

СУЧАСНІ ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОЇ ОСВІТИ MODERN THEORY AND PRACTICE OF HEALTH-SAVING EDUCATION

У статті проведено аналіз розвитку теорії і практики вищої освіти, підготовки учнів у профільних навчальних закладах ДСНС України, яка висуває на перший план завдання формування здоров'язберігаючої освіти в профільних навчальних закладах ДСНС України з метою максимального розвитку всіх складників здоров'я, що забезпечують базові умови досягнення співробітником успішної самореалізації в навчальній та професійній діяльності. Обґрунтовано основні завдання здоров'язберігаючої професійної освіти в профільних навчальних закладах ДСНС України: формування потреби в учнів в особистому здоров'я як фактор успішності навчання та професійної діяльності; розвиток мотивації зміцнення здоров'я як психофізіологічної основи життя і діяльності співробітника ДСНС України; формування здоров'язберігаючої моделі поведінки.

Ключові слова: профільні навчальні заклади, здоров'я, здоров'язбереження, здоров'язберігаюча педагогіка, студент.

основные задачи здоровьесберегающего профессионального образования в профильных учебных заведениях ДСНС Украины: формирование потребности у обучающихся в личном здоровье как факторе успешности учебы и профессиональной деятельности; развитие мотивации укрепления здоровья как психофизиологической основы жизни и деятельности сотрудника ДСНС Украины; формирование здоровьесберегающей модели поведения.

Ключевые слова: профильные учебные заведения, здоровье, здоровьесбережение, здоровьесберегающая педагогика, студент.

The article analyzes the development of the theory and practice of higher education, the training of students in specialized educational institutions of the DSN of Ukraine, which highlights the task of forming health education in the profile educational institutions of the DSN of Ukraine with a view to maximizing all components of health that provide the basic conditions for the employee to achieve successful self-fulfillment in educational and professional activities. The main tasks of health-saving professional education in the specialized educational institutions of the DSN of Ukraine are: the need for students in personal health is formed as a factor in the success of studies and professional activities; development of the motivation to promote health as a psycho-physiological basis for life and activity of a staff member of the DSN of Ukraine; formation of a health-saving behavior model.

Key words: profile educational institutions, health, health preservation, health saving pedagogy, student.

УДК 378.147-057.36

Таймасов Ю.С.,
канд. пед. наук,
старший викладач навчального пункту аварійно-рятувального загону спеціально призначення Головного управління Державної служби України з надзвичайних ситуацій у Харківській області

В статье проведено анализ развитие теории и практики высшего образования, подготовки обучающихся в профильных учебных заведениях ДСНС Украины, которая выдвигает на первый план задачу формирования здоровьесберегающего образования в профильных учебных заведениях ДСНС Украины с целью максимального развития всех составляющих здоровья, обеспечивающих базовые условия достижения сотрудником успешной самореализации в учебной и профессиональной деятельности. Обоснованы

Постановка проблеми у загальному вигляді.

Дослідження питань розвитку і збереження здоров'я в профільних навчальних закладах ДСНС України, необхідність включати в навчальний процес освоєння системно-інтеграційних, методологічних і професійних сучасних знань з питань здоров'язбереження. Сучасний стан освітнього середовища неповною мірою відповідає рівню, необхідному для вирішення завдань професійної підготовки і особистісного розвитку учнів, громадян сучасної України. Обґрунтовано високі фізіологічні та психологічні навантаження, порушення режиму праці, відпочинку та харчування, гіподинамія, становлення особистості і багато інших чинників вимагають від учнів у вищих здатності і готовності до адаптації до нових умов навчання і спілкування, засвоєння змісту освіти, встановленню позитивних міжособистісних відносин, подолання складних життєвих ситуацій.

Упродовж останніх 20 років у студентів, які навчаються у ВНЗ України, зазначалося зниження здоров'я: зростання патології системи кровообігу на 20%, органів зору – на 25%, ендокринної системи – на 30%, психічних розладів – на 50%. Більше 30% юнаків за станом здоров'я не можуть бути визнані придатними до військової служби.

