

Ніна ГРИБОК,

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри здоров'я людини та фізичної реабілітації Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка (Україна, Дрогобич) ilnitskaya832010@mail.ru

Роман ПРОЦЬ,

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри спортивних дисциплін та методик їх викладання Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка (Україна, Дрогобич) prots_max@mail.ru

Володимир ЯРЕМА,

викладач кафедри фізичного виховання Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка (Україна, Дрогобич) yaremvladimir@ukr.net

Людмила ПРОЦЬ,

керівник фізичного виховання Дрогобицької філії «Медичне училище »Медик» (Україна, Дрогобич) prots_max@mail.ru

ХАРАКТЕРИСТИКА ПОНЯТТЯ ТА КОМПОНЕНТІВ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ

Стаття присвячена дослідженню феномену «культура здоров'я». Суттєву вагу приділено аналізу поняття «культура здоров'я» та різних підходів до розуміння сутності культури здоров'я школярів та студентів. Важливе місце відводиться визначенню поняття «культура здоров'я студента спеціальної медичної групи». Пропонуються компонентні блоки формування культури здоров'я студентів спеціальної медичної групи.

Ключові слова: культура здоров'я, студенти спеціальної медичної групи.

Літ. 14.

Nina GRYBOK,

PhD in Pedagogic sciences, Assistant Professor of Human Health and Physical Rehabilitation Department, Drohobych Ivan Franko State Pedagogical University (Ukraine, Drohobych) ilnitskaya832010@mail.ru

Roman PROTS,

PhD in Pedagogic sciences, Assistant Professor of Sports Disciplines And Teaching Methods Department, Drohobych Ivan Franko State Pedagogical University (Ukraine, Drohobych) prots_max@mail.ru

Volodymyr YAREMA,

Lecturer of Physical Education Department Drohobych Ivan Franko State Pedagogical University (Ukraine, Drohobych) yaremvladimir@ukr.net

Liudmila PROTS,

Head of Drohobych Physical Education branch «Medical School» Medic» (Ukraine, Drohobych) prots_max@mail.ru

THE CHARACTERISTIC OF CONCEPT AND HEALTH CULTURE COMPONENTS OF STUDENTS OF SPECIAL MEDICAL GROUP

The article is dedicated to the research of health culture phenomenon. The attention is paid to the analysis of concept of health culture and different approaches to understanding of health culture among students and pupils. Special attention is paid to the definition of concept of «health culture of

special medical group». Componential blocks of health culture formation among students and pupils are proposed.

Key words: health culture, students of special medical group.

Ref. 14.

Нина ГРИБОК,

кандидат педагогических наук, доцент кафедры здоровья человека и физической реабилитации Дрогобычского государственного педагогического университета имени Ивана Франко (Украина, Дрогобыч) ilnitskaya832010@mail.ru

Роман ПРОЦЬ,

кандидат педагогических наук, доцент кафедры спортивных дисциплин и методики их преподавания Дрогобычского государственного педагогического университета имени Ивана Франко (Украина, Дрогобыч) prots_max@mail.ru

Владимир ЯРЕМА,

преподаватель кафедры физического воспитания Дрогобычского государственного педагогического университета имени Ивана Франко (Украина, Дрогобыч) yaremavladimir@ukr.net

Людмила ПРОЦЬ,

руководитель физического воспитания Дрогобычского филиала «Медицинское училище «Медик» (Украина, Дрогобыч) prots_max@mail.ru

ХАРАКТЕРИСТИКА ПОНЯТИЯ И КОМПОНЕНТОВ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ

Статья посвящена исследованию феномена «культура здоровья». Существенное внимание уделено анализу понятия «культура здоровья» и различных подходов к пониманию сущности культуры здоровья школьников и студентов. Важное место отводится определению понятия «культура здоровья студента специальной медицинской группы». Предлагаются компонентные блоки формирования культуры здоровья студентов специальной медицинской группы.

Ключевые слова: культура здоровья, студенты специальной медицинской группы.

Лит. 14.

