

## ЦІЛІ ТА ПРИНЦИПИ ВАЛЕОЛОГІЧНОГО ВИХОВАННЯ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ У ГАЛУЗІ МЕДИЦИНИ

*У роботі здійснено аналіз проблеми валеологічної підготовки студентів-медиків. Авторами представлено валеологічну науку як важливий структурний компонент професійної підготовки майбутніх працівників медичної сфери. Запропоновано дидактичні цілі та принципи формування валеологічних знань, поєднаних у цілісний системний підхід організації навчального процесу, що здатний ефективно впливати на виховання валеологічної культури майбутніх медиків.*

**Ключові слова:** валеологія, здоров'я, медицина, фізична культура, спосіб життя.

*В работе поднята проблема валеологической подготовки студентов-медиков. Авторами представлено валеологическую науку, как важный структурный компонент профессиональной подготовки будущих работников медицинской сферы. Предложены дидактические цели и принципы формирования валеологических знаний, объединенных в целостный системный подход организации учебного процесса, способного эффективно влиять на воспитание валеологической культуры будущих медиков.*

**Ключевые слова:** валеология, здоровье, медицина, физическая культура, образ жизни.

*During this work was analyzed the problems of valeological training of medical students. The authors was described valeological science as an important structural component of professional training of future medical workers. Was purposed didactic aims and principles of formation of valeological knowledge, combined in a integral system approach in the organization of educational process that can effectively influence on the education of valeological education of future medical worker.*

**Key works:** valeology, health, medicine, physical culture and lifestyle.

**Постановка проблеми та аналіз результатів останніх досліджень.** Сучасне молоде покоління знаходиться у жорстких умовах природного і соціального середовища, яке характеризується нестабільністю, невизначеністю, що вимагає значних фізичних і психологічних сил людини для підтримки своєї життєздатності, щоб не деградувати у складних соціальних умовах, розвиватися і духовно зростати, виростити й виховати потомство, життєздатне в біологічному й соціальному планах.

Життєздатність передбачає велику соціальну активність особистості, спрямовану на перетворення зовнішнього природного і соціального середовища, на формування здорового способу життя і самого себе відповідно до запитів суспільства на конкретному історичному етапі.

Формування здорового способу життя студентів в умовах медичного навчального закладу неможливе без створення теоретичних основ валеологічної культури і практичної системи зміцнення здоров'я й профілактики захворювань, а також усвідомлення того, що валеологічна підготовка є невід'ємною часткою професійної підготовки майбутніх медиків.

Слід зауважити, що мова йде не лише про фізичне здоров'я, а перш за все про відновлення особистісних якостей, які забезпечують молодій людині психологічну стійкість у нестабільному суспільстві та конкурентоздатність у всіх сферах її життєдіяльності, стремління до самовіддачі й життєвого успіху, можливість передати і проявити навички й традиції здорового способу життя.

Для майбутнього спеціаліста медичної сфери валеологічна підготовка є важливою складовою професійної підготовки ще й тому, що саме медична діяльність по своїй суті спрямована на зміцнення людського здоров'я, відновлення фізичних і психічних сил, на подолання гіподинамії, стресів, фрустрацій, на підвищення життєздатності особи у всіх її проявах.

Таким чином, знання з валеології в процесі професійної освіти повинні стати частиною системи професійних знань студента-медика і реалізуватися в медичній діяльності зміні вчинків, звичок, думок, бажань, відповідно і способу життя. Ці знання мають стати часткою самої людини, змінюючи її в бік підвищення рівня життєздатності в навколишньому світі, а також удосконалюючи компоненти особистості: моральний, психічний, соматичний, соціальний і фізичний.

**Мета роботи** – теоретично обґрунтувати дидактичні цілі та принципи валеологічного виховання майбутніх фахівців у галузі медицини та необхідність розробки теоретико-методологічних основ формування валеологічних знань і навиків здорового способу життя.

**Методи дослідження.** Для реалізації поставленої мети використаний теоретичний аналіз.

**Результати дослідження.** Найбільш фундаментальною проблемою валеології є відношення до поняття індивідуального здоров'я. На думку А.Щедріна, системний підхід до оцінки індивідуального здоров'я ставить у центр проблему людини, у цілісності і багатовимірності її динамічних характеристик, і висуває на перший план завдання з виховання потреб здоров'я, формування культури здоров'я, як упродовж індивідуального розвитку особистості, так і в процесі її професійного медичного навчання.