Поряд із такими факторами, як генетична зумовленість, несприятливі соціальні, екологічні умови розвитку, несприятливий і істотний вплив на здоров'я студентів справляє група чинників, що безпосередньо стосується проблеми здоров'язберігаючих освітніх технологій: стресова педагогічна тактика; інтенсифікація і нераціональна організація навчального процесу; невідповідність методик навчання віковим можливостям учнів; функціональна неграмотність педагога в питаннях охорони та зміцнення здоров'я.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На підставі аналізу робіт Л. Антонової, Г. Даниленко, Н. Смирнова та інших, потенційну загрозу для здоров'я учнів становлять санітарно-гігієнічні фактори: шум; освітленість; повітряне середовище; розмір приміщень, кубатури; дизайн, колір стін; використовувані будматеріали, фарба; меблі: розміри, розміщення в приміщенні; відеоекран дошки, комп'ютери, телевізори; харчоблок: асортимент, якість їжі, організація харчування; якість питної води, використовуваної у виші; екологічний стан прилеглої території.

Виклад основного матеріалу. У число навчально-організаційних чинників Н. Смирнов включає: обсяг навчального навантаження, її від-

повідність віковим та індивідуальним можливостям учнів; розклад навчальних занять, розподіл навчального навантаження по днях, семестрах, у навчальному році; організаційно-методичні умови проведення навчального заняття (щільність, чергування видів навчальної діяльності); обсяг фізичного навантаження – по днях, за тиждень, за місяць (на заняттях фізичною культурою, на перервах); особливості статуту і норм студентського життя; медичне і психологічне забезпечення вишу; стиль управління адміністрації освітнього закладу, характер відносин «по вертикалі»; психологічний клімат педагогічного колективу, характер відносин «по горизонталі»; наявність/відсутність системи роботи з формування культури здоров'я та здорового способу життя студентів; позиція і рівень компетентності керівництва з питань збереження і зміцнення здоров'я студентів.

До психолого-педагогічних факторів, що залежать більшою мірою від викладача, на думку Н. Смирнова, належать: психологічний клімат на навчальних заняттях, наявність емоційних розрядок; стиль педагогічного спілкування викладача зі студентами; форма і характер проведення опитувань та іспитів, проблема оцінювання; ступінь реалізації викладачем індивідуального особистісно-орієнтовного підходу до студентів; ступінь обмежень у свободі природних тілесних, емоційних і розумових проявів під час перебування у виші; обтяженість викладача власними проблемами, його нездатність до психоемоційного перемикавання; ступінь педагогічної автономії і можливості інноваційної діяльності викладача; професійна підготовленість викладача з питань здоров'язберігаючих освітніх технологій [4].

У студентські роки формується соціальний «портрет» студента з усіма його позитивними і негативними сторонами.

Здоров'я – це перша і найважливіша потреба людини, яка визначає здатність його до праці і забезпечує гармонійний розвиток особистості. Воно є найважливішою передумовою до пізнання навколишнього світу, самоствердження і щастя людини. Активне довге життя – це важлива складова частина людського фактора.

Фізичне здоров'я – це природний стан організму, зумовлений нормальним функціонуванням усіх його органів і систем. Якщо добре працюють всі органи і системи, то і весь організм людини (система саморегулююча) правильно функціонує і розвивається.

Психічне здоров'я залежить від стану головного мозку, воно характеризується рівнем і якістю мислення, розвитком уваги і пам'яті, ступенем емоційної стійкості, розвитком волевих якостей.

Моральне здоров'я визначається тими моральними принципами, які є основою соціального життя людини, тобто життя в певному людському

суспільстві. Відмінними ознаками морального здоров'я людини є, насамперед, свідоме ставлення до праці, оволодіння скарбами культури, активне неприйняття вдач і звичок, що суперечать нормальному способу життя. Фізично і психічно здорова людина може бути моральним виродком, якщо він нехтує нормами моралі. Тому соціальне здоров'я вважається вищою мірою людського здоров'я. Морально здоровим людям властива низка загальнолюдських якостей, які й роблять їх справжніми громадянами.

Єдиної точки зору на поняття здорового способу життя немає, але основний його зміст становлять такі елементи: оптимальний рівень рухової активності, що забезпечує добову потребу організму в русі; загартовування, що сприяє збільшенню опірності організму несприятливих впливів зовнішнього середовища і захворювань; раціональне харчування: повноцінне, збалансоване за набором життєво необхідних речовин (білки, жири, вуглеводи, вітаміни і мікроелементи); дотримання режиму праці та відпочинку; особиста гігієна; екологічно грамотна поведінка; психічна й емоційна стійкість; сексуальне виховання, профілактика захворювань, що передаються статевим шляхом; відмова від шкідливих звичок: куріння, вживання алкоголю і наркотиків; безпечна поведінка вдома, на вулиці і в школі, що дає змогу уникнути травм і інших пошкоджень.

