состояния здоровья на профессиональное долголетие этой категории служащих. Отдельные опубликованные научные разработки последних лет сделаны не в нашей республике и носят фрагментарный [2] либо популярный характер [3].

С другой стороны, наши исследования показали, что большинство руководителей придерживается мнения о том, что здоровье – это отсутствие болезней, не связывая это понятие ни с работоспособностью, ни с нервно-психическим состоянием. Взрослые люди не осознают насколько уже утрачено здоровье, т. к. не обладают информацией о том, что является критерием его оценки.

Как показывает опыт изучения здоровья работников системы управления на протяжении четырех последних лет, большая масса руководителей разного возраста и уровня руководства имеют иногда явные, но чаще скрытые проблемы со здоровьем. Эти проблемы причинно обусловлены многими факторами, среди которых нами отмечены субъективно-личностные, поведенческие: низкий уровень двигательной активности; недостаточные знания и умения по использованию средств физической культуры рекреационной направленности; неумение контролировать состояние своего здоровья по объективным показателям и незнание норм функциональных показателей, характеризующих здорового человека; использование вредных для здоровья веществ в целях снижения психоэмоционального напряжения (например, симпатомиметиков алкоголя и никотина для снятия стресса). А также объективные факторы такие, как: избыточный вес, неудовлетворительный уровень системной гемодинамики (высокое артериальное давление и частота сердечных сокращений в покое), функциональных возможностей респираторной системы (низкий жизненный индекс).

Результаты исследований соматического здоровья с использованием экспресс-оценки по методике Апанасенко Г.Л. (1987) свидетельствуют, что из 650 обследованных работников управления большая часть относится к «небезопасным» группам здоровья. Одной из причин снижения уровня здоровья является несоответствие между потребностями руководителей в сохранении здоровья и усилиями, направленными на реализацию этой потребности, что может быть обусловлено неудовлетворительным уровнем валеологической образованности.

Эти факты, свидетельствуют, что систему непрерывного управленческого образования необходимо дополнить компонентом валеологического профиля,

основанного на междисциплинарном преемственном подходе, и новой управленческой парадигме, которая в отличие от научного менеджмента Ф. Тейлора рассматривает «здоровье» (в контексте «способности к здоровьесбережению») как одну из ключевых компетенций современного управленца.

Модель валеологической подготовки руководителя с учетом современных требований его профессии предполагает 4 основных компонента. *Аксиологический*, включающий формирование ключевых ориентаций личности руководителя на овладение ценностями валеологической культуры. *Информационный*, подразумевающий систему знаний в сфере здоровья, здорового образа жизни и основных закономерностей формирования, сохранения и укрепления здоровья. *Физический* компонент, характеризующий оптимум морфофункционального состояния, двигательную и физическую подготовленность, работоспособность руководителя. *Психический* компонент, отражающий баланс психоэмоционального состояния и развитие компенсаций влияния профессионального стресса.

Для построения модели нами определены качества, которые оказывают влияние (тормозят или стимулируют) профессиональную деятельность, регламентируют ее успешность.

Выделен валеологический профиль профессиограммы труда руководителя с учетом факторов современной профессиональной деятельности, снижающих работоспособность и провоцирующих заболевания у работников сферы управления, на основании чего построен структурно-компонентный макет профессиограммы.

Модель также представляет систему мероприятий, направленных на выявление и подготовку лиц, которые по состоянию здоровья с учетом функциональнопсихологических данных пригодны для руководящей деятельности. Таким образом, интерес разрабатываемого проекта состоит в пересмотре существующих основ профобразования и включении валеологического компонента в образовательный процесс развития управленческих кадров с учетом требований современной профессиограммы их труда и интересов, продиктованных задачами поставленными Главой государства по устойчивому и инновационному развитию Республики Беларусь.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Выступление Президента Республики Беларусь А.Г. Лукашенко при новых кадровых назначениях руководящих органов системы государственного управления 27 октября 2006 года.
1. Амиров Н.Х. Труд и здоровье руководителей/Под ред.М.М. Гимадеева.-М.:ГЭОТАР-МЕД, 2002.- 136 с.
2. Миронов С., Арутюнов А., Турзин П.Государственный служащий: профессиональное здоровье и долголетие./ С. Миронов, А. Арутюнов, П. Турзин- - М.:Принт-Ателье,2006.- 352 с.
3. Инновационное образование взрослых: модели, опыт, перспективы: матер. Междунар. науч.-практ. конфер. (Минск, 13-15 декабря 2006г.)/Под ред. М.М.Болбаса, Э.Я.Иваншина, - 2007.- С.71-72

## ПІДГОТОВКА СУЧАСНОГО ВАЛЕОЛОГІЧНО ОРІЄНТОВАНОГО ПЕДАГОГІЧНОГО ПРАЦІВНИКА

**Рибалка О.Я.**  
*ПДПУ ім. В.Г.Короленка*  
*Полтава, Україна*

В статті розглядаються основні напрямки формування культури здоров'я дітей в сім'ї, наводяться дані експериментального дослідження.

**КЛЮЧОВІ СЛОВА:** культура здоров'я, сім'я, здоровий спосіб життя, діти, батьки, родина.

В статье рассматриваются основные направления формирования культуры здоровья детей в семье, приводятся экспериментальные исследования.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** культура здоровья, ЗОЖ, дети, родители, семья.

The main directions of forming of health life style, their positive components has been observed in this article.

**KEY WORDS:** family, health life, children, parents.

Здоров'я дітей – це соціальна проблема розвитку всього суспільства. І.І. Брехман, засновник науки валеології стверджував, що збереження і відтворення здоров'я прямо залежить від рівня культури, яка є мірою усвідомлення й оволодіння людиною свого ставлення до самої себе, до суспільства, до природи, ступенем і рівнем саморегуляції її власних потреб. Тому треба прагнути щоб батьки, школа, ВНЗ, держава формували у молодого покоління високу культуру здоров'я, здоровий спосіб життя, які увійшли б в їхню культуру, побут, звички.

Стан здоров'я населення України значною мірою зумовлений низьким рівнем знань, щодо закономірностей його формування збереження та зміцнення, а іноді легковажним і навіть безвідповідальним ставленням до такої цінності.

Згідно з ухваленим у 1998 році міжнародним документом «Політика досягнення здоров'я для всіх у XXI столітті всі держави – члени Євробюро ВООЗ, серед яких – Україна, повинні здійснювати політику формування здорового способу життя населення, і особливо дітей і молоді на державному, регіональному та місцевому рівнях за підтримки відповідних міністерств та інших центральних органів виконавчої влади.

В Україні ідея створення мотивації до здорового способу життя реалізувалася в національних програмах «Діти України», «Репродуктивне здоров'я», «Забезпечення профілактики ВІЛ-інфекції, допомоги та лікування ВІЛ-інфікованих і хворих на СНІД», Міжгалузевій комплексній програмі «Здоров'я нації», Цільовій комплексній програмі «Фізичне виховання – здоров'я нації» та інших документах. Особливе місце посідають Закон України «Про загальну середню освіту» та Концепція 12-річної середньої школи, в яких визначено завдання – виховати в учнівській молоді свідоме ставлення до свого здоров'я і здоров'я інших громадян.

Аналіз стану здоров'я громадян України та традиційної системи освіти окреслює декілька взаємопов'язаних негативних тенденцій, які істотно впливають на непереривність та ефективність навчально-виховного процесу.

**Перша** – значне зниження зацікавленості та активності населення у навчанні.

**Друга** – помітне сповільнення та дисгармонія фізичного та психічного розвитку значної частини дітей та підлітків.

**Третя** – особливо небезпечна – стрімке погіршення здоров'я дітей та учнівської молоді, що ставить реальну загрозу виродження та вимирання народу України.

За даними Міністерства охорони здоров'я України, серед дитячого населення за останнє десятиліття суттєво (в 1,5 – 3 рази) зросла частота хронічних захворювань, які призводять до інвалідності. Це хвороби нервової, ендокринної, серцево-судинної, шлунково-кишкової, кістково-м'язової систем. Серед наших першокласників тільки 5 – 9% практично здорових дітей. Кількість хронічно хворих дітей збільшується за роки навчання у 2,5 рази, понад 50% школярів уже мають функціональні відхилення у діяльності різних систем організму, а 95– 97 % випускників завершують шкільне навчання з тими чи іншими проблемами у стані здоров'я. Відмічається значне омолодження онкологічних захворювань, серцево-судинних. Є випадки інсультів та інфарктів у дітей віком до 15 років.

Найбільш руйнівний вплив на стан здоров'я молоді чинять шкідливі звички. Сьогодні в країні спостерігається тенденція до збільшення проявів негативної поведінки серед дітей та молоді, прилучення до нікотину, алкоголю, вживання наркотиків, ранні сексуальні зв'язки, рання вагітність дівчат-підлітків. Усе це різко погіршує стан фізичного і психічного здоров'я підлітків.

У дітей та молоді розвиваються агресивність, невдоволеність, почуття заниженої самооцінки, що нерідко спричинює конфлікти з однолітками, вчителями, батьками.

Вибір способу поведінки у молодій людині існував завжди, але сьогодні в умовах вільної пропаганди алкоголю, тютюну, поширення ВІЛ/СНІДу та наркоманії цей вибір зробити непросто і часто він робиться не на користь здоров'я.

Вирішення цієї проблеми є одним із пріоритетних завдань нового етапу реформування освіти в Україні. виправити ситуацію можна комплексом заходів, серед яких належне місце посідають заходи системи загальної середньої освіти. Передусім йдеться про збереження та зміцнення здоров'я учнів, формування мотивації на ведення здорового способу життя в навчально-виховному процесі школи. Тому у Національній доктрині розвитку освіти України в ХХІ столітті, ухваленій на другому з'їзді освітян визначено **формування здоров'я нації через освіту** як один з пріоритетів формування державної політики в освітній галузі.