Аналіз наукової літератури і досвід діяльності медичних навчальних закладів дає можливість виділити протиріччя між необхідністю підготовки спеціаліста медичної сфери, здатного до формування здорового способу життя і усвідомлення необхідності цього для інших людей, і недостатністю валеологічних знань, яких студенти набувають у процесі професійної медичної підготовки, несформованістю валеологічної культури майбутнього медичного працівника.

Таким чином, проблема полягає в тому, щоб визначити, що повинна включати в себе професійна підготовка медичних працівників для забезпечення необхідного рівня валеологічних знань і валеологічної культури майбутніх лікарів.

Ю.Лисицин справедливо наголошує, що розвиток духовного світу людини, її творчих здібностей, відношення до праці, до соціального середовища є своєрідною стратегією валеології у зміні способу життя з метою збереження і покращення індивідуального здоров'я [8]. Для того, щоб валеологічна проблема впроваджувалась у практику, необхідне виховання відповідної культури, включаючи: культуру фізичну – керування рухами; культуру фізіологічну – керування процесами в тілі; культуру психологічну – керування своїми відчуттями і внутрішнім станом; культуру інтелектуальну – керівництво думками, роздумами, і щоб люди, котрі несуть виховний і навчальний потенціал, були достатньо освіченими в галузі валеології. Під час підготовки валеолога доцільно звернути увагу як на педагогічні, так і на медико-біологічні аспекти валеології, а сферами діяльності такого спеціаліста повинна бути організаційно-педагогічна, викладацька, науково-методична, соціально-педагогічна, культурно-просвітницька [2, с.29–53].

Розв'язання концептуальних проблем педагогічної і медико-біологічної валеології можливе за умови розробки спеціальних навчальних валеологічних програм і підготовки спеціалістів широкого профілю, поєднуючи теоретичні знання з практичними вміннями і навиками з питань індивідуальної діагностики, корекції і реабілітації.

Валеологія повинна нести не стільки освітню, скільки виховну спрямованість.

“Формування активного погляду на власне здоров'я як велику цінність, розвиток свідомого відношення до його збереження – ось корінне завдання валеології” (Г.Галімов). У валеологічній освіті акцент зміщується на саму людину, яка повинна усвідомити відповідальність за своє здоров'я, тобто мова йде про виховання культури здоров'я.

На думку І.Лернера, головними структурними компонентами змісту освіти є: система знань про природу, суспільство, мислення, техніку і способи діяльності; система загальних інтелектуальних і практичних навиків; досвід творчої діяльності та досвід емоційно-вольового відношення до світу й один до одного. Виходячи із цього положення, А.Умангалієв виділяє компоненти валеологічної освіти:

- гносеологічний (що знає про здоров'я);
- аксіологічний (як оцінює здоровий спосіб життя);
- художній (чи бачать красу в ЗСЖ);
- комунікативний (чи вважає можливим спілкування за принципом ЗСЖ).

На думку вченого, у валеологічній освіті аксіологічний компонент менш сформований, ніж гносеологічний і діяльний. Оскільки якості особистості, зміст виховання і розвиток у більшості залежить не лише від того, що вивчається, але й від того, як вивчається, процес валеологічної освіти повинен поєднувати характер навчальної діяльності з методами та формами навчання. У валеологічному навчанні такому поєднанню приділяється велике значення у зв'язку з наявністю деяких особливостей його управління.

Про наявність інерційності зворотних зв'язків під час формування здорового способу життя вказує В.Колбанов – один з основоположників вітчизняної валеології. “Відсутність швидкого ефекту відвернуло багатьох людей від систематичної роботи з удосконалення свого здоров'я. Відповідно потрібна серйозна робота із свідомістю людини, оскільки звичайна інформативність навряд чи принесе бажаний результат” [6]. Завжди буде залишатися варіант “знаю, але не роблю” [5].

На жаль, сьогодні лише починає формуватися система валеологічної освіти. Концептуальні підходи до її побудови були представлені Л.Татарніковою. Вченою встановлено комплекс факторів, що визначають зміст валеологічної освіти, які об'єднані в декількох модулях: соціально-педагогічному; науково-теоретичному; функціональному та дидактичному. Існування концептуальних основ дає можливість визначитися в практиці валеологічної освіти. У зв'язку з цим, необхідна серйозна експериментальна перевірка змісту, форм і методів валеологічної освіти, у тому числі і в методиці та практиці професійної медичної освіти [9].