Наведені характеристики дають змогу зробити висновок, що культура здорового способу життя особистості – це частина загальної культури людини, яка відображає його системний і динамічний стан, зумовлений певним рівнем спеціальних знань, фізичної культури, соціально-духовних цінностей, придбаних у результаті виховання і самовиховання, освіти, мотиваційно-ціннісної орієнтації і самоосвіти, втілених у практичній життєдіяльності, а також у фізичному і психічному здоров'ї.

У зв'язку з вищесказаним дуже популярним в освіті стає термін «*здоров'язбереження*», який став у сучасній педагогічній літературі загальноприйнятим.

Здоров'язбереження – процес, найважливішими компонентами якого є культура здоров'я, орієнтація студентів на комплексність здоров'я і формування здорового способу життя.

Здоров'язбереження як система характеризує власне здоров'язберігаючий аспект функціонування навчального закладу відповідного рівня і профілю.

Будь-яка така система складається із взаємопов'язаних компонентів: цілей здоров'язберігаючої діяльності; змісту цієї діяльності (фіксованої в планах, програмах, підручниках, навчальних посібниках, комп'ютерних навчальних програмах, різноманітних відео, інформаційних,

телекомунікаційних засобах); методів збереження здоров'я (процесуально розуміється технології здоров'язберігаючої діяльності); засобів, що використовуються в процесі здоров'язбереження; організаційних норм, в яких здоров'язберігаюча діяльність реалізується з тим чи іншим ефектом.

Система здоров'язберігаючої освіти поряд із забезпеченням необхідних умов для повноцінного природного розвитку студента сприяє формуванню у нього усвідомленої потреби в здоров'я, розуміння основ здорового способу життя, забезпечує практичне освоєння навичок збереження і зміцнення фізичного та психічного здоров'я.

Система здоров'язберігаючої освіти студентів є взаємозв'язок трьох підсистем. Цими підсистемами є:

1) формування здоров'язберігаючої грамотності. Цей процес здійснюється шляхом передачі знань і формування умінь і навичок збереження і зміцнення здоров'я на різних навчальних дисциплінах;

2) здоров'язберігаючий підхід до навчального процесу, під яким мається на увазі системна організація таких елементів: фізіологічно грамотна побудова і педагогічно раціональна організація лекції, використання активних методів навчання, забезпечення необхідних санітарно-гігієнічних норм у навчальних приміщеннях, створення сприятливої психологічної атмосфери й оптимальне поєднання суб'єкт-суб'єктних і об'єкт-суб'єктних відносин у процесі навчання;

3) результатом здоров'язберігаючої освіти є індивідуальне здоров'я студента, що являє собою динамічний комплекс психофізіологічних властивостей і якостей особистості, спрямований на самовдосконалення і здоровий стиль життя.

Сутність поняття «*здоров'язберігаючих компетентності*» проявляється в проведенні профілактичних заходів і застосуванні здоров'язберігаючих технологій людьми, які знають закономірності процесу здоров'язбереження.

Здоров'язберігаюча культура – привласнення на особистісному рівні концепції здоров'я і дотримання індивідуальною програмою здорового способу життя.

Культура фізичного виховання включає виховання усвідомлення цілей і принципів збереження здоров'я, навчання методів і принципів діагностики особистого здоров'я; навчання методів збереження і зміцнення здоров'я.

Культура психологічного виховання – ознайомлення з принципами поведінки і спілкування людини; методи діагностики психологічного статусу і мотивації; громадські та державні заходи, що змінюють психологічну мотивацію.

Менталітет. Як уже зазначалося, найвища цінність освіти і його ієрархічно вища мета – формування менталітету особистості і соціуму. Саме

менталітет зумовлює конкретні вчинки людей, їх ставлення до різних сторін життя суспільства. Важлива оцінка результатів здоров'язберігаючої освіти і за віддаленими результатами діяльності людини, на рівні ментальних пріоритетів і переваг цього конкретного соціуму.