Постановка проблеми. Останнім часом в Україні спостерігається стрімке погіршення здоров'я сучасної молоді. З кожним роком навчання в школі кількість здорових учнів суттєво зменшується й по закінченню їх залишається біля 6 %. В результаті до вищих навчальних закладів вступає усе більше абітурієнтів з відхиленнями у стані здоров'я. Ускладнюється проблема тим, що майже 60 % з них мають захворювання двох, а то і трьох систем організму одночасно, що, у свою чергу, може призвести до втрати можливості у майбутньому працювати за обраною спеціальністю [6, 4–6].

Усе це вимагає особливого відношення та певних зусиль від учнів та студентів СМГ стосовно збереження та зміцнення власного здоров'я. Разом з тим, проведені нами опитування свідчать, що близько 87,7 % студентів, незважаючи на вже існуючі відхилення у стані здоров'я не бажають застосовувати на практиці будь-які оздоровчі технології, спрямовані на покращення власного здоров'я. Особливо вражає, що майже шістдесят п'ять відсотків (64,8 %) респондентів, які мали шкідливі звички, після виникнення певних захворювань продовжують палити та вживати алкогольні напої.

У зв'язку з вищезазначеним надзвичайно важливою постає проблема формування культури здоров'я студентів СМГ. Але вирішення зазначеної проблеми потребує визна-

чення сутності культури здоров'я та особливостей її формування в студентів, віднесених до спеціальної медичної групи.

Робота виконана за планом НДР Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка.

Мета статті полягає у визначенні сутнісної характеристики та компонентів культури здоров'я студентів, віднесених до спеціальної медичної групи.

Виклад основного матеріалу. Визначення сутності та особливостей формування культури здоров'я студентів віднесених до спеціальної медичної групи, вимагає розгляду основних понять про культуру здоров'я особистості взагалі, школярів та студентів зокрема, запропонованих нашими попередниками. Слід зазначити, що впродовж останніх років в Україні та за її межами чимало дослідників займалися вивченням проблеми формування культури здоров'я школярів та студентів.

Однією з перших, хто приділив увагу розгляду поняття «культура здоров'я» була російська валеолог Л. Татарнікова. У поняття «культура здоров'я» вона вклала достатність в особистості валеологічних знань, самокорекцію психологічного стану та включеність особистості в процес оволодіння відповідними знаннями [14, 194]. Як бачимо, на початку зародження культури здоров'я сутність її вбачалась переважно у наявності в особистості знань про збереження та зміцнення здоров'я та певних зусиль щодо їх здобуття.

Інші автори розглядали це поняття вже значно ширше, аніж існування у особистості відповідних знань. Так, російський професор В. Скумін наполягає на тому, що культуру здоров'я треба розглядати як невід'ємну складову культури духовної і моральної, культури праці й відпочинку, культури особистості й культури взаємин. На думку вченого, культура здоров'я – це не тільки механічний зв'язок двох понять, а синтез, який утворює нову якість, новий особливий зміст. Вона розглядається ним як інтегральна галузь знань, що розробляє й вирішує теоретичні й практичні завдання гармонійного розвитку духовних, психічних і фізичних сил людини, формування оптимального біосоціального середовища, що забезпечує вищий рівень життєтворчості [13, 15–29]. Таким чином, В. Скумін не тільки наголошує на тому, що культура здоров'я – це окреме, самостійне поняття, яке утворює новий зміст, але й розкриває її завдання, яке виявляється перш за все у розвитку духовних, психічних і фізичних сил людини.

Важливими для нас є наукові дослідження вітчизняного вченого В. Горашука, який присвятив багато праць розкриттю феномена культури здоров'я школяра. На думку науковця, культура здоров'я – це важливий складовий компонент загальної культури людини, обумовлений матеріальним і духовним середовищем життєдіяльності суспільства, що відбивається в системі цінностей, знань, потреб, умінь і навичок з формування, збереження і зміцнення здоров'я. Слід відзначити, що під культурою здоров'я вітчизняний дослідник розуміє не тільки інтегральну якість особистості, діалектично зв'язану з загальною культурою, але й спосіб життя, що є діяльнісною стороною культури здоров'я особистості [4, 148–177].