Грунтовний аналіз навчальних програм з валеологічної дисципліни, їх структурованість і зміст виходить з основних завдань, цілей і принципів формування валеологічної культури студентів. Таким чином, ми ставимо за мету довести, як на єдиній концептуальній основі шляхом використання інтегративного підходу можуть бути синтезовані цілі та принципи формування валеологічної культури майбутніх медичних працівників [5].

Одна з основних цілей – це формування у студентів цілісної системи валеологічних знань, яка включала би в себе всі питання педагогічної валеології, валеологічної психології, що у свою чергу сприяє формуванню валеологічної культури, проявом якої є своєрідна творчість у професійній медичній практиці з користю для себе і для суспільства як інноваційна діяльність, що вдосконалює культуру суспільств, сприяє формуванню здорового способу життя населення.

Друга ціль – виховання валеологічної та моральної культури, яку потрібно розглядати як елемент професійної медичної освіти, оскільки це цілеспрямоване формування усвідомлених якостей, переконань, норм поведінки, прояв відношення людини до самої себе та людей, потреби до самовиховання та самовдосконалення.

Третя ціль – організація й оволодіння студентами медичних ВУЗів основами валеологічної культури передбачає пошук шляхів оптимальної інтеграції профільного

змісту, що відображає специфіку професійної медичної діяльності та інваріантного змісту, закладеного в структурних компонентах стандарту професійної освіти.

Наступним структурним компонентом формування валеологічної культури студента-медика є наявність загальних і **специфічних принципів навчання**:

- принцип диференційованості змісту включає в себе диференційований підхід до особистості – важливого стимулу творчості, стимулу безперервної професійної освіти;
- принцип соціалізації і гуманізації змісту: цілісне засвоєння реальності, індивідуальне морально-естетичне наповнення, залучення людини до культурно-історичного досвіду свого народу, культурних моделей фізичного здоров'я, формування навиків валеологічної поведінки при виконанні соціальних ролей, усвідомлення себе цивілізованим суб'єктом і розуміння бути корисним суспільству;
- принцип практичної спрямованості змісту передбачає моделювання ситуацій у професійній медичній діяльності з врахуванням проблем і завдань ринкової економіки, а також особистісно-орієнтованих методів побудови професійної діяльності медичного працівника. Цей принцип висуває вимоги до педагогічно обґрунтованої інтеграції освіти і життя людини;
- гуманістичний принцип змісту вбачається в подоланні суперечливих інтересам суспільства споживацьких стремлень молоді на основі усвідомлення кожною особистістю духовних цінностей, пов'язаних з трудовою діяльністю, етикою поведінки і спілкуванням між людьми.

Пошук оптимальних шляхів формування валеологічної культури студентів-медиків дозволив нам виділити як одну з умов ефективного вирішення цієї проблеми – моделювання діяльності в навчально-виховний процес.

Ми виходили з того, що використовуючи належний інструментарій, отримаємо таке відтворення професійної діяльності в реальній навчально-виховній роботі медичного вузу, яке, по-перше, дає правильну і повну уяву, починаючи від поставленої цілі до самоаналізу процесу й результатів діяльності, що є важливим компонентом валеологічної культури, і, по-друге, дозволить студентам у процесі навчання оволодіти способами, засобами та методами професійної діяльності, вдосконалюючи свої особисті якості такою мірою, що забезпечить безболісне входження в реальне виконання різних соціальних ролей, виконуючи свої професійні функції медика, що володіє системою валеологічних знань, умінь і навичок ведення й пропагування здорового способу життя.

### **Висновок**

Спеціалістам медичної сфери належить відповідальна роль у формуванні здорового способу життя, тому знання проблем валеології є необхідною умовою формування професійної медичної спрямованості особистості медика. Необхідна розробка теоретико-методичних основ підготовки майбутніх медичних працівників до виховання і формування валеологічних знань і навиків ЗСЖ.

Відсутність єдиного розуміння валеології як навчального предмету в професійній медичній освіті стало причиною того, що в навчальних планах відсутня скоординованість дисциплін і порушений баланс навчальних годин із предмету “ Валеологія”. Як результат, за таких умов важко виховувати у студентів-медиків нові цінності, зокрема, відношення до власного здоров'я як вищої духовної цінності, від якої залежить матеріальне життя особи та формування здорового способу життя.

