

СУТЬ ТА СТРУКТУРА ВАЛЕОЛОГІЧНОГО СВІТОГЛЯДУ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Дана стаття присвячена теоретичному обґрунтуванню суті та структури валеологічного світогляду студентської молоді. Розглянуто основні компоненти структури валеологічного світогляду. Показано роль вищого навчального закладу у формуванні валеологічного світогляду.

Ключові слова: *світогляд, валеологічний світогляд, структура, освіта.*

Данная статья посвящена теоретическому обоснованию сущности и структуры валеологического мировоззрения студенческой молодежи. Рассмотрено основные компоненты структуры валеологического мировоззрения. Показано роль высшего учебного заведения в формировании валеологического мировоззрения.

Ключевые слова: *мировоззрение, валеологическое мировоззрение, структура, образование.*

This article is devoted to theoretical validation of essence and structure of students' valeological world-view. The researches of scientists, who disclosed the general approaches to social technologies as to forming of valeological world-view and principles of healthy lifestyle, are considered. The main directions of the lifestyle optimization are also determined. The role of higher educational establishment in valeological world-view formation has been shown.

The analysis of philosophical, psychological and pedagogical literature makes it evident, that in spite of the availability of considerable scientific material in this area, the exact definition of the essence and structure of valeological world-view of young people in the new terms of society's development is absent.

As to the above mentioned concept of modern society there are strong reasons for balancing between satisfaction of necessities and defense of people' interests in the nearest future, in particular requirements for a safe and healthy environment, healthy lifestyle that need forming some fundamentally new world-view.

In the educational process of universities a problem of valeological world-view formation is extraordinarily important, in fact, a young person usually uses the standards of unhealthy way of life

and adults' behavior. The material values are the most significant for people. On the whole, these values are accompanied by estrangement from health activity, in particular, culture of health.

The solution to the problem of health culture formation as the students' world view orientation at higher educational establishments needs the special attention of the society: the family, higher school, public organizations, health care establishments and others. That is explained by a number of reasons, namely: decline of life's standard and welfare of population; absence of the proper methodological support of the educational process at higher educational establishments; an insufficient level of realization of valeological knowledge value, students' abilities and skills in their future professional activity; absence of the models of the health culture as a world view orientation of future specialists and ways of its introduction at higher educational establishments.

Thus, valeological outlook should be understood as a set of beliefs, ideas, knowledge, concepts of health and the world in which a person lives, and also about a person as a part of this world. It is the result of the valeological understanding by a person. Correlation "a person", "world" and "health" can be examined as the essence of world-view. A valeological world-view in the core interpretation is a system of characters and presentations or a system of concepts and categories, which is inferior to the process of location of health for a person in the world. And, coming out of the nature of man, a valeological world-view is the system of the generalized feelings, intuitional presentations and theoretical views as to the health culture and the place of health for a man, the attitude of a person towards the world, towards oneself and other people.

On the whole, the structure of valeological world-view is a system of complex attitude of young people to the surrounding world and their place in it. Self-responsible attitude towards health forms valeological consciousness, behavior and activities conforming to the postulates of healthy lifestyle as the basic strategy of managing one's own prosperity and overcoming health crisis in the educational system. The structure of valeological world-view consists of cognitive, motivational and value systems and a system of behavior.

Therefore, the basic task of education and research is forming the students' valeological world-view that provides harmonious physical, spiritual and social development of personality, full life and active longevity.

Key words: *world-view, valeological world-view, structure, education.*

Постановка проблеми. Одним із пріоритетних напрямів державної політики в галузі освіти є життя та здоров'я студентської молоді. Кожна людина має право чекати допомоги від медицини, учених та всіх, хто відповідає за збереження та зміцнення здоров'я людини. У той самий час охорона власного

життя – це обов’язок кожного, який він не має права перекладати на оточуючих. Людина має усвідомити цінність здоров’я як свого щастя, мати навички та звичку активно зберігати та зміцнювати своє здоров’я. Тому особливого значення набуває завдання формування валеологічного світогляду студентів, у процесі вирішення якого виховується усвідомлене, раціонально-ціннісне ставлення до власного здоров’я та здоров’я інших людей, а сама особистість стає носієм і ретранслятором культури здоров’я.