Намагаючись подолати численні труднощі на шляху зміцнення духовності і моральності, а також фізичного здоров'я учнівської і студентської молоді, фахівці Міністерства освіти і науки невпинно працюють навчальних предметів оздоровчого спрямування для загальноосвітньої середньої школи, професійно-технічних та вищих навчальних закладів. Особлива увага приділяється організації підготовки вчителя, який на належному рівні формуватиме культуру здоров'я учнів різного віку.

Прерогатива збереження здоров'я дітей та молоді в теперішній час належить системі освіти, і створення кафедр, що займаються проблемою здоров'я, в багатьох закладах освіти пряме тому підтвердження. Заклади освіти повинні формувати ціннісні орієнтації суб'єктів навчально-виховного процесу, серед яких пріоритетними є культура та здоров'я.

Проблема формування і збереження здоров'я молоді в українському суспільстві висвітлена у працях таких науковців, як Г.Л. Апанасенко, Е.Г. Булич, С.С. Волков, М.С. Гончаренко, М.В. Гриньова, В.С. Грушко, Л.А. Животовська, С.В. Кириленко, О.Д. Міхільов, І.В. Муравов, Л.А. Попова, С.В. Страшко, В.С. Язловецький та багатьох інших.

**Мета** статті – висвітлити основні напрямки підготовки студентів до валеологічної роботи в школі.

У Полтавському державному педагогічному університеті імені В.Г.Короленка валеологічна підготовка майбутніх вчителів проводиться на всіх факультетах на перших курсах стаціонарного та заочного відділення, а на природничому де готують вчителів валеології, на першому і четвертому курсах.

Формування здорового способу життя, валеологічного світогляду і валеологічної поведінки студентської молоді під час навчання в університеті є пріоритетним напрямком навчально-виховного процесу і складовою підготовки вчителя демократичного світогляду

і гуманістичної орієнтації. У формуванні особистості в цілому, в тому числі і здорового способу життя, особливого значення набувають такі види діяльності, як навчальна, художньо-естетична, заняття спортом і громадська активність. Отже, основним в організації здорового способу життя студентської молоді є принцип єдності виховання, самовиховання і діяльності.

Як відомо, спосіб життя є фактором, що обумовлює понад 50% здоров'я людини. Спосіб життя – соціальна категорія, яка включає якість, устрій і стиль життя. За визначенням ВООЗ, спосіб життя – це спосіб існування, який ґрунтується на взаємодії між умовами і конкретними моделями поведінки людини. Таким чином, „здорова” модель поведінки для певних конкретних умов зменшує ризик виникнення захворювання. Аналіз ситуації, яка склалася в сучасних умовах, показує, що для країни притаманна деградація здоров'я населення, тому важко переоцінити важливість знання фундаментальних законів раціонального формування, збереження і зміцнення свого власного здоров'я [1].

Валеологічна підготовка студентської молоді здійснюється різними засобами. Одним з них є вивчення таких дисциплін: вікова фізіологія та валеологія, валеологія, безпека життєдіяльності, основи медичних знань та циклу природничих і психолого-педагогічних дисциплін. Формуючими складовими способу життя студентів є психологічні установки на необхідність бути здоровим, значення здоров'я для успішного навчання, подальшого працевлаштування і кар'єри, а також для створення щасливої сім'ї і народження здорових дітей. Особлива роль у валеологічній підготовці студентської молоді відводиться валеології, методиці викладання валеології. Структура цих дисциплін дозволяє формувати у студентів у процесі їх опанування засади здорового способу життя, розвитку в них творчого саногенного мислення і методичної рефлексії, виховання свідомого та дбайливого ставлення до свого власного здоров'я та здоров'я дітей як головної умови якомога повнішої реалізації творчого і фізичного потенціалу особистості, набуття практичних валеологічних умінь та навичок. Це відображено в змісті програми курсу „Валеологія”, який включає такі основні розділи: „Проблеми здоров'я людини в сучасному суспільстві”, „Здоров'я дитини – ключ до здоров'я дорослої людини”, „Фізичне здоров'я та шляхи його поліпшення”, „Основи раціонального харчування”, „Екологія і здоров'я”, „Основи психічного здоров'я”, „Соціальні умови здоров'я”, „Духовний світ людини та її здоров'я”. Дана програма за змістом охоплює основні проблеми формування здорового способу життя. Вона побудована з урахуванням принципу наскрізних ліній, що дає можливість досягти поступовості, системності, логічної послідовності засвоєння студентами валеологічних знань, умінь і навичок.

Важливе значення для узагальнення і систематизації знань та формування валеологічних умінь і навичок мають розроблені завдання для виконання студентами на лабораторних і практичних заняттях, що сприяють формуванню системи валеологічних знань умінь та навичок для збереження і зміцнення свого здоров'я та здоров'я майбутніх учнів. Особливо ці знання необхідні для пропаганди здорового способу життя серед учнівської молоді під час проходження активних педагогічних практик. Педагогічна практика, її зміст та організація посідає важливе місце серед багатьох факторів, що визначають успіх підготовки сучасного вчителя. Саме вона доповнює, поглиблює теоретичні знання студентів з даної проблематики, пов'язує навчання з їх майбутньою виховною діяльністю, прищеплює інтерес до цієї діяльності, акцентує її професійну спрямованість. Досвід переконує нас у тому, що тільки в практичних умовах школи первинне орієнтування може перейти у стійку професійну навичку. Під час практик майбутні вчителі розробляють і проводять виховні заходи і уроки, присвячені формуванню здорового способу життя, профілактиці девіантної поведінки, вихованню культури міжстатевих стосунків. Крім того, студенти, які отримують спеціалізацію валеолога, проходять навчальну валеологічну практику в різних лікувально-оздоровчих, громадських та навчальних закладах м. Полтави, що займаються збереженням і зміцненням здоров'я та формуванням здорового способу життя населення м. Полтави. Це

обласний Центр здоров'я, клуб „Квітень”, громадські організації „Світло надії” та „Громадське здоров'я”, міська організація Червоного Хреста. Крім того, під час проходження практики студенти відвідують і загальноосвітні навчальні заклади м. Полтави, які одним із пріоритетних завдань ставлять збереження і зміцнення здоров'я учнів під час навчально-виховного процесу. Це ЗНЗ №26, №5, №14 м. Полтави. Після проходження практики студентів часто запрошують до волонтерської діяльності з метою профілактики девіантної поведінки молоді.

Під час навчання здійснюється також науково-дослідницька робота при підготовці рефератів, курсових, дипломних і магістерських робіт з валеологічної тематики, що сприяє формуванню здоров'ятворчої поведінки. При закінченні курсу студенти складають індивідуальну оздоровчу програму корекції свого здоров'я. В результаті вивчення курсу „Валеологія” студенти набувають умінь: визначати чинники здоров'я людини в конкретних ситуаціях; пояснювати наслідки впливів сонячного і космічного випромінювання на здоров'я людини; складати індивідуальні раціони харчування; використовувати загальнозміцнюючі засоби збереження здоров'я; оцінювати стан здоров'я; діагностувати різні складові здоров'я використовувати методи саморегуляції для покращення свого здоров'я.

Для більш ефективної валеологічної підготовки студентської молоді, а також профілактики девіантної поведінки, поширення венеричних захворювань і абортів, систематично організуються зустрічі з провідними медичними фахівцями м. Полтави, перегляд науково-популярних фільмів з даної проблематики в межах виховних заходів та кураторських годин.

Викладачі нашого університету тісно співпрацюють з Полтавським обласним інститутом післядипломної освіти. На курсах підвищення кваліфікації вчителів читають лекції на валеологічну тематику, акцентують увагу вчителів на впровадження в навчально-виховний процес школи здоров'язберігаючих технологій навчання.

Майже кожного року в стінах університету на різних факультетах проходять міжнародні, всеукраїнські, регіональні конференції та науково-практичні семінари на валеологічну тематику в якій активну участь беруть не тільки викладачі, але й студенти магістранти та аспіранти.

Викладачі кафедри екології та охорони довкілля є науковими керівниками педагогічного експерименту «Здоров'язберігаючі технології як умова формування культури здоров'я учнів загальноосвітнього навчального закладу», який проводиться на базі ЗНЗ №12 м. Кременчук. В листопаді місяці в цій школі була проведена регіональна науково-практична конференція „Здоров'я через освіту” в якій прийняли участь викладачі, студенти, магістранти ПДПУ ім. В.Г.Короленка, методисти Полтавського обласного інституту післядипломної освіти, викладачі та студенти Українського інституту м.Кременчук, вчителі шкіл міста та області. 28 вересня 2007 на природничому факультеті був проведений науково-практичний семінар „Навколишнє середовище і здоров'я людини”, який розпочав свою роботу пленарним засіданням в ПДПУ імені В.Г. Короленка, а секційні засідання були проведені на базі ЗНЗ №12 м.Кременчук. Учасниками цього семінару були викладачі, студенти, магістранти та вчителі міста і області.

#### СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. 1.Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально –виховному процесі. //Здоров'я та фізична культура. – 2006, №8. – С. 1-6.
2. 2.Освіта в інноваційному поступі суспільства. /Доповідь Міністра освіти і науки України С.М.Ніколаєнка на підсумковій колегії МОН України 17 серпня 2006 р.//Освіта України. – 2006, № 60-61 . – С. 13
3. 3.Страшко С.В. та ін. Інфекційні хвороби, що набули соціального значення: К.,”Освіта України”.– 2006. – 56 с.

## РАЗВИТИЕ СИСТЕМИ ВОСПИТАНИЯ В РАЗНЫХ СТРАНАХ

Рожкова Л.И.

*Республиканский институт профессионального образования,  
Беларусь*

В статье рассматриваются вопросы воспитания в разных странах, а также подходы современной заграничной педагогики, ее концепции и парадигмы.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** заграничная педагогика, образование, проблема качества воспитания.

У статті розглянуті питання виховання в різних країнах, а також підходи сучасної закордонної педагогіки, її концепції та парадигми.

