

Методичні шляхи формування ціннісного відношення до здоров'я студентів закладів вищої освіти

Бойко Ю.С. к.п.н., доцент кафедри медико-біологічних основ фізичної культури Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини

Анотація. В статті проводиться аналіз психолого-педагогічної літератури з визначеної проблеми, виявлено орієнтацію психолого-педагогічних дисциплін на користь ціннісного (аксіологічного) підходу до організації процесу навчання та виховання підростаючого покоління, але загальна тенденція використання аксіологічного підходу зв'язана більше із психологічним аспектом, а педагогічний аспект усе ще залишається мало вивченим, зокрема у поле зору сучасних дослідників не потрапили педагогічні умови формування ціннісного ставлення до здорового способу життя у студентів вищих навчальних закладів, які й стали предметом науково - теоретичного й практичного дослідження.

Ключові слова: здоров'я, здоровий спосіб життя, ціннісне ставлення до здоров'я.

Проблема збереження і зміцнення здоров'я молоді та формування ціннісного ставлення до здоров'я та здорового способу життя за всіх часів була однією із ключових проблем суспільства. Збереження здоров'я людей усе більше усвідомлюється як першочергове завдання держави, суспільства й всіх його соціальних інститутів. Очевидна необхідність подолання тривожної тенденції, що має місце, в інтересах забезпечення життєздатності підростаючого покоління.

Сучасна політична, економічна й соціально-психологічна перебудова суспільства вимагає перетворення багатьох сторін життєдіяльності людини,

свідомості й світогляду, відношення до багатьох явищ громадського життя. Серед причин кризового стану – соціально-економічна та психологічна кризи, неефективна стратегія охорони здоров'я і недоліки в організації системи освіти, що зумовлюють психоемоційне перевантаження і недостатню рухову активність підростаючого покоління. Крім цього, важливу роль у розвитку негативних тенденцій має низький рівень культури здоров'я і відсутність знань про здоровий спосіб життя.

Актуальність цієї проблеми зумовлена в першу чергу швидким поглибленням демографічної кризи і розвитком депопуляційних процесів в Україні, що можуть уповільнити і навіть зупинити соціально-економічний розвиток суспільства.

В цьому ракурсі студентство представляє категорію населення з підвищеними факторами ризику, до яких ставлять нервову й розумову перенапругу, постійні порушення режиму харчування, праці й відпочинку. У способі життя студентів часто спостерігається відсутність турботи про здоров'я: невпорядкованість, хаотичність, що проявляються в систематичному недосипанні, малому перебуванні на свіжому повітрі, недостатній руховій активності, відсутності процедур, що загартовують організм, виконання самостійної, навчальної роботи в години, призначені для сну; наявність шкідливих звичок. Накопичуючись протягом навчального року й під час років навчання у ВУЗі, негативні наслідки впливають на стан здоров'я студентів.

Сучасні дослідники (В. К. Бальсевич, Б. М. Бахмудов, І. І. Брехман, Е. Г. Булич, П. В. Бундзен, А. П. Видюк, С. В. Гончарук, А. Г. Горшков, Н. П. Єфіменко, І. В. Єфімова, А. А. Кавун, Є. М. Казин, М. А. Калмиков, А. Г. Кузьменко, В. А. Масляков, В. П. Петленко), які вивчали особливості життєдіяльності студентів, прийшли до висновку, що більшість з них не займаються формуванням свого здоров'я, що вимагає вольових зусиль. Їх увага спрямована в основному на попередження порушень та відновлення

здоров'я. Все це є результатом низької активності особистості, поведінкової пасивності й валеологічної безграмотності.

Проблему в стані вирішити вузівська професійна підготовка вчителів, в якій існують теоретичні передумови: студенти вивчають філософсько-гуманітарні, психолого-педагогічні й медико-біологічні блоки, чого, як показує практика, поки недостатньо. Протиріччя полягає в тому, що час пред'являє сучасному вчителю, як фахівцеві вищої кваліфікації, наявність ряду нових якостей у його професійній діяльності, які вимагають високої педагогічної культури, яка фактично відсутня у сучасних випускників педагогічних ВУЗів.