Аналіз актуальних досліджень. Проблеми позашкільної освіти та валеологічного виховання відображено у працях Ю. Бойчука, І. Брехмана, Е. Вайнера, В. Вербицького, М. Гончаренко, В. Горащука, М. Гриньової, Г. Зайцева, О. Кабацької, Л. Ковбасенко, В. Кожанова, Р. Науменко, Г. Пустовіта, В. Редіної, А. Сиротенка та інших.

У працях О. Міхеєнка розкрито загальні підходи до соціальних технологій щодо формування валеологічного світогляду і засад здорового способу життя та визначено головні напрями оптимізації способу життя [4].

Проте аналіз філософської, психолого-педагогічної літератури дає підстави констатувати, що не дивлячись на наявність значного наукового матеріалу в цій галузі, чітке визначення суті та структури валеологічного світогляду студентської молоді в нових умовах розвитку суспільства відсутнє.

Мета статті – теоретично обґрунтувати суть та структуру валеологічного світогляду студентської молоді.

Виклад основного матеріалу. У наш час перед людством виникли глобальні проблеми, що спричинили необхідність формування нового світогляду, переосмислення цінностей та корегування спільних цілей і пріоритетів.

З огляду на зазначену концепцію перед сучасним соціумом виникають вагомі підстави для балансування між задоволенням потреб та захистом інтересів людей у найближчому майбутньому, зокрема потреби в безпечному й здоровому довкіллі, здоровому способі життя, що натомість потребує формування принципово нового світогляду.

Освітній процес відкриває широкі перспективи в напрямі формування світогляду молоді людини. У цьому руслі проблема виховання культури здоров'я, як світоглядної орієнтації майбутніх фахівців в освітньому процесі вищих навчальних закладів, щороку набуває особливої значущості, що пояснюється постійним погіршенням стану здоров'я студентської молоді, зумовленим несприятливими соціально-економічними умовами в багатьох країнах світу й, зокрема, в Україні. Як свідчить світова практика, нині людське суспільство занепокоєне складною екологічною ситуацією, низьким рівнем культури, інтенсифікацією навчального процесу, спрямованого переважно на інтелектуальний розвиток особистості, що породжує негативний вплив організації навчального процесу у вищих навчальних закладах на здоров'я студентів. Молодь є недостатньо освіченою з питань культури здоров'я, не дбає про своє власне здоров'я і майже не дотримується здорового способу життя, що призводить до дисгармонії та погіршення здоров'я молодих людей. Науковці з'ясували, що 74 % студентів мають низький рівень культури здоров'я, не відчують потреби в самооздоровленні, вдаються до самолікування, переоцінюють можливості свого організму.

У сучасних ринкових умовах успіх самореалізації в професійній діяльності та конкурентоспроможність залежать не лише від фахової обізнаності, а й від психічного, духовного, соціального та фізичного стану, належного світоглядного ставлення до свого здоров'я як до найвищої життєвої цінності людини. Зазначена проблема потребує зміни мислення і поведінки майже кожного з членів суспільства та високого рівня культури молоді людини, що актуалізує питання формування культури здоров'я студентів.

У навчально-виховному процесі вищої школи проблема формування валеологічного світогляду є надзвичайно важливою, адже молода людина зазвичай послуговується зразками нездорового способу життя та поведінки дорослих, пріоритетного значення набувають матеріальні цінності, що в цілому супроводжується відчуженістю від оздоровчої діяльності, зокрема культури здоров'я.

Розв'язання проблеми формування культури здоров'я як світоглядної орієнтації студентів вищих навчальних закладів потребує особливої уваги суспільства також сім'ї, громадських організацій, закладів охорони здоров'я тощо, що вмотивоване цілою низкою чинників, а саме: зниження життєвого рівня й добробуту населення; відсутність належного методичного забезпечення навчально-виховного процесу в вищих навчальних закладах; низька світоглядна орієнтованість молоді на культуру здоров'я; недостатній рівень усвідомлення студентами значення валеологічних знань, умінь та навичок у їхній майбутній професійній діяльності; відсутність моделі формування культури здоров'я як світоглядної орієнтації майбутніх фахівців та шляхів її впровадження у вищих навчальних закладах тощо.