**КЛЮЧОВІ СЛОВА:** Закордонна педагогіка, парадигма, освіта, проблема якості виховання.

**KEY WORDS:** pedagogic, learning, education.

The main problems of the educational process in different countries, some approaches to solving them are observed in this article.

Современная зарубежная педагогика развивается в русле многообразных концепций. Наиболее значимые - традиционалистическая, рационалистическая и феноменологическая концепции. Представители традиционализма являются сторонниками сохранения за образованием роли ретранслятора культурных ценностей. Они считают, что будущее – за систематическим академическим образованием. Разработчики рационалистической концепции концентрируют усилия на проблеме усвоения знаний и практической адаптации молодежи к существующему обществу через образование. Представители феноменологического направления ратуют за гуманистическую направленность образования, персональный подход к каждому учащемуся. [6]

В современной зарубежной педагогике существуют различные подходы к трактовке целей обучения и воспитания. Различие подходов объясняется неоднозначностью трактовки целей многочисленными парадигмами (П).

Традиционалистическая П. главную цель обучения и воспитания видит в том, чтобы дать прочные разносторонние академические знания. С позиции технократической П. - главная цель - дать практические знания, которые пригодятся в жизни, профессиональной деятельности. С точки зрения сторонников поведенческой П. – основная цель - сформировать правильные формы социального поведения людей, адекватного выполнения ими социальных ролей, соблюдения норм морали и поведения в обществе. Гуманистическая П. - видит цель педагогического процесса в развитии способностей личности, его духовном росте, самосовершенствовании и самореализации. Приверженцы теологической П. - видят в развитии религиозных чувств и нравственных основ человека. Эзотерическая П. -трактует цель как познание человеком истины, приобщение к тайнам существования.[6]

По оценкам специалистов ЮНЕСКО, последовательное проведение в жизнь отмеченных тенденций в развитии образования и воспитания обеспечит его выход на качественно новую ступень, отвечающую запросам третьего тысячелетия. Образование и воспитание будет вооружать личность широкими универсальными знаниями, доводить до искусства профессионализм, построенный на индивидуальных способностях и любви к избранному делу, обеспечит непрерывный характер освоения, углубления, обновления знаний и умений человека на протяжении его активной жизни.

В европейских странах всё больше осознаётся необходимость выйти за рамки своей страны при изучении истории, литературы, искусства. В связи с созданием Объединённой Европы акцент всё чаще делается на изучении социальных и других проблем европейского

континента, мирового сообщества [2]. Важнейшая тенденция последних десятилетий - внедрение поликультурного воспитания и образования. С каждым годом в ФРГ, Великобритании, Франции и других европейских странах растёт число эмигрантов из Азии, Африки, Латинской Америки, не владеющих языком государства, в котором они собираются жить и работать. Особая роль в США и Великобритании принадлежат «Независимым школам», которые являются «кузницами» элиты современного общества. Это наиболее уважаемые и престижные учебно-воспитательные заведения. Высокая плата за обучение, жесткий отбор учащихся по социальному статусу предопределяет основной контингент воспитуемого. Считается, что «независимая школа» должна воспитывать разносторонне развитого человека, обладающего хорошими манерами, расчетливого в делах, умеющего тщательно планировать свою жизнь, аккуратно расходовать время и деньги для достижения главной цели – стать богатым, уважаемым, влиятельным [9].

Проблема качества воспитания сегодня – ключевая задача, стоящая на повестке дня перед всеми европейскими странами. Среди позитивных изменений можно выделить курс на демократизацию, диверсификацию и дифференциацию образования, гуманистическую направленность, модернизацию содержания, форм и методов обучения, интеграцию школьного и внешкольного образования и воспитания [8].

Европа более или менее легко принимает новое, заменяя его вскоре не новейшее, соревнуясь с Америкой по части соединенных усилий школы, семьи и общества в воспитании молодого поколения, перенимая из-за океана основные воспитательные и образовательные теории. Воспитание и образование, как установлено социально-психологическими исследованиями, всегда отражают социально-экономическую ситуацию в обществе и государстве. Практика европейских стран и Америки показывает, что в наше время различные подходы к воспитанию постепенно интегрируются, вырабатывается некоторый стиль отношения к личности, принимающий различные формы в странах с развитыми культурами и экономикой. [12]

Америка давала приют представителям многих религиозных течений и групп, которые бежали туда, чтобы в максимально чистом виде исповедовать свое учение и воспитание. Наиболее значимым событием в американском воспитании стал проект «Умственное, или главное, начало». Основными целями которого были: развитие физического здоровья и физических навыков; поддержка эмоционального и социального развития, когнитивных умений, формирование установок и ожиданий, которые приводят к дальнейшим успехам в учебе; воспитание у детей и родителей чувства ответственности перед обществом; поощрение общества в стремлении помогать бедным; развитие самоуважения и чувства собственного значения у ребенка и семьи. Отрицательными факторами являются - большое количество детей в семье, профессиональная занятость главы семьи, низкий уровень образования и воспитания родителей, неполная семья. В Америке считается, что в период становления личности следует поощрять свободу, т.е. свободу выбора, разнообразие занятий, поощрение творчества и индивидуальности, стремление к счастью. Образовательно-воспитательные учреждения помогают стать более независимыми, честолюбивыми и самоуверенными. Все эти идеи записаны и в Конституции США [12]. Существует потенциальное равенство возможностей, но нет реального равенства способностей. Американцы хотят, чтобы человек был интеллектуально развитым, независимым, любознательным, обладать воображением, хорошими манерами, быть социализированным, готовым к сотрудничеству. С младенчества детей приучают толерантно относиться к людям с иным цветом кожи, другим происхождением, воспитанием, по-иному ведущим себя. Самый популярный сейчас в Америке метод воспитания и обучения - конструктивистский подход. Его основанием является то, что лучше всего человек знает, то, к чему пришел сам. Ценнее всего то, что сделано своими руками. Важное значение придается привитию



высоких моральных стандартов, этических ценностей, воспитанию любознательности и взаимоуважения [11].

В послевоенной истории воспитания КНР различают несколько периодов: с 1949 по 1957 - сформулированы основные принципы воспитания - ориентировка на лучшие достижения советской системы «Павловский подход»; с 1958 по 1965 - качество воспитания считалось капиталистическим предрассудком, однако к концу этого периода система воспитания принимает нормальный ход; в период культурной революции 1966 - 1976 гг. система воспитания очень пострадала (привитие революционных и милитаристских идей, заучиванию стихов и цитат из произведений Мао); политика воспитания КНР повернулась в сторону модернизации, экономического развития начиная с 1976 г. Особое значение стало придаваться качеству процесса образования и воспитания. Содержание связано с привитием гигиенических навыков, физической активностью, речью, представлениями об обществе, природе, любовь к родине, народу, семье, к работе, уважение к общественной собственности, альтруизм, стремление поделиться, скромность, способность принимать критику, честность, уважение к старшим, социальное поведение, гостеприимство, чувство оптимизма и доверия. В Китае считают, что научиться регулировать свои желания, подчинять их ритму группы полезно и правильно. И Конфуций, и Мао говорили, что дети не рождаются с правильным поведением, характер формируется в опыте, а учитель ответственен за воспитание самоограничения и правильного поведения. Китайскую систему дошкольного воспитания критикуют за суровость, косность, сверхотрегулированность. Воспитатели слишком ограничивают и контролируют поведение детей, регламентируют их игру. Дети на занятиях пассивны, послушны воле взрослого, подчинены дисциплине. Но в Китае это воспринимается как проявление и заботы. Такие ценности, как упорство и трудолюбие, относятся к традиционным. В области воспитания, как и в других сферах жизни, в Китае предпочитают идти периодами, иногда увлекаясь чужим опытом, но всегда опираясь на свои традиции. [7]

Во Франции до конца 18 столетия к воспитанию относились по разному, однако к концу этого времени, философы и врачи стали активно понимать вопросы необходимости здорового и правильного воспитания. На сегодняшний день, совершенствование системы воспитания идет в направлении меньшей централизации, образования более адаптивного, открытого, привлекательного для учащихся, но сохраняющего высокий академический стандарт. Цели, содержание, методы, средства и структура образования и воспитания, а также формы контроля определяются правительством, которое издает программы и официальные инструкции. [4]

Традиции воспитания Германии до сих пор работают по модели (безусловно, усовершенствованной), созданной Фребелем и Фелсинга - целью которых было воспитание морально и физически развитых, благочестивых граждан. Начальные принципы воспитания основывались на педагогической теории Й.Ф.Гербарта (1776 - 1841), определившего законы развития мышления, привития нравственных норм и конкретных практических умений. К 20-м годам усилилось влияние реформаторской педагогики, требовавшей, чтобы школа ориентировалась на ученика, а не на учителя, на его деятельность, на живую жизнь. При фашистском режиме Гитлера школа превратилась в инструмент реализации политической доктрины, а после войны - школа стала более демократичной, представляя всем равные возможности для получения образования и воспитания, делая его максимально эффективным. В Западной Германии - значительным было американское влияние (психологические теории Б.Блума и Д.Брунера), а в Восточной - советское. Поскольку в Германии много эмигрантов, то проблемы межкультурной педагогики занимают одно из центральных мест. Большое значение придается социальной работе с семьями, консультативным центрам для родителей и детей, для молодежи, популярной литературе о правильном воспитании. [3]

В Соединенном Королевстве Великобритании сосуществует несколько образовательно-воспитательных систем. В Англии и Уэльсе воспитательные порядки примерно одинаковые, а в Шотландии и в Северной Ирландии иные. В Англии и Уэльсе в 1990 г. Сформированы государственные цели, программы и методы воспитания, каждый маленький гражданин имеет право на сбалансированное и широкое духовное, моральное, культурное, физическое и умственное образование, готовящее личность к использованию своих потенциальных возможностей, принятию на себя ответственности и приобретению опыта взрослой жизни. Педагоги - воспитатели считают, что дети должны учиться в совместной деятельности, во взаимодействии друг с другом. Ребенок, его интересы, индивидуальный темп развития находятся в центре педагогического процесса Великобритании. [5]

Новый толчок развитию системы общественного воспитания Ирландии дало вступление страны в Европейский союз и признан в качестве важнейшего средства демократизации жизни, в частности, созданы условия для вовлечения женщин в трудовую и социальную сферу деятельности, увеличиваются шансы менее обеспеченных слоев общества воспитывать своих детей равноправными гражданами государства, интегрировать обездоленных в жизнь общества. Двухязычное воспитание признается нормой, этому вопросу уделяется большое внимание и сегодня. И, наконец, нет единых готовых рецептов воспитания, хотя всегда можно на разумной основе пересмотреть устоявшуюся практику; у того, кто позже начинает это делать, больше возможностей учесть ошибки других и не допустить своих собственных. Нации по силам самые грациозные проекты, если за дело берутся сообща и с энтузиазмом и имеют нужные для этого средства.