Ми цілком погоджуємось з таким трактуванням поняття, оскільки, на думку вченого, культура здоров'я з одного боку являє собою наявність в особистості необхідних знань, умінь та навичок з питань зміцнення та збереження здоров'я, а з другого боку – характеризується способом життя особистості, тобто коли отримані знання й уміння застосовуються на практиці у повсякденному житті з метою оздоровлення та всебічного розвитку особистості. Подібної думки й С. Кириленко, яка розглядаючи проблему формування культури здоров'я школярів зазначає, що культура здоров'я виявляється

як у профілактичній діяльності учнів, так і у веденні здорового способу життя, що забезпечує єдність фізичного, психічного, духовного й соціального розвитку особистості [8, 20–22].

Аналогічної позиції дотримується й Н. Малярчук, розглядаючи культуру здоров'я як складник світогляду людини як безперервно трансформовану систему знань, ціннісно-сміслових установок, мотиваційно-вольового досвіду особистості і її практичної діяльності, спрямованої на пізнання, розвиток, удосконалення, творення індивідуального здоров'я, необхідного для продуктивного довголіття людини, якісного життя, радісного виконання обов'язків, які покладає на людину життя [11, 14]. На думку вченої, процес оволодіння людиною культурою здоров'я відбувається через самопізнання, самозбереження, саморозвиток особистості, через гармонізацію відносин людини з самою собою, з оточенням, з природою, через постійний духовно-моральний пошук, звернений і до себе, і до світу. Для того, щоб управляти своїм здоров'ям, людині, передусім, необхідно змінити своє ціннісне ставлення до нього, взяти на себе відповідальність за нього, отримати необхідну суму знань [12, 262].

Схожу думку висловлює й Н. Гаркуша, розглядаючи культуру здоров'я як складник базової культури особистості, що відбиває усвідомлене ціннісне ставлення людини до власного здоров'я, виявляється в достатньому рівні фізичного, психічного, духовно-морального й соціального розвитку та ґрунтується на веденні здорового способу життя [3, 60].

Продовжуючи розгляд сутності культури здоров'я школярів, звертаємо увагу на ще одне визначення поняття, яке дає В. Бабич. Під культурою здоров'я школяра він розуміє інтегроване утворення особистості, що виявляється в його мотиваційній, теоретичній і практичній підготовці до формування, збереження та зміцнення свого здоров'я в усіх його аспектах (духовному, психічному й фізичному) та розумінні здоров'я як цінності [2, 54–55]. Автор розглядає сутність культури здоров'я школяра як результат відповідної підготовки у зазначеному напрямі.

Нам імпонує такий підхід, оскільки саме наявність знань з формування, зміцнення та збереження власного здоров'я, що являє собою теоретичну підготовленість учня, сформованість умінь застосовувати оздоровчі технології, розробляти й удосконалювати індивідуальну оздоровчу систему – практична підготовленість та вироблення в школярів інтересу до свого здоров'я (мотиваційна підготовленість) цілком може свідчити про сформованість у школярів високого рівня культури здоров'я.

Як зазначає О. Кабацька, процес формування культури здоров'я передбачає, по-перше, виховання соціально-ціннісних мотивів будь-якої діяльності (навчальної, ігрової, суспільно-корисної тощо), спрямованої на зміцнення і збереження здоров'я; по-друге, розвиток організаторських навичок (організованості, відповідальності, взаємодопомоги тощо); по-третє, формування і розвиток навичок самовиховання (самоорганізації, самореалізації, корекції вчинків, визначення своєї позиції в житті); по-четверте, формування позитивних моральних якостей як громадянина, працівника, сім'янина (прагнення до фізичного, духовного вдосконалення, здорового способу життя, подолання шкідливих звичок). [7, 194–196].

О. Ахвердова, В. Магін під культурою здоров'я розуміють «інтегративне якісне утворення, що є виявленням гармонічності, багатства й цілісності особистості, універсальності її з навколишнім світом, а також здатністю її до творчої і активної життєдіяльності» [1, 6].