Під валеологічним світоглядом необхідно розуміти сукупність поглядів, уявлень, знань, понять про здоров'я та світ, у якому живе людина, а також про саму людину як частинку цього світу. Це результат валеологічного осягнення людиною світу. Об'єкт світогляду — світ як цілісність. А предмет валеологічного світогляду — відношення «людина – світ – здоров'я». Тобто центром уваги світогляду є питання про співвідношення активної, цілеспрямованої, розумної частини світу (людини) зі світом — як об'єктивно існуючою цілісністю (протилежністю людини). Співвідношення «людина», «світ» та «здоров'я» можна розглядати як суть світогляду. Валеологічний світогляд у сутнісному розумінні — це сукупність образів і уявлень чи система понять і категорій, яка підпорядкована процесові визначення місця здоров'я для людини у світі. Валеологічний світогляд є системою узагальнених почуттів, інтуїтивних уявлень і теоретичних поглядів на культуру здоров'я та на місце здоров'я для людини, на ставлення людини до світу, до самої себе й інших людей.

Розвиток світогляду відбувається шляхом зміни форм практичного освоєння людиною світу. Світогляд — найвища форма самоусвідомлення людини, логічно впорядкована система світовідчуття, світосприйняття та світорозуміння.

Як і будь-яке явище, валеологічний світогляд має певну структуру. Нагадаємо, що структура — це спосіб закономірного зв'язку предметів і явищ природи і суспільства, мислення і пізнання, сукупність суттєвих зв'язків між окремими частинами цілого, що забезпечує його єдність.

Структура валеологічного світогляду в цілому становить собою систему ціннісного ставлення студентської молоді до навколишнього світу. Саме відповідальне ставлення до здоров'я формує валеогенну свідомість, поведінку й діяльність у слідуванні постулатам здорового способу життя як основної стратегії керування власним благополуччям і подолання кризи здоров'я в системі освіти. Структура валеологічного світогляду складається з мотиваційно-ціннісної, когнітивної системи та системи поведінки (рис. 1)



Рис.1 Структура валеологічного світогляду

Мотиваційно – ціннісна система. У валеологічному світогляді крім знань про здоров'я і людину відображаються також певні поняття цінностей. У свідомості людей формується конкретне ставлення до всього, що відбувається, залежно від їхніх потреб, інтересів, розуміння сенсу життя тощо. Відповідно

виникають світоглядні ідеали (моральні, політичні, естетичні та ін.). Завдяки ідеалам здійснюється оцінка, визначення цінності того, що відбувається. До цієї ж системи входять такі компоненти як:

- цілепокладання (усвідомлена потреба студентів бути здоровими; гармонія особистості й суспільства у прагненні до реалізації природних задатків і здібностей людини відповідно до ідеалів моральності);
- відповідальність (властивість особистості відчувати потребу в оцінюванні своєї поведінки з погляду користі або шкоди для суспільного й індивідуального здоров'я; порівнювати свої вчинки з панівними в суспільстві вимогами, нормами й законами, що регламентують права й обов'язки громадян відносно здоров'я; співвідносити потреби з реальними можливостями, керуючись інтересами соціального прогресу) [6];
- самоповага (знаходження внутрішньої волі для саморозвитку, самовдосконалення й самореалізації в соціально динамічних умовах);
- досягнення поставлених завдань (націленість на подолання життєвих проблем, оптимістичне світосприймання і радісне проживання як основа навчання мистецтву бути здоровим і щасливим);
- переконання (незворушна впевненість у правильності ідеалів, принципів, ідей, поглядів, які, немовби оволодівши людиною, підпорядковують собі її почуття, розум, волю, совість і вчинки);
- культура (прояв відношення до здоров'я як до цілісного утворення – єдності тілесного, душевного й духовного благополуччя).