В Японии воспитание не придерживается определенной теории: заимствуются наилучшие достижения, удачные модели, эффективные методы, безусловно приносящие успех, но при этом традиционные ценности продолжают почитаться и проявляются даже в мелочах. Важна не одаренность, а терпение, усидчивость, характер. Положительным считается умение зависеть от других и понимать их, считаться с теми, кто находится рядом, подчиняться общим правилам, быть терпимым. Работа по воспитанию в духе мира и гражданственности проводится в большинстве японских учебных заведений, хотя конкретное её содержание меняется в зависимости от окружающих условий. Японские педагоги особое значение придают воспитанию в коллективе, которое они рассматривают как одно из основных условий демократического воспитания. Воспитатели и учителя формируют ту систему отношений, которую они считают образцом свободного общества для Японии конца XX - начала XXI века. Задачей государства является и сохранение традиционных культурных ценностей и передача их последующим поколениям. [10].

Система воспитания в Турции основана на принципах удовлетворения потребностей, как индивидуума, так и общества, реализации права на образование и равенства возможностей, национальности, отделения веры от образования, научного исследования, планирования, совместного воспитания, сотрудничества. На очереди решение задач, связанных с поднятием уровня стандартов физического и социального развития, подготовка персонала (педагогов, воспитателей, инспекторов), обеспечение разнообразного современного оборудования, обеспечение учебных заведений современным оборудованием, компьютерами, интеграция детей с недостатками развития, создание программ для одаренных. Опыт и традиции финского общества в воспитании достаточно универсальны, однако единой программы по всем видам деятельности не существует. Самое главное, помимо профессиональных навыков, необходимо умение ориентироваться в социальной, политической и культурной реальностях. Педагогика воспитания во многом зависит от того законодательства, которое существует в данной стране или данном регионе. Качество образования зависит от уровня образования и профессионализма педагогов-воспитателей. Есть и общие для разнообразных жизненных условий положения,

выражающиеся в научно обоснованных закономерностях социального развития личности в обществе: познание мира в направлении от себя, семьи, группы к стране, континенту, Земле, Вселенной; все большая независимость в самообразованности и творческих проявлениях. Большое внимание уделяется организации общения и сотрудничества с людьми, поскольку социальное благополучие каждого члена общества является залогом нормального функционирования всех его государственно-политических механизмов. [1]

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бочкарев, В.И. Директору школы о самоуправлении / В.И. Бочкарев. М., 1997!-17 с.
2. Володько, В.Ф. Формирование идейно-нравственной устойчивости учащихся профтехучилищ в условиях общежития: автореф. дне... канд. пед. наук 13.00.08/ В.Ф. Володько. Мн., 1986. - 14 с.
3. Ермоленко, В.В. Развитие ученического самоуправления в средних профессионально-технических училищах: метод, рекомендации / В.В.Ермоленко, В.М. Плешивцев, М.И. Рожков. М., 1987. - 19 с.
4. Крикунова, Т.К. Практическая педагогика: воспитательная работа в среднем специальном учебном заведении / Т.К.Крикунова. М., 1999. - 15 с.
5. Крупская Н.К. О школьном самоуправлении: сб. статей и выступлений /Н.К. Крупская. М., 1964. - 157 с.
6. Климентьев Л.Л. Опыт воспитания в процессе самоуправления учащихся Ч Классный руководитель. - 1999. - № 4.
7. Крикунова Т.К. Практическая педагогика: Воспитательная работа в среднем специальном учебном заведении. - М.: Издательский центр «Академия», 1999.-36 с.
8. Лутанский В.Д. Воспитатель в общежитии. Пед. беседы об организации досуга молодежи. - М.: Профиздат, 1988. - 206 с.
9. Макаоенко А.С. Педагогические сочинения: в 8 т. М., 1983-1986
10. Молодежные общежития и проблемы организации досуга студентов и учащихся: материалы I республиканского семинара совещания / Ред. кол.: Бригадин П.И. и др. - Мн., 1989. - 23 с.
11. Примерная программа воспитания учащихся учреждений, обеспечивающих получение профессионально-технического и среднего специального образования. - Мн.: РИПО, 2003.
12. Социально-педагогические проблемы, практические пути и формы организации свободного времени студсоветов и учащихся в условиях общежития: Материалы респ. семинара-совещания. - Мн., 1992. - 34 с.

## ДО ПРОБЛЕМИ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЕКОЛОГІЧНОГО СТАНУ ПЛАНЕТИ З РІВНЕМ МОРАЛЬНО - ДУХОВНОГО РОЗВИТКУ ЛЮДСЬКОГО СУСПІЛЬСТВА

<sup>1</sup>Тюріна Т. Г., <sup>1</sup>Зачепа А. М., <sup>2</sup>Стахневич В. І.

<sup>1</sup>Університет «Львівський Ставропігон»

<sup>2</sup>Національний аграрний університет

<sup>1</sup>*E-mail:* [tamaratyurina@yandex.ru](mailto:tamaratyurina@yandex.ru), <sup>1</sup>*E-mail:* [stavropigion@ukr.net](mailto:stavropigion@ukr.net) <sup>2</sup>*Email:* [valst@ukr.net](mailto:valst@ukr.net)

У даній статі, згідно основних положень нової наукової парадигми, робиться спроба розкрити взаємозв'язок і взаємозалежність між глобальною екологічною кризою, що охопила нашу планету та морально-духовним станом земного суспільства.

**КЛЮЧОВІ СЛОВА:** екологічна криза, морально-духовне стан суспільства, біоенергетична система.

В данной статье согласно основным положениям новой научной парадигмы, делается попытка раскрыть взаимосвязь и взаимозависимость между глобальным экологическим кризисом, который охватил нашу планету и морально-духовным состоянием земного общества.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** экологический кризис, морально-духовное состояние общества, биоэнергетическая система.

The ecological problems of the Earth and decreasing of level mental and physical health, their connection, correlation and influence to the sociality observed in this article.

**KEY WORDS:** ecology, spirituality, mental health, energy.

Проблема взаємозалежності, взаємозумовленості екологічного стану планети, гармонізації суспільного життя, можливості виживання та подальшої еволюції людини і людства від морально-духовного стану землян, рівня планетаризації та космізації свідомості людства, повернення до пріоритетних духовних цінностей порушена у дослідженнях Г. Дульнева, Т. і В. Тихоплав, А. Акімова, Г. Шипова, Г. Грабового, А. Дмитрієва, В. Ульшина, М. Гончаренко, О. Марусенко, А. Васильчука та ін. Доведено, що людина – це біоенергоінформаційна система, активна структурна частина Універсуму, яка перебуває у сталій енергоінформаційній взаємодії, взаємозв'язках із Всесвітом, Землею, природою, суспільством. Людина постійно (не усвідомлюючи цього) обмінюється з довкіллям почуттями, думками, які, будучи енергетичними за своєю основою, несуть певний заряд енергії, інформації – позитивної чи негативної, що гармонізуючи чи, навпаки, деструктивно впливає як на саму людину, так і навколишній світ. Однак, на превеликий жаль, сучасна людина не бажає зрозуміти своєї відповідальності, усвідомити, що від її внутрішнього стану, його гармонії чи дисгармонії залежить збереження рівноваги на Землі, що саме через свій внутрішній світ людська істота активно впливає на зовнішній, формує його.

Виходячи із вищезазначеного, *метою* нашої роботи є спроба довести, базуючись на останніх дослідженнях сучасної науки, взаємозалежність між екологічним станом планети та рівнем морально-духовного розвитку людини і суспільства, розкрити шляхи подолання екологічних кризових явищ.

*Сучасні вчені доводять, що наша планета це – живий енергонасичений організм, високоорганізована система і що Земля за своїм рівнем розвитку у духовній ієрархії Всесвіту займає положення набагато вище ніж людина [6, с. 27].*

Про розумність Землі писали у своїх працях В. Вернадський, О. Періх, М. Тимофєєв – Ресовський, К. Цюлковський, а серед сучасних вчених – В. Казначеев, І. Яницький, Г. Караваєв та ін. Вони говорили про єдність і взаємозв'язок усього живого, розглядали людство як невід'ємну складову планети, яка біологічно повинна функціонувати за

законами материнського організму. На думку Г. Караваєва, Земля входить у загальний енергоінформаційний обмін Всесвіту, а сигнали про порушення етичних і екологічних законів, виникнення негативного енергетичного поля можуть привести до відповідних дій з боку усїєї системи.

Із врахуванням новїтніх наукових даних, біосфера Землі – само- організуюча система, яка повинна підтримувати на відповідному рівні певний екологічний баланс між усіма своїми компонентами. Усі людські істоти є єдиним «органом» у планетному організмі, і, відповідно, кожна людина, будучи важливою складовою планети, має певну місію і несе особисту відповідальність за процес еволюції на Землі. Невід’ємною складовою біосфери Землі, як вже підкреслювалося раніше, є людство, яке своєю негативною енергетикою вносить у діяльність біосфери дисбаланс, порушуючи гармонію і являє собою реальну загрозу, небезпеку для планети.