Ураховуючи предмет нашого дослідження, особливого значення для нас набувають роботи, присвячені формуванню культури здоров'я студентів. Першою дослідницею

в Україні із зазначеного питання була Г. Кривошеєва. У своїй дисертації вона визначає культуру здоров'я студентів як якісне утворення особистості, що виявляється у ставленні до здорового способу життя, до свого здоров'я, що обумовлює свідоме прагнення особистості самостійно, творчо вдосконалювати фізичну, психічну й духовну сферу власної життєдіяльності на основі самопізнання й адекватної самооцінки стану здоров'я [9, 38]. Отже, вчена розглядає культуру здоров'я майбутнього фахівця через усвідомленість ним потреби в удосконаленні своєї фізичної, психічної та духовної сфери. Важко не погодитись з Г. Кривошеєвою, оскільки без сформованості у студента свідомого та творчого ставлення до власного здоров'я, не можна досягти значних результатів в підвищенні рівня будь-якого аспекту здоров'я.

Російська вчена С. Лебедченко, вивчаючи проблему культури здоров'я майбутнього вчителя, розглядає її як інтегративну якість, що реалізує у взаємозв'язку й цілісності всі компоненти, які складають благополуччя особистості: психічне, фізичне, моральне, професійне. На думку вченої, «культура здоров'я майбутнього вчителя є цілісним утворенням, що являє собою єдність пріоритету цінностей здоров'я, високої активності щодо їхнього освоєння й трансляції в майбутній професійній діяльності, глибоких знань про шляхи й засоби ефективного формування, збереження й зміцнення здоров'я» [10, 8].

С. Лебедченко виділяє чотири основних компоненти благополуччя особистості, ставлячи на перше місце психічне потім фізичне, моральне та професійне. Оскільки мова йде про визначення сутності культури здоров'я майбутнього вчителя, нам цілком зрозуміла думка автора стосовно додаткового, професійного компонента та важливості наявності в майбутнього вчителя високої активності щодо трансляції знань з формування, збереження та зміцнення здоров'я у майбутній професійній діяльності. Разом з тим, ми не повною мірою розділяємо бачення вченої стосовно ієрархічності розташування зазначених компонентів благополуччя студента. На нашу думку, більш доцільно було б на перше місце поставити моральний, а потім психічний та фізичний компоненти.

Цікавим для нас також є визначення поняття «культура здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання», яке В. Драгнев розуміє як прояв особистої самореалізації, що виявляється у свідомому ставленні студента до свого здоров'я під час роботи на комп'ютері в комп'ютерному середовищі як до цінності, де оздоровча спрямованість власного життя в умовах масової комп'ютеризації обумовлена прагненням до вдосконалення духовного, психічного, фізичного аспектів здоров'я й творчого пошуку засобів формування, збереження та його зміцнення [5, 34]. Формування культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання є достатньо специфічним явищем, мабуть саме тому автор поняття розуміє його як прояв особистої самореалізації майбутнього фахівця в питаннях збереження та зміцнення здоров'я в несприятливих для його здоров'я умовах.

Отже, як видно з проведеного аналізу, на сьогодні існує декілька підходів до розуміння сутності й змісту поняття «культура здоров'я». Це пов'язано з власним баченням окресленого феномену конкретним автором і з особливостями контингенту та специфікою умов, у яких відбувається формування культури здоров'я особистості.

Аналіз вищезазначених понять наблизив нас до визначення поняття «культура здоров'я студента спеціальної медичної групи», яка, на нашу думку, являє собою якісне утворення особистості, що характеризується наявністю в студента необхідних знань, умінь та навичок з формування, зміцнення й збереження здоров'я в духовному, психічному та фізичному аспектах, а також його свідомим прагненням до підвищення рів-

ня власного здоров'я, виконуючи й постійно удосконалюючи індивідуальну оздоровчу систему, побудовану з урахуванням існуючих відхилень у стані здоров'я.

Відповідно до зазначеного поняття спробуємо визначити основні компонентні блоки формування культури здоров'я студентів, віднесених до спеціальної медичної групи, які вбачаються нами у мотиваційно-ціннісному, когнітивному, практичному та діяльнісному блоках.