З метою вирішення цієї проблеми необхідна системна валеологічна підготовка майбутніх спеціалістів медичної сфери, які б досконало оперували новими знаннями валеології як науки про збереження здоров'я, продуктивно реалізуючи їх у своїй професійній медичній діяльності.

1. Амосов М. М. Роздуми про здоров'я / М. М. Амосов. – К. : Здоров'я, 1990. – 166 с.
2. Апанасенко Г. Л. Медицинская валеология / Г. Л. Апанасенко, Л. А. Попова. – К. : Здоровье, 1988. – 248 с.
3. Брехман И. И. Философско-методологические аспекты проблемы здоровья населения / И. И. Брехман // Вопросы философии. – 1982. – № 2. – С. 48–53.
4. Войтенко В. П. Здоровье здоровых / В. П. Войтенко. – К. : Здоров'я, 1991. – 244 с.
5. Глинянова И. Ю. Формирование у студентов педагогического ВУЗа основ с готовности и валеологической работе со школьниками : дис. ... канд. пед. наук / И. Ю. Глинянова. – Волгоград, 1995. – 165 с.
6. Зайцев Г. К. Педагогика здоровья. Образовательные программы по валеологии / Зайцев Г. К., Колбанов В., Колесникова М. – С. Пб., 1994. – 20 с.
7. Колбанов В. В. Валеология: основные понятия, термины и определения / В. В. Колбанов. – С. Пб. : Изд-во ДЕАН, 1999. – 232 с.
8. Коротько Г. Ф. Активный образ жизни и здоровье студента / Г. Ф. Коротько. – Ташкент (УзССР) : Медицина, 1985. – 306 с.
9. Лисицын П. Ю. Образ жизни и здоровье населения / П. Ю. Лисицын. – М. : Знание, 1982. – 40 с.
10. Татарникова Л. Г. Педагогическая валеология / Л. Г. Татарникова. – С. Пб., 1995. – 20 с.

*Рецензент:* докт. мед. наук, проф. Дума З. В.

**УДК 371.133**

**ББК 75.3**

*Тетяна Завгородня*

**ОРГАНІЗАЦІЯ ОЗДОРОВЧО-СПОРТИВНОЇ РОБОТИ З УЧНІВСЬКОЮ МОЛОДЦЮ НА ЗАХІДНОУКРАЇНСЬКИХ ЗЕМЛЯХ (1920–1930 рр.)**

*У статті висвітлюється проблема виховання фізичної культури учнів в західному регіоні України в міжвоєнний період на різних етапах їх навчання в закладах освіти та в позашкільній діяльності, а також підготовка педагогів до реалізації завдань оздоровчо-спортивного характеру.*

**Ключові слова:** оздоровчо-спортивна робота, шкільна освіта, підготовка вчителів.

*В статье раскрывается проблема воспитания физической культуры учеников в западном регионе Украины в межвоенном периоде на разных этапах их обучения в учреждениях образования и во внешкольной деятельности, а также подготовка педагогов к реализации задач оздоровительно-спортивного характера.*

**Ключевые слова:** оздоровительно-спортивная работа, школьное образование, подготовка учителей.

*The problem of physical culture training of pupils of Western Ukraine during the interwar period on different stages of their studying at the educational institutions and in the extracurricular activity, and also preparation of pedagogues for realization of health-improving and sporting tasks is highlighted in the article.*

**Key words:** health-improving and sporting work, school education, teacher training.

**Постановка проблеми та аналіз результатів останніх досліджень.** Розбудова України як самостійної держави неможлива без розвитку української національної школи. Докорінне реформування системи освіти є основою державності та демократизації суспільства, передумовою відтворення інтелектуального, духовного потенціалу народу, виходу вітчизняної науки і техніки на світовий рівень, інтеграції України у світовий культурний, освітній та економічний простір [1].

Одним із головних шляхів реалізації завдань, окреслених останніми документами про освіту в Україні, є її національна спрямованість, суть якої – в органічному поєднанні з національною історією, народними традиціями, у збереженні та збагаченні української культури, визнанні освіти важливим інструментом розвитку і гармонізації суспільних відносин [1].