На думку сучасних вчених не останню роль у появі земних катаклізмів відіграє інтегральна негативна енергія людства, низький рівень свідомості та духовності землян. Так, згідно досліджень сучасних вчених (А. Дмитрієва, В. Ульшина, Г. Дульнева, В. і Т. Тихоплав, О. Марусенко та ін.), викид колективної негативної енергії порушує рівновагу, стабільність у суспільстві і світі, провокує різного роду земні катаклізми, порушуючи екологічний баланс планети.

Отже, людина, людське суспільство й усе, що їх оточує – це енергетичні частки єдиного цілого – Всесвіту. І саме людська істота – цей активний фактор суспільства, природи, Всесвіту, залежно від свого морально-духовного рівня випромінює у навколишній світ відповідну енергію і інформацію: позитивну, світлоносну – Добра, Краси, Миру, Творчості, Любові, Милосердя чи негативну енергію руйнування та розпаду. Чим вищим є рівень духовності людини, тим значнішим є гармонізуючий вплив даної особи на навколишню дійсність

У дослідженнях останніх років зазначається, що природні катаклізми (землетруси, повені, урагани, озонові діри) зумовлені саме людським фактором, тобто негативним енергетичним впливом землян на Живий Організм Планети.

За словами В. Ульшина, головною причиною більшості природних катастроф на Землі є несгармонізована інтегральна планетарна свідомість людства. Він підкреслює, що людський чинник (низький рівень свідомості) стає першопричиною катастрофічного перебігу змін на планеті. На його думку, небезпеці самознищення людства можна запобігти тільки за умови духовного перетворення суспільства, зміни життєвих настанов, переведення їх на духовні цінності. [5, с. 14– 15].

Аналогічну думку ми зустрічаємо і у О. Марусенко, за словами якої екологічна криза планети тісно взаємопов’язана з низьким рівнем свідомості людей, з духовною кризою. На думку дослідниці, лише повернення до пріоритетних духовних цінностей може сприяти очищенню і піднесенню свідомості людей, духовному відродженню людства..., лише таким шляхом можливо змінити інтегральну свідомість людства і перевести енергію думок і дій більшості людей у творче русло [ 2, с. 117].

Отже, сучасна наука довела, що людина – це біоенергоінформаційна система, важливий компонент Універсуму, біосфери. Вона перебуває в енергоінформаційній взаємодії з навколишньою дійсністю, характер якої залежить від того, носієм якої енергії є певна особа. Людина, як носій позитивної чи негативної енергії, здійснює відповідний вплив на навколишній світ: творчий, позитивний чи, навпаки, темний, руйнівний, деструктивний. Саме колективна енергія землян, рівень духовності й інтегральна свідомість, ціннісні орієнтири мають значний вплив на екологічний стан планети, еволюцію людства.

Все більше вчених доходять висновку, що глобальна екологічна криза, що охопила нашу планету є лише наслідком одного і того самого процесу: кризи морально-духовної. Розвитку духовності людини і людства підпорядковані усі процеси на планеті, у тому

числі соціальні, політичні, економічні. І заміна духовних цілей економічними і політичними привела до системної кризи планетарного масштабу.

Так, відомий сучасний вітчизняний вчений І. Підласий, говорячи про значення повернення до духовності, її відродження для виживання і збереження людства у планетарному масштабі, пише: "Світ гине, тому що став бездуховним. Сучасна духовна криза найглибша, найстрашніша, бо це криза першого порядку. Негаразди економічні, навіть екологічні можна ще якось здолати, якщо опертися на духовність. Без духовності порятунку немає. Вихід з кризового стану суспільства – духовне оновлення, духовне відродження, мета якого – повернення до споконвічних основ людського існування. ... духовність є понад усім, вона в основі людського життя [3, с. 3 ]

*Доктор технічних наук Тихоплав В. Ю. і канд. тех. наук Тихоплав Т. С. (2002) у книзі «Фізика віри» так само взаємопов'язують міцний негативний потік інформації – енергії, яку випромінює егоцентрично орієнтоване людство Землі з виникненням природних катаклізмів, зростанням міжнаціональних конфліктів. Автори стверджують, що добрі думки, слова, вчинки сприяють формуванню позитивної енергії, а особливо у тих випадках, коли людина проявляє великодушність, милосердя, співчуття, говорить слова молитви і любові, здійснює шляхетні вчинки. А засоби для запобігання катастрофи, за словами авторів, не потрібно винаходити – вони давно надані людству через Біблійні заповіді.(4)*

*Аналогічні міркування ми зустрічаємо у доктора медичних наук, професора Є. М. Каст рубін який пише з цього приводу: «Духовність, шляхетність, любов – вищі рівні енергетики... У момент контакту з Божественним відновлюється гармонія польових структур». (цит. за 1, с.137)*

*Базуючись на багаточисельних спостереженнях, дослідник у області біоенергетики С. Лазарев, доходить висновку про збільшення енергетичних здібностей людини наприкінці другого – початку третього тисячоліття. А це особливо загострює питання внутрішньої мотивації, культури почуттів і думок.*

Отже, на думку дослідників, головною передумовою виходу з екологічної кризи є підняття рівня духовності людини і суспільства, тому що причина глобальних кризових процесів, полягає у самій людині як носії духовності і успішне її подолання , безпосередньо залежить як від конкретної особистості зокрема, так і від духовного стану суспільства у цілому

Сучасні дослідники вважають, що суспільство немає права спускатися нижче критичного рівня духовності, інакше відбудеться остаточна морально-духовна деградація, що призведе, врешті-решт, і до самознищення. Тому, як вважають науковці, саме ідея духовності, це та ідея, що може об'єднати, згуртувати людське суспільство, спрямувати напрям його розвитку.

З початку третього тисячоліття людство вступило у нову епоху свого розвитку і майбутність землян, майбутність НОМО sapiens як біологічного виду у вирішальному ступені залежить від того, наскільки глибоко ми зможемо усвідомити необхідність формування морально-духовного стрижня як у кожної окремої людини, так і відповідно в усього людства. Наявність морально-духовної основи – необхідна умова подальшого розвитку всього людського роду. Відсутність же духовного стрижня, ігнорування моральних принципів можуть виявитися фатальними для земного суспільства.

Таким чином, як свідчить аналіз літератури з проблеми дослідження, на характер планетарних процесів впливають не тільки дії людини, але й сукупне енергетичне поле людства ( його емоції, почуття, думки), яке може виступати у ролі гармонізатора чи дисгармонізатора простору. Низький рівень духовності й свідомості, егоцентричні вартісні орієнтири негативно впливають на біосферу Землі, утворюючи дисбаланс, порушують її рівновагу. Тому, важливе завдання, що стоїть перед сучасною психолого-педагогічною наукою та практикою – сформувати у молодого покоління усвідомлення особистої і колективної відповідальності за свої думки, почуття, емоції, тобто за

формування своєї позитивної енергетики у планетарному і космічному масштабі, розуміння, що від екології душі кожного залежить екологія навколишнього світу, рівновага на Землі, і найголовніше, сформувати у підростаючого покоління усвідомлення, що духовний саморозвиток, самовдосконалення є найважливішою умовою не тільки збереження, виживання, але й подальшої еволюції людини і поступу людства у просторі і часі.

#### СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Марусенко Е. А. Феномен свідомості людини в сучасній науковій картині миру (огляд). // Духовність особистості: методологія, теорія й практика: Зб. наук. праць. / Гол. ред. Г. П. Шевченко. Луганськ: Вид-во Східноукраїнського Нац. ун-т. ім. В. Даля. Вип.5. – 2004. – С. 131-137.
2. Марусенко Е. А. Некоторые параллели экологического и духовно-нравственного кризисов современности // Духовність особистості: методологія, теорія і практика: Зб. наук. пр. – Вип. 2(8). Луганськ: Вид-во Східноукраїнського Нац. ун-т. ім. В. Даля. 2005. - С. 111 – 118.
3. Підласий І. Повернення душі // Духовність особистості: методологія, теорія і практика. Зб. наук. праць / Гол. ред. Г. П. Шевченко – Вип. 3. – Луганськ: Вид-во Східноукр. нац. ун-ту ім. В. Даля. 2004. –С. 3.-17
4. *Тихоплав В. Ю., Тихоплав Т. С. Физика веры. Санкт – Петербург, «Весь»№2, 2002.*
5. *Ульшин В. А. Виховання духовності – глобальна проблема людства // Директор школи, ліцею, гімназії. 2004. № 5. С 14–20.*
6. Яницкий И. Н. Физика и религия. – Изд-во русского физического общества .М., «Общественная польза». 1995. – 65с.

## СОНЦЕ – УМОВА ЖИТТЯ НА ЗЕМЛІ, ЧИННИК ЗДОРОВ'Я І НЕЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ І ДОРΟΣЛИХ

**Шахненко В.І.**

*Харківський національний університет ім. В.Н. Каразіна  
Харків, Україна*

**КЛЮЧОВІ СЛОВА:** Сонце, активність Сонця, геомагнітні збурення, вплив на дітей і дорослих, засоби пом'якшення впливу Сонця.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** Солнце, активность Солнца, геомагнитные бури, влияние на детей и взрослых, средства снижения влияния Солнца.

**KEY WORDS:** the Sun, Sun's activity, the geomagnetic storms, the influence to children and adults, means of decreasing of influence of the Sun.

### **Актуальність проблеми.**

В Україні 18,6 млн людей мають недуги серцево-судинної системи. Смертність цієї категорії людей з 349,6 у 1991-му році зросла до 480,6 тис у 2007-му році.

За результатами обстеження останніх 15 років кількість дітей віком до 14 років показали, що кількість захворювань хворобами опорно-рухового з 31,9 до 67,1, і з надмірною масою з 7,0 до 8,9%.