У сучасних студентів, по-перше, не сформоване ціннісне ставлення до свого здоров'я, як до однієї з головних цінностей людського життя. Доказом є той факт, що майбутні вчителі не тільки не бережуть своє здоров'я, але й руйнують його. Більше половини юнаків та дівчат страждають на тютюнопаління, вживають психотропні речовини [3], багато майбутніх фахівців мають різні паталогічні відхилення в стані здоров'я. Це залежить від ряду факторів, але здебільшого – від відношення до власного здоров'я самих студентів. Згодом такі фахівці будуть у такий же спосіб ставитися й до здоров'я своїх учнів і сформуєть у них відповідні ціннісні орієнтації до нього. Таким чином, у майбутніх вчителів ще не досить сформована педагогічна свідомість (немає спрямованості особистості на здоровий спосіб життя, про що свідчать факти тютюнопаління й прийому алкоголю).

По-друге, майбутні вчителі не володіють навичками й методикою оздоровлення й підвищення компенсаторних сил організму з метою захисту від стресів й інших шкідливих факторів, що мають місце в сучасному житті.

По-третє, аналіз педагогічної практики в школі, свідчить про те, що у студентів відсутній досвід педагогічної роботи з формування здорового способу життя у школярів, хоча по закінченню ВУЗу їм доводиться займатися відповідною діяльністю в школі. Таким чином, встає питання про

професійну готовність педагога до здійснення педагогічної роботи з формування здорового способу життя. Під професійною готовністю М.Г.Колеснікова, розуміє такий стан особистості, що дозволяє їй успішно увійти в професійне співавторство й швидко розвиватися в професійному відношенні.

Ці недоліки є наслідком того, що в майбутніх вчителів не сформований мотиваційний компонент до ведення здорового способу життя й підвищенню рівня індивідуального здоров'я [2, с.8-10.]

Теоретико-прикладні аспекти формування у майбутнього вчителя ціннісного ставлення до здорового способу життя досліджувались Л.Н.Овчинніковою[2,с.186-188]. Таке ставлення, на її думку, є результатом «організованого і цілеспрямованого процесу формування у студента педагогічного ВУЗу знань про здоровий спосіб життя, вмінь і навичок його ведення і виховання у нього почуття відповідальності за власне життя і здоров'я, які необхідні йому для успішної самореалізації у майбутній професійно-педагогічній діяльності, спрямованій на впровадження здорового способу життя серед учнів» [2].

Таким чином, проведений аналіз літератури в галузі філософії, психології й педагогіки, присвяченої проблемі формування здорового способу життя у студентів вищих навчальних закладів й формування ціннісного ставлення до нього дозволив зробити наступні висновки:

- зусиллями багатьох педагогів, психологів, валеологів розроблена й представлена в публікаціях структура здорового способу життя;
- сформульовано основні принципи організації й формування здорового способу життя, що відповідають соціально-біологічній сутності особистості;
- виявлено орієнтацію психолого-педагогічних дисциплін на користь ціннісного (аксіологічного) підходу до організації процесу навчання та виховання підростаючого покоління, але загальна тенденція використання

аксіологічного підходу зв'язана більше із психологічним аспектом, а педагогічний аспект усе ще залишається мало вивченим, зокрема у поле зору сучасних дослідників не потрапили педагогічні умови формування ціннісного ставлення до здорового способу життя у студентів вищих навчальних закладів, які й стали предметом нашого науково - теоретичного й практичного дослідження.

Використана література:

1. Колеснікова М.Г. Проектування професійної підготовки валеолога в умовах педагогічного коледжу: Автореф. Дисс. на соиск. канд. пед.наук. /13.00.01/ Санкт-Петербург, 1999, с.8-10.
2. Овчинникова Л.Н. Формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни у будущего педагога: дис.на соиск. ученой степени кандидата пед. наук: /13.00.01/ Овчинникова Людмила Николаевна.-Екатеринбург, 2003.-188 с.
3. Оглоблін Д.О. Відношення студентів до здорового способу життя./ Матеріали науково-практичної конференції «Актуальні проблеми валеології й профілактичної медицини», 5-6 квітня, 2000р.,- Усурійськ: УММ,2000, - с.15
4. Московченко О.Н. Системний підхід до оцінки здорового способу життя // Валеологія, 1999, №2. - С.14-18
5. Перевозчикова Е.В. Педагогические основы формирования здорового образа жизни будущего учителя: автореф. Дис. на соискание ученой степени канд. Пед. Наук: спец. 13.00.01. «Общая педагогика, история педагогики и образования» / Перевозчикова Е.В. – Шуя, 2001.- 20с.