Орієнтація людини на здоровий спосіб життя – основа здоров'язберігаючого менталітету. Спосіб життя – біосоціальна категорія, що інтегрує уявлення про певний тип життєдіяльності людини і характеризується його трудовою діяльністю, побутом, формою задоволення матеріальних і духовних потреб, правилами індивідуальної і суспільної поведінки.

Здоровий спосіб життя об'єднує все, що сприяє виконанню людиною професійних, громадських і побутових функцій в оптимальних для здоров'я умовах і виражає орієнтованість діяльності особистості в напрямі формування, збереження і зміцнення як індивідуального, так і суспільного здоров'я.

Здоров'язбережувальна педагогіка – це система, що створює максимально можливі умови для збереження, зміцнення і розвитку духовного, емоційного, інтелектуального, особистісного та фізичного здоров'я всіх суб'єктів освіти.

У світовій практиці вже з 70-х рр. ХХ ст. при плануванні і проведенні профілактичних програм, спрямованих на поширення принципів здорового способу життя, широко використовуються особистісно-орієнтовані моделі навчання здоров'ю, що спираються на базові положення наук про поведінку [5].

Взаємно доповнюють теорії впливу на поведінку на індивідуальному рівні фокусуються на внутрішньо-особистісних факторах. Це такі характеристики індивіда, як знання, установки, уявлення, мотивація, самооцінка, життєвий шлях, минулий досвід, навички.

Дослідники зазначають, що на поведінку людини, крім індивідуальних характеристик, впливають міжособистісні, інституційні, популяційні і політичні чинники.

Теорія запланованого поведінки стосується ставлення до поведінки і нормативних уявлень, тобто той, хто приймає рішення, спочатку оцінює переваги цього способу дій, а потім – можливе ставлення з боку інших людей, якщо він вибере саме цю лінію поведінки.

Окрім наведених вище теорій, велике поширення отримала теорія соціального навчання. Ця теорія є теоретичною основою більшості профілактичних програм незалежно від того, на які фактори ризику і захворювання вони спрямовані, будь то профілактика СНІДу, травматизму, раку, серцево-судинних захворювань, куріння.

Якість життя відображає фізіологічний та психосоціальний статус людини, що виражається в

ступені його впевненості в задоволенні потреб і наданні необхідних для досягнення щастя і самореалізації можливостей [1].

Якість життя диктує її образ, визначає поведінку людей [3]. Оскільки задоволення певних потреб істотно залежить від соціальних, екологічних умов, для людини якість життя можна бути порівняти з якістю здоров'я як можливістю повної самореалізації.

Поняття якості здоров'я передбачає сукупність властивостей організму, що характеризується такими показниками: сприятлива спадковість, гарне самопочуття, працездатність без обмежень, висока адаптивність, психічна врівноваженість, комунікабельність [2].

Висновки. Таким чином, аналіз розвитку теорії і практики вищої освіти, підготовки учнів у профільних навчальних закладах ДСНС України висуває на перший план завдання формування здоров'язберігаючої освіти в профільних навчальних закладах ДСНС України з метою максимального розвитку всіх складників здоров'я, що забезпечують базові умови досягнення співробітником успішної самореалізації в навчальній і

професійної діяльності. Тому основними завданнями здоров'язберігаючої професійної освіти в профільних навчальних закладах ДСНС України є: формування потреби в учнів в особистому здоров'ї як фактор успішності навчання та професійної діяльності; розвиток мотивації зміцнення здоров'я як психофізіологічної основи життя і діяльності співробітника ДСНС України; формування здоров'язберігаючої моделі поведінки.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Дистервег А. Избранные педагогические сочинения. М., 1956.
2. Загвязинский В.И. Методология и методика дидактического исследования. М.: Педагогика, 1982. 160 с.
3. Коростелев Н.В. Воспитание здорового школьника. Пособие для учителя. М.: Просвещение, 1986. 176 с.
4. Панфилов О.П., Артамонова Л.Л. Валеологические дидактики как новая парадигма подготовки специалиста для средней и высшей школы. Образование и здоровье. Калуга, 1998. С. 206–207.
5. Татарникова Л.Г. Педагогическая валеология: Генезис, тенденции развития: дис. ...докт. пед. наук. М., 1996. 64 с