Як відомо, під час сонячної активності ці та інші хвороби (особливо нервової системи) дають значні загострення, що сильно погіршує самопочуття дорослих та дітей. Проте, якщо знати і враховувати ці зміни, які відбуваються на Сонці, то можна значно пом'якшити, або й ліквідувати їхній негативний вплив на людей, що страждають цими та іншими недугами. Особливо це є доцільним для дітей і підлітків, проте учні в ЗНЗ не одержують відповідних знань.

### **Формування цілей**

Ціль роботи – дослідження й аналіз літератури про вплив Сонця на здоров'я дорослих, дітей і підлітків, вироблення заходів і засобів пом'якшення негативного впливу сонячної активності на їхнє самопочуття.

Отже, досить актуальною є проблема ознайомлення учнів ЗНЗ з цими та іншими знаннями з геліобіології, в першу чергу на уроках «Основ здоров'я».

### **Шляхи розв'язання**

Як відомо, життя на Землі існує завдяки енергії Сонця, рядової зірки у системі Молочного (Чумацького) Шляху. «Звичайний жовтий карлик», - це така наукова класифікаційна назва нашого світила. Його діаметр 1390000 км, що в 109 разів перевищує поперечник Землі. Маса Сонця в 333000 разів більша Земної, а об'єм – в 1300000 разів більший від об'єму нашої планети. Тільки завдяки великій відстані ми бачимо його як невеликий сліпучий диск.

Сонце – це розжарена газова куля, яка в основному складається з двох хімічних елементів: водню (85 %) та гелію (13%). Решту, два відсотки, складають кисень, азот, магній, кремній, натрій, алюміній, вуглець, залізо та інші елементи. Теоретичні розрахунки показали, що температура в середині Сонця становить 20000000 °С, а тиск – десятки мільярдів атмосфер. Основна енергія Сонця поступає на Землю у вигляді видимого і невидимого світла. Світло має хвильову природу. Причому кожна порція (квант) світла має не лише довжину, але й частоту хвилі.

Це хвильове випромінювання, розповсюджуючись прямолінійно, на своєму шляху до Землі не зустрічає перешкод. Першою такою перешкодою стає земна атмосфера, що складається з азоту, кисню та інших газів. Молекули та атоми газів вибірково поглинають



і розсіюють хвильове випромінювання Сонця. Тобто кожна молекула чи атом поглинає лише ту порцію (квант) світла, яка має певну частоту. Причому щільність атмосфери неоднакова. Навколоземний простір атмосфери (до 800 км від Землі) значно щільніший, а на відстані близько 1000 км він має меншу щільність. Причому тут також змінюється і співвідношення молекул газів.

В цих шарах короткохвильове випромінювання Сонця і космічне випромінювання (високоенергетичні частинки) взаємодіють з атомами і молекулами атмосфери. Ультрафіолетові та рентгенівські промені, маючи велику енергію, з молекул газів вибивають електрони і перетворюють їх в іони. Оскільки ця частина атмосфери містить вільні іони та електрони, вона названа іоносферою. В інших навколоземних шарах атмосфери переважають молекули.

Отже, сонячне випромінювання, щоб потрапити на Землю, повинно пройти ці шари атмосфери. При цьому іоносфера не пропускає космічну радіацію (заряджені частинки, рентгенівське та ультрафіолетове випромінювання), небезпечну для людського життя. На поверхню Землі попадають порції світла з певними частотами, які не поглинаються атомами і молекулами атмосферних газів іоносфери. Саме це видиме світло є умовою життя на Землі.

Енергетичні процеси, що відбуваються на Сонці неоднорідні. Періодично їх активність стрибкоподібно зростає, що значно посилює сонячне випромінювання різних частот.

З точки зору фізики, **Сонце – величезний природний ядерний реактор**, в якому відбуваються безперервні термоядерні реакції, що супроводжуються виділенням величезної кількості енергії. Вже мільярди років Сонце перетворює свою масу в енергію, і щосекунди в навколишній простір розсіюється 4000000 тонн сонячної речовини. Проте маса Сонця така велика, що зараз воно світить так само яскраво, як і попередні декілька мільярдів років. Сонце викидає в навколишній простір різні випромінювання: теплове (інфрачервоне), світлове, ультрафіолетове, радіохвильове, рентгенівське, гама-промені і потоки електрично заряджених та нейтральних частинок різних енергій.

Видиме та невидиме випромінювання і заряджені частинки, які безперервно випромінюються з атмосфери Сонця, утворюють навколо нього ніби корону, зовнішня частина якої є найбільш розрідженою. Випарований з поверхні Сонця газ і заряджені частинки заповнюють простір Сонячної системи, утворюючи **сонячний вітер**. На своєму шляху він зустрічає вітер інших планет, що змінює його силу і швидкість. Сонячний вітер та вітер інших планет заповнюють простір, в тому числі, і навколоземний. Проте наша планета має сильне магнітне поле, що служить захистом від сонячного вітру. В результаті їхньої взаємодії утворюється електромагнітне поле Землі.

В залежності від сонячної активності, сонячний вітер періодично змінюється: він то посилюється, то слабшає, тому він по-різному тисне на магнітосферу Землі. У зв'язку з цим змінюється кількість заряджених частинок, що проникають в середину магнітосфери Землі. Змінюється і енергія цих частинок.

Сонячні спалахи викидають із своєї атмосфери в міжпланетний простір потоки заряджених частинок (електронів, нейтронів, протонів і ядер гелію), енергія і швидкість руху яких значно перевищують енергію і швидкість сонячного вітру. Під тиском цих потоків частина магнітосфери Землі з боку Сонця протягом 4-6 годин стискається вдвічі і більше разів, що збільшує напруженість її магнітного поля.

Так починається перша фаза магнітної бурі. І чим вища активність Сонця, тим вища енергія потоку заряджених частинок сонячного спалаху і тим, звичайно, сильніше «стискається» магнітне поле Землі.

Після закінчення цього періоду магнітне поле Землі спочатку повертається до норми, а потім його величина починає падати. Цей період зниження магнітного поля називається головною фазою світової магнітної бурі, яка триває 10-15 годин. І оскільки людський організм є електромагнітною системою, то зміни в електричному полі атмосфери мають

на нього значний вплив. Метеолабільні (від *labilis* – нестійкий) люди ці зміни відчують задовго до змін погоди, які настають після змін в електричному полі атмосфери. Причому ці зміни електричного поля атмосфери залежать не лише від активності Сонця, а й від умов самої атмосфери. Чим більше забруднене повітря аерозолями промислових викидів, тим більша атмосферна електрика, тим у більш важких умовах доводиться функціонувати людському організму. Тому за межами промислових міст людський організм легше переносить вплив магнітних збурень.

Вперше спалахи на Сонці помітив Г. Галілей в 1610–1611 рр. Та незважаючи на важливість цього явища, реєстрація сонячних плям проводилась з перервами. В 1843 році німецький астроном-любитель Генріх Швабе з Десау в результаті багаторічних спостережень за появою плям на Сонці підтвердив давно існуюче передбачення про регулярність флуктації. Причому Г. Швабе довів, що число плям на диску змінюється циклічно, досягаючи максимуму приблизно через 11 років. В середині XIX століття співробітник Цюрихської обсерваторії Рудольф Вольф установив, що середній період циклу рівний 11,2 року. Крім того, він запропонував міру кількості плям Сонця, згідно якої кожна пляма приймається за 1, а група – за 10 у день, що пізніше було прийнято за астрономічну міру – число Вольфа (W). До цього, правда, слід додати, що цикли з часом змінюються. Так за останні 200 років вони були рівними 11,2, а за 50 років – 10,5 років.

З інтервалом приблизно 11,5 років на Сонці кількість темних плям збільшується в 10 і більше разів. Причому ці спалахи поступово набувають свого максимуму. Потім активність іде на спад. І через 7 років набуває свого мінімуму. Після цього знову число плям поступово зростає і через 4 роки набуває 11 – річного максимуму.

При сонячних спалахах різко зростає потужність рентгенівських променів, помітно збільшується потік корпускул – іонів різних елементів: ядр водню, гелію, електрони, які мають швидкість близьку до швидкості світла, і величезну енергію. Все це з величезною силою і швидкістю досягає Землі. Причому потоки сонячного вітру повторюються через 27 днів, що відповідає оберту Сонця навколо своєї осі.

За допомогою супутників визначено, що зміна магнітного поля Землі – це лише одна із сторін процесів, що відбуваються в середині магнітосфери. Тому введено термін «магнітосферні бурі». Проте поняття «магнітні бурі» так міцно увійшло в щоденний ужиток спеціалістів і населення, що майже замінило це наукове поняття. Тому «магнітні бурі» є збірним поняттям.

Магнітні бурі мають великий вплив на Землю та її біосферу. Вони супроводжуються зливами, грозами, повеннями, землетрусами, епідеміями. Прояви магнітних збурень можна прослідкувати на «скажених танцях» компасних стрілок, пошкодженні ліній електропередач, вибухах високовольтних трансформаторів. Під час сильних магнітних збурень північне сяйво спостерігають у південному Криму і навіть в Африці. З цією активністю Сонця вчені пов'язують політичну активність людей, виникнення революцій, війн, а лікарі – із підвищенням кількості хворих та смертельних випадків. Це можна прослідкувати на прикладі розгляду даних сонячної активності і паралельних з нею природних катаклізмів і викликаних нею подій в історії Російської імперії, Радянського Союзу і сучасної України з початку минулого століття до нинішнього часу.