Мотиваційно-ціннісний блок містить у собі розуміння студентами спеціальної медичної групи власного здоров'я та здоров'я оточуючих як найвищої суспільної цінності, а також спрямованість студентів СМГ до формування, зміцнення й збереження свого здоров'я в усіх його аспектах (духовному, психічному та фізичному).

Когнітивний блок передбачає озброєння студентів спеціальної медичної групи знаннями й уміннями з питань фізичного виховання (особливості застосування усіх засобів фізичного виховання при існуючих відхиленнях у стані здоров'я, ЛФК тощо), валеології (формування, зміцнення й збереження здоров'я в духовному, психічному та фізичному аспектах) та елементарними знаннями в контексті особливостей власного діагнозу та можливих наслідків у разі прогресування захворювання.

Практичний блок передбачає оволодіння майбутніми фахівцями необхідними методичними вміннями із застосування оздоровчих технологій у контексті відновлення індивідуального здоров'я, а також його формування, зміцнення й збереження в усіх аспектах (духовному, психічному та фізичному).

Діяльнісний блок передбачає виконання студентами СМГ на практиці оздоровчих технологій, які передбачені індивідуальною оздоровчою системою, розробленою з урахуванням існуючого діагнозу та індивідуальних особливостей студента й спрямованих на позбавлення хвороби, формування, зміцнення й збереження здоров'я в усіх його аспектах.

Висновки. Вищезазначене свідчить про прогресивний розвиток за останні роки поняття «культура здоров'я» вітчизняними та зарубіжними вченими. Сьогодні існують різноманітні підходи до розуміння сутності поняття «культура здоров'я», аналіз яких дозволив виокремити їх основні позиції та запропонувати визначення поняття «культура здоров'я студента спеціальної медичної групи» і структурні компоненти формування культури здоров'я відповідної категорії студентів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Ахвердова О. А. К исследованию феномена «Культура здоровья» в области профессионального образования / О. А. Ахвердова, В. А. Магин // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 9. – С. 5–7.
2. Бабич В. І. Підготовка майбутніх учителів фізичного виховання до формування культури здоров'я школярів : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Бабич В'ячеслав Іванович. – Луганськ, 2006. – 314 с.
3. Гаркуша Н. С. Современное понимание феномена культуры здоровья / Н. С. Гаркуша // Среднее профессиональное образование. – 2006. – № 11. – С. 59–60.
4. Горашук В. П. Формирование культуры здоровья школьников (теория и практика) / В. П. Горашук. – Луганск : Альма-матер, 2003. – 376 с.
5. Драгнев Ю. В. Формування культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Драгнев Юрій Володимирович. – Луганськ, 2008. – 300 с.
6. Здорова дитина – запорука здоров'я нації // Директор шк. – 2002. – № 39–40. – С. 3–7.
7. Кабацька О. В. Методика формування культури здоров'я старшокласників у позакласній роботі / О. В. Кабацька // Педагогічні науки : зб. наук. пр. – Херсон : ХДУ, 2010. – Вип. 56. – С. 192–198.

8. Кириленко С. В. Соціально-педагогічні умови формування культури здоров'я старшокласників : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07 / Кириленко Світлана Володимирівна. – К., 2004. – 240 с.
9. Кривошева Г. Л. Формування культури здоров'я студентів університету : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Кривошева Галина Леонідівна. – Луганськ, 2001. – 228 с.
10. Лебедченко С. Ю. Формирование культуры здоровья будущего учителя в процессе профессиональной подготовки : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / С. Ю. Лебедченко. – Волгоград, 2000. – 19 с.
11. Малиарчук Н. Н. Концептуальные подходы к понятию «культура здоровья» / Н. Н. Малиарчук // Вестн. Тюмен. гос. ун-та. – 2006. – № 1. – С. 255–265.
12. Малиарчук Н. Н. Субъективная роль педагога в воспитании культуры здоровья учащихся / Н. Н. Малиарчук // Медицина и образование в Сибири. – 2007. – № 4. – С. 14.
13. Скумин В. А. Культура здоровья – фундаментальная наука о человеке / В. А. Скумин. – Новочебоксарск : ТЕРОС, 1995. – 132 с.
14. Татарникова Л. Г. Педагогическая валеология : Генезис. Тенденции развития. – 2-е изд., перераб. и доп. – СПб. : Изд-во «Петроградский и К», 1997. – 416 с.