Для цього скористуємось даними сонячної активності з 1901 року, приведені Світовим центром даних А з сонячно-земної фізики (див. табл. 1), де у верхньому ряду подаються дати (роки), а в нижньому – сонячна активність у числах Вольфа:

Табл. 1 Дані сонячної активності з 1901 року (Роки / дані сонячної активності)

1901	1905	1906	1907	1916	1917	1918	1919
2,7	<b>63,5 M</b>	53,8	62,0	57,1	<b>103,9 M</b>	80,6	63,6

1926	1937	1928	1929	1936	1937	1938	1939
63,9	69,0	<b>77,8 M</b>	54,9	79,7	<b>114,4 M</b>	109,6	88,8
1940	1946	1947	1948	1949	1950	1951	1956
67,8	92,6	<b>151,6 M</b>	136,3	134,7	83,9	69,4	141,7
1957	1958	1959	1960	1961	1967	1968	1969
<b>190,2 M</b>	184,8	159,0	112,3	53,9	93,8	<b>105,9 M</b>	105,5
1970	1971	1972	1978	1979	1980	1981	1983
104,5	66,6	68,9	92,5	<b>155,4 M</b>	154,6	140,4	66,6
1988	1989	1990	1991	1992	1993	1994	1995
101,2	<b>157,6 M</b>	142,6	145,7	94,3	54,6	29,9	17,5
1996	1997	1998	1999	2000	2001	2002	2003
8,63	21,5	64,3	93,2	<b>119,63 M</b>	110,93	104,07	63,57
2004	2005	2006	2007				
40,44	29,78	15,18	7,55				

У 1905-му році сонячна активність досягає свого максимуму і приблизно такий рівень вона мала у 1907-му. Якими ж подіями супроводжувався цей період?

У 1904 році був зафіксований так званий Московський смерч. Він мав ширину смуги руйнування 0,2 - 1 км і довжину до 40 км. Переходячи через Москву-ріку, смерч підняв близько 120000 т води, а в деяких місцях навіть оголив її дно. В 1905 – 1907 році відбулись масові заворушення в містах і селах та на Чорноморському флоті.

В 1917 році під впливом виступів народних мас велика колоніальна держава Російська імперія розпалась. На цих руїнах після трьох років громадянської війни утворилась нова її форма – Радянський Союз.

В 1928 році над Україною пронеслась пилова буря, яка зірвала і розсіяла на території Східної Європи більше 15000000 т чорнозему. В 1929-му році в Радянському Союзі була проведена колективізація і мільйони кращих селян, цвіту хліборобів, особливо українських, було фізично знищено або вислано до Сибіру. Відбулись виступи селян проти колективізації.

В 1937 році проводились жорстокі сталінські репресії, коли мільйони ні в чому не винних людей були розстріляні, вислані до Сибіру, кинуті у в'язниці.

В 1939 році почалась друга світова війна. Радянський Союз за домовленістю з керівництвом фашистської Німеччини розв'язав війну з Фінляндією, окупував Західну Україну і Білорусію.

1941 рік – напад фашистської Німеччини. Велика Вітчизняна війна. В 1947 році був голод. 6 жовтня 1948 року – землетрус в Туркменії.

Висока сонячна активність була у 1956, 1957 (максимум), 1958, 1959 рр. У 1956 році відбулась революція в Угорщині, почалась зміна політичного курсу в Радянському Союзі, характерний розвалом тюремної м'ясорубки ГУЛАГу, названий, пізніше хрущовською «відлигою». Це десятиліття характерне і організованим протестом опозиційного руху в Радянському Союзі, особливо в Україні.

Знову висока сонячна активність була у 1967, і 1968 (максимум), 1969, 1976 рр. У 1966 році був землетрус в Ташкенті, а у 1968-му — відбулась революція в Чехословаччині. 1965 - 1968 рр. характерні зміцненням тоталітарного режиму, його наступом на права і свободи в Радянському Союзі, гонка озброєнь, боротьба СРСР і США за світове панування, створення зверхдержав. 3 1973 року з обранням В.В. Щербицького першим секретарем ЦК КП України почалися масові розправи і арешти інакомислячих.

Наступне підвищення сонячної активності у 1979 (максимум), 1980 1984 супроводжувалось введенням на територію Афганістану радянських військ та землетрусом в Узбекистані. Причому за 6 днів до землетрусу зафіксовано максимум психічних захворювань.

Особливо багатим на події був період сонячної активності у 1989 (максимум), 1990, 1991, 1992 роках. Він став руйнівним для соціалістичної системи. У грудні відбулись масові виступи в Румунії, що привело до зміни влади в цій країні. В кінці серпня 1990 року виник конфлікт між Вірменією та Азербайджаном. 4 жовтня 1990 року НДР та ФРН об'єдналися в єдину Німеччину. Проїшли масові виступи в Грузії (Тбілісі, 1990) та Прибалтиці (1991), на придушення яких були використані війська, коли танками давили мирних людей. 19 серпня 1991 року була спроба перевороту в Москві (виступ «ГКЧС»). 34 серпня 1991 року Україна оголосила себе незалежною державою. Розпався Радянський Союз, найбільша колоніальна держава.

У 2000-му році в Україні мали місце масові виступи демократичних сил під гаслом «Україна без Кучми». До Києва приїхали тисячі протестуючих з усіх областей України. Про те влада застосувала силу: одних заарештували, інших насильно вислали на місця мешкання, а пресі було категорично заборонено висвітлювати ці події.

У цій ситуації процес загострення протиріччя між владою і демократичними силами наростав і вилився у помаранчеву революцію, яка привела до зміни влади.

За прогнозами наступний пік сонячної активності буде мати місце у 2012-му році. Та чи будуть мати місце помітні політичні події? Це залежатиме від того, наскільки назриватиме протиріччя між багатими і бідними. Якщо ці протиріччя будуть незначними, то особливо помітних політичних виступів може й не бути.

А як сонячна активність і магнітні бурі, що її супроводжують впливають на здоров'я окремої людини? Магнітні бурі супроводжуються загостренням хронічних захворювань, підвищенням збудливості нервової системи, збільшенням кількості інфарктів міокарда, інсультів. Основоположник геліобіології О.Л. Чижевський ще на початку минулого століття на великому експериментальному матеріалі та на основі даних медичної статистики установив безпосередній зв'язок між зміною умов в космосі та станом здоров'я людей.

При цьому О. Л. Чижевський (1915 р.) помітив, що під час сонячної активності люди, котрі страждали хворобами нервової та серцево-судинної систем, переживали приступи найбільшого болю в один і той самий час незалежно від того, в яких умовах вони жили. Помічена серійність захворювань, загострень і смертності, які досить чітко пов'язувались з максимальною сонячною активністю (1930).

Як установив О.Л. Чижевський (1929), на зміни умов в космосі в першу чергу реагує нервова система людини. Цей висновок був підтверджений на статистичному матеріалі, який охопив більше 200000 випадків смерті від захворювань нервової системи за кілька років у великих містах Західної Європи.

За даними обслідування Ялтинського НДІ ім. Г.М. Сеченова (1970 - 1975), яким було охоплено 1642 людей хворих гіпертонічною хворобою (445), церебральним

атеросклерозом (815) та ішемічною хворобою серця (382), вік, яких перевищував 41 рік (84,1 %). Причиною погіршення їхнього стану здоров'я були сонячна активність і спричинені нею наступні магнітні бурі.

В інституті клінічної та експериментальної медицини Сибірського відділення АМН СРСР (Новосибірськ, 1980) вивчався вплив сонячної активності і магнітних збурень на спеціалістів розумової праці із захворюваннями серцево-судинної системи (гіпертонічна хвороба I-II-го ступеня). Спостереження показали, що піддослідні в цей період відчували нервово-емоційне напруження, підвищення артеріального тиску, головний біль, в'ялість і роздратованість, поганий сон, біль в ділянці серця. Причому частина з них відчувала погіршення стану здоров'я ще майже за добу до магнітних збурень.

Як показали дослідження В.М.Ягодицького, з 1949 до 1971 року з 44 епідемії грипу 42 відповідали спалахам сонячної активності, що підтверджується рядом історичних фактів. Так, грецький історик Фуکیدід повідомляв, що епідемія, яка була в Атиці з 436 до 427 рр. до н.е, супроводжувалась морськими повеннями, засухами, неврожаями, посиленням діяльності вулканів. В 1542 році в Константинополі виникла чума, а в наступному році по всій Європі пройшла хвиля землетрусів.

В розпал епідемії холери у 1364 - 1367 рр. китайські літописці, відзначають появу на Сонці таких великих плям, що їх можна було побачити неозброєним оком. 20 серпня 1982 року в Гамбурзі, в період максимуму сонячної активності, був максимальний спалах захворювань на холеру.

Проте магнітні бурі впливають і на здорових людей. У них погіршується настрій, з'являється головний біль, знижується продуктивність праці. Так, у пілотів збільшувалась кількість помилкових рішень, наростала тривога, втома, погіршувався настрій. Відомо, що в дні геомагнітних збурень кількість побутових травм досягала 88 відсотків, зростала кількість аварій на автотранспорті. К. Мак Магон (США) за період з 1972 до 1978 рр. проаналізував 185687 випадків самогубства. Аналіз показав, що існує сезонна, з весняним максимумом, місячна (максимум в березні-травні) і тижнева (пік у понеділок) ритміка суїцидних спроб. Приведені дані свідчать про те, що найбільшою є суїцидність весною, в період найвищої сонячної активності.

Магнітні бурі мають певний вплив на дітей і підлітків. Він пов'язаний з тим, що дитячий організм відзначається недостатнім розвитком і недосконалістю пристосувальних механізмів. Зміни умов зовнішнього середовища на перебудову основних функцій вимагають від дитячого організму великих енергозатрат. Тому періоди екстремальних геофізичних та погодних ситуацій, як і інші навантаження, можуть викликати у дітей велику напруженість психічних, емоційних та фізичних функцій і недостачу енергоресурсів для своєчасної адаптації. Це негативно впливає на серцево-судинну систему, органи дихання, сприяє розвитку функціональних розладів нервової та ендокринної систем. Тому діти можуть відчувати певний дискомфорт, з'являється неспокій, плаксивість, втрата апетиту, порушення сну. Дослідження радянських вчених свідчать про те, що найбільш травмогенними в ці дні є діти до 16 років, число травм у яких збільшується на 30 відсотків.

Як показали багаторічні спостереження групи вчителів початкових класів Миколаївської області в складі Вільчинської М.В. (СШ № 5 м. Первомайська), Гейт А.М. (СШ № 36 м. Миколаєва), Драч Н.А. Лахнової О.І. (СШ №15 м, Миколаєва), Коваленко Т.В. (Іванівська СШ Очаківського району) діти по-різному реагують на магнітні бурі. У одних мала місце помітна пригніченість: млявість, кволість, у других – проявляється підвищена збудливість, некерованість, у третіх – яскраво виражена подразливість чи агресивність, у четвертих порушується увага. В цілому працездатність дітей на уроках в дні магнітних збурень значно спадає. Особливо це помітно при перевірці техніки читання: діти читають значно гірше. Подібні ускладнення у самопочутті підлітків спостерігали вчителі ЗОШ №59 м.Харкова та Клугино-Башкирівської гімназії м.Чугуєва (Цуканова Є.О., Лук'янченко О.М., Цукіло Л.А. та ін.).

Вплив геомагнітних збурень на людський організм, його механізм має своє фізіологічне пояснення.

В період геомагнітних збурень в клітинах людського організму починаються процеси вільнорадикального окислення, при яких жири, що утворюють клітинні мембрани з ненасичених рідких переходять в насичені тугоплавкі. Через таку мембрану погіршується одержання клітиною поживних речовин, що приводить до передчасної її старіння. В незначних концентраціях збільшення числа вільних радикалів необхідне при стресі для синтезу біологічно активних речовин, що переключає обмін речовин на більш ефективний шлях.

В здоровому організмі в умовах геофізичних збурень надлишок вільних радикалів викликає механізм пристосування, що забезпечує їх нейтралізацію антиоксидантами, а хворі або перевтомлені люди не мають необхідного антиокислювального захисту. Тому вільнорадикальне окислення при дефіциті в організмі антиокислювачів призводить до пошкоджень мембран клітин. І в першу чергу пошкоджується орган або система, яка є найменш захищеною (хвора або перевтомлена). Часто цією мішенню стає серце, печінка, нирки, нервова або ендокринна системи.

### ВИСНОВКИ

Щоб пом'якшити вплив геомагнітних збурень, слід виконати ряд запропонованих нижче порад.

1. Напередодні геомагнітних збурень потрібно половину білків та жирів тваринного походження замінити рослинними (квасоля, горох, вівсяна, рисова і гречана крупи; соняшникова та кукурудзяна олія). А для тих, на кого магнітні бурі мають помітніший вплив, напередодні потрібно повністю відмовитись від м'ясних продуктів.

Значне місце в раціоні повинні складати овочі і фрукти (капуста, морква, буряк, помідори, огірки, цибуля) та ягоди. Особливо цінним продуктом в цьому плані є білокачанна капуста. Її цінність полягає в тому, що вона містить незамінні амінокислоти, білки, жири, вітаміни (С, Р, В1, В6, В12, К, Д, каротин), ферменти, мінеральні солі, бактерицидну речовину лізоцин та інші.

2. Потрібно збільшити кількість фізичних навантажень. Це підвищує функціонування серцево-судинної системи і сприяє кращому кровопостачанню органів поживними речовинами, посилює обмінні процеси, виведення з організму токсичних речовин і шлаків, посилює координацію нервової системи.

Тому вранці учням потрібно виконати фізичну зарядку, протягом дня пройти пішки 6-8 км, на перервах і після уроків активно відпочивати (зайнятись фізичною працею на відкритому повітрі, кататись на велосипеді, лижах чи ковзанах, провести похід до лісу, парку, взяти участь у рухливих іграх). Фізичні навантаження на відкритому повітрі потрібні й дорослим, особливо тим, хто має певні недуги.

3. Оскільки атмосфера міст забруднена промисловими відходами, що сприяє сильній її електризації, то при можливості час магнітних збурень краще проводити за межами міста (в селі, на березі моря, озера, річки, ставка, в лісі, в полі).

4. Позитивно впливає на перенесення геомагнітних збурень ходіння босоніж та інші види загартування. Тому потрібно виконати одну-дві процедури по загартуванню організму.

5. Позитивні емоції, музика, масаж, аутогенне тренування теж пом'якшують вплив геомагнітних збурень. Тому можна використати один із цих засобів.

6. Випити слабого чаю із трав, що сприяють заспокоєнню нервової системи (собача кропива, чебрець, нагідки лікарські, полин тощо). На дні геомагнітних збурень вчителю потрібно перенести уроки образотворчого мистецтва. Пом'якшує вплив геомагнітних збурень привітна посмішка вчителя, малювання під заспокійливу музику пейзажів, розпущеного листя, квітучого саду, квітів, овочів, фруктів, тварин, улюблених казкових героїв, а також слухання грамзапису шуму дощу, шелесту листя, хлюпотіння води в озері,

річці, морі, дзюрчання весняного струмка, співу птахів, колискові пісні та всі музичні твори, що вивчаються в початковій школі.

Щоб учні, виходячи у самостійне життя, вміли враховувати вплив активності Сонця та геомагнітних збурень, взаємодіяти з ними у здоров'язберігаючому режимі, слід навчальний предмет «Основи здоров'я» доповнити відповідним змістом знань.

#### СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Агаджанян Н.А., Катков А.Ю. Резервы нашего организма. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Знание, 1990.- С.36-92.
2. Агаджанян Н.А., Соколов А.Н. Ритмы космоса стучат в нашем сердце. – Тула: Приок. кн. изд-во, 1989. – 168 с.
3. Акляринский Б.С., Степанова С.И. По закону ритма. – М.: Наука, 1985. – 176 с.
4. Биологические ритмы. В 2-х томах. Т.1. Пер.с англ. Под ред. Ю. Штофа. – М.: Мир, 1984. – 414 с.
5. Биологические ритмы. В 2-х томах. Т.2.Пер. с англ. Под ред. Ю. Штофа. – М.: Мир, 1984. – 262 с.
6. Гончаренко М.С., Иванова А.І. Валеологічне розвантаження школярів протягом навчального процесу: Методичний посібник для вчителів загальноосвітніх шкіл. – Харків. – 2002. – 28 с.
7. Григорьева Б. Рак кожи // АиФ. Здоровье, 1999. – №27. – С. 4.
8. Державна програма профілактики йодної недостатності у населення на 2002-2005 роки. Затверджено постановою Кабінету Міністрів України від 26 вересня 2002 року № 1418.
9. Державний стандарт початкової загальної освіти. Затверджено постановою Кабінету Міністрів України від 16.11.2000 р. № 1717 // Початкова освіта. – 2000. – № 47. – С.22-24.
10. Диагностика здоровья (практическое пособие по оздоровлению). – Херсон, 1994. – 207 с.
11. Дискотека с помощью дельта-ритмов может увести в «мир иной» // АиФ. Здоровье. 2000. – № 45. – С. 6-7.
12. Дубкова Т. Как читать график//АиФ. Здоровье. – 2004. – № 5. – С. 14.
13. Дубров А.П. Лунные ритмы человека (Краткий очерк по селенобиологии). – М.: Медицина, 1990. – 160 с.
14. Квасюк Г., Лапшин В., Пантин В. Ритмы истории // Наука и религия, -1991. – №1. – С. 36-40, 57.
15. Моисеева Н.И., Любичкий Р.Е. Воздействие гелиофизических факторов на организм человека. – Л.: Наука, 1986. – 136 с.
16. Стан здоров'я дітей та підлітків в Україні та надання їм медичної допомоги за 2003 рік. / За ред. Моїсеєнка Р.О. – К.: МОЗ України. –
17. Ступка И. Родинки: символ счастья // АиФ. Здоровье. 1999. – № 35 – С. 4.
18. Фітооздоровлення дітей та молоді. Методичні рекомендації / Укл. Гончаренко М.С. та ін. – Харків: ХДУ, 1999.
19. Шахненко В.І. Азбука здоров'я молодшого школяра. Посібник для вчителя 1-4 класів. – К.: Центр «Магістр-S», 1998. – 182 с.
20. Шахненко В.І. Формування основ здорового способу життя учнів початкової школи: теорія і практика (дидактичні матеріали). - Харків, 2007. - 300с.
21. WHO: The first ten years of the world. – Geneva. – 1958. – P.
22. Data for ganuary 1994 // Solar – Geophysical. Data prompt reports. Feb. 1994.- № 594.- Part 1.- P. 28.
23. Data for ganuary 1994 // Solar - Geophysical. Data prompt reports. June 1994.- № 548.- Part 1.- P.28.
24. M. C. Kinnon, I. A. Sunspot nummers: 1610-1985 based on the sunspot-activity in the years 1610-1960 // “World Data Cent A Solar - Terr Phys. Rept”.- 1987.- № 95.- P. 6, 62.
25. Solar – Geographhysical Data prompt reports Data for February and March 2001. NOAA. Bovlder, Colorado. - P.31.
26. NOAA [ftp://ftp NGDC. NOAA. Gov ftp/STP/SOLAR\\_Data/ Sunspot numbrbers/](ftp://ftp.ngdc.noaa.gov/STP/SOLAR_Data/Sunspot_numbers/)

Наукове видання

Вісник Харківського національного університету

№ 799

Серія: ВАЛЕОЛОГІЯ: СУЧАСНІСТЬ І МАЙБУТНЄ

Випуск 4

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРИ ТА ОСНОВАМ  
ЗДОРОВ'ЯМ

Відповідальний за випуск проф. М. С. Гончаренко

Підписано до друку 01.04.2008

Формат .60<sup>x</sup>841/8. Папір офсетний.

Друк ризографічний

Ум.-друк. арк. 6,5. Обл.-вид. арк. 7,6.

Наклад 100 прим.

Ціна договірна

61077, Харків, пл. Свободи, 4, Харківський національний університет  
імені В. Н. Каразіна.

Надруковано ФОП «Петрова І. В.»

61144 Харків-144, вул. Гв. Широнінців, 79<sup>В</sup>, к. 137, тел. 362-01-52

Свідоцтво про державну реєстрацію ВОО № 948011 від 03.01.03.