REFERENCES

1. Akhverdova O. A. K yssledovaniyu fenomena «Kultura zdorovia» v oblasti professionalnogo obrazovaniya / O. A. Akhverdova, V. A. Mahyn // Teoriya y praktyka fizycheskoi kulturu. – 2002. – № 9. – S. 5–7.
2. Babych V. I. Pidhotovka maibutnikh uchyteliv fizychnoho vykhovanniya do formuvanniya kultury zdorovia shkoliariv : dys. ... kand. ped. nauk : 13.00.04 / Babych Viacheslav Ivanovych. – Luhansk, 2006. – 314 s.
3. Harkusha N. S. Sovremennoe ponymanye fenomena kulturu zdorovia / N. S. Harkusha // Srednee professionalnoe obrazovanye. – 2006. – № 11. – S. 59–60.
4. Horashchuk V. P. Formyrovanye kulturu zdorovia shkolnykov (teoriya y praktyka) / V. P. Horashchuk. – Luhansk : Alma-mater, 2003. – 376 s.
5. Drahniiev Yu. V. Formuvanniya kultury zdorovia studentiv v umovakh kompiuteryzatsii navchanniya : dys. ... kand. ped. nauk : 13.00.04 / Drahniiev Yurii Volodymyrovych. – Luhansk, 2008. – 300 s.
6. Zdorova dytyna – zaporuka zdorovia natsii // Dyrektor shk. – 2002. – № 39 – 40. – S. 3–7.
7. Kabatska O. V. Metodyka formuvanniya kultury zdorovia starshoklasnykiv u pozaklasnii roboti / O. V. Kabatska // Pedahohichni nauky : zb. nauk. pr. – Kherson : KhDU, 2010. – Vyp. 56. – S. 192–198.
8. Kyrylenko S. V. Sotsialno-pedahohichni umovy formuvanniya kultury zdorovia starshoklasnykiv : dys. ... kand. ped. nauk : 13.00.07 / Kyrylenko Svitlana Volodymyrivna. – K., 2004. – 240 s.
9. Kryvosheieva H. L. Formuvanniya kultury zdorovia studentiv universytetu : dys. ... kand. ped. nauk : 13.00.04 / Kryvosheieva Halyna Leonidivna. – Luhansk, 2001. – 228 s.
10. Lebedchenko S. Yu. Formyrovanye kulturu zdorovia buduschheho uchytelia v protsesse professionalnoi podhotovky : avtoref. dys. ... stupenia kand. ped. nauk : spets. 13.00.08 «Teoriya y metodyka professionalnogo obrazovaniya» / S. Yu. Lebedchenko. – Volhohrad, 2000. – 19 s.
11. Maliarchuk N. N. Kontseptualne podkhodu k poniatyiu «kultura zdorovia» / N. N. Maliarchuk // Vestn. Tiumen. hos. un-ta. – 2006. – № 1. – S. 255–265.
12. Maliarchuk N. N. Subektyvnaia rol pedahoha v vospytanyy kulturu zdorovia uchashchykhsia / N. N. Maliarchuk // Medytsyna y obrazovanye v Sybyry. – 2007. – № 4. – S. 14.
13. Skumyn V. A. Kultura zdorovia – fundamentalnaia nauka o cheloveke / V. A. Skumyn. – Novocheboksarsk : TEROС, 1995. – 132 s.
14. Tatarnykova L. H. Pedahohyeheskaia valeolohiia : Henezys. Tendentsyy razvytiya. – 2-e yzd., pererab. y dop. – Spb. : Yzd-vo «Petrohradskiy y K», 1997. – 416 s.

Статтю подано до редакції 16.09. 2015 р.