Когнітивна система. Світогляд формується насамперед за допомогою знань. До складу світогляду входять повсякденні (життєво-практичні) та наукові (валеологічні, технічні, суспільні) знання, а також різноманітні форми суспільної свідомості — валеологічна, політична, правова, моральна, естетична, релігійна. Запас знань особистості в цілому створює надійне підґрунтя для відповідного валеологічного світогляду. Без узагальнених широких та глибоких знань неможливо забезпечити чітке, послідовне обґрунтування своїх поглядів на навколишній світ та місце людини в ньому. Ступінь пізнавальної насиченості,

продуманості, внутрішньої узгодженості елементів того чи іншого світогляду може бути різним. Отже, до цієї системи відноситься:

- освіта (цілісна система неперервного валеологічного навчання й виховання, що базується на комплексних міждисциплінарних наукових уявленнях про об'єктивні закономірності формування й збереження індивідуального здоров'я й на морально-етичному ставленні до суспільного здоров'я);
- активність та уміння (міра участі людини в здоров'ятворчій діяльності у відношенні до суспільства, інших людей і самого себе);
- досвід (сукупність знань і навичок їхнього набуття, що виникає в процесі безпосередньої практичної взаємодії людей із зовнішнім світом).

Система поведінки. Від знань та системи ціннісних орієнтацій залежить поведінка людини, її життєва позиція, яка може бути як творчою, так і пасивною. У зв'язку з цим слід підкреслити бажаність, навіть необхідність, гармонізації, узгодженості пізнавальних аспектів та ціннісного способу освоєння культури здоров'я в людській свідомості. Від цієї узгодженості залежить єдність в діях особи і суспільства таких компонентів (аспектів, рівнів) світогляду, як почуття і розум, розуміння і дія, віра і сумнів, теоретичний і практичний досвід, осмислення минулого і бачення майбутнього. Отже, до головних компонентів системи поведінки належать:

- самоаналіз і самодіагностика (первинний етап профілактики несприятливих тенденцій у стані здоров'я);
- саморегуляція (ефективний спосіб керування здоров'ям);
- саморозвиток та самовдосконалення (підвищення адаптаційних можливостей організму).

Валеологічний світогляд виконує найважливіші функції в житті людини. Як активний чинник, валеологічний світогляд є основою життя. Він забезпечує освоєння та зміну людиною внутрішнього та навколишнього світу. Світогляд об'єднує знання і почуття і перетворює їх на переконання. А це визначає певну поведінку та дії особистості, впливає на менталітет націй та народів.

Висновки і перспективи подальших наукових досліджень. Виховання загальної культури здоров'я – мета глобальна, вирішити яку покликана валеологічна освіта для створення власного (індивідуального) здорового способу життя. Культура здоров'я є однією з найголовніших умов та чинників формування, збереження і зміцнення здоров'я, що дає змогу багатьом людям підтримувати достатній рівень фізичного і психічного здоров'я навіть у складних екологічних і соціально-економічних умовах, забезпечувати високу працездатність, добре самопочуття, ефективне пристосування до змін довкілля. Тому основним завданням виховання та навчання є сформування у студентські роки валеологічного світогляду, що забезпечує гармонійний фізичний, духовний і соціальний розвиток особистості, її добре самопочуття, належну протидію захворюванням, повноцінне життя й активне довголіття.

ЛІТЕРАТУРА

1. Анікеев Д. М. Проблеми формування здорового способу життя студентської молоді / Д. М. Анікеев // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту – 2009. - № 2. - С. 6-9.
2. Бароненко В. А. Культура здоров'я студента / В. А. Бароненко, Л. А. Рапопорт. – Екатеринбург, 2003. – 224 с.
3. Булатова П. Формируем валеологическую культуру / П. Булатова // Народное образование. – 1998. – № 3. – С. 170-174.
4. Копа В.М. Соціальна цінність модусу здоров'я : автореф. дис. ... на здобуття наук. ступеня канд. філос. наук : 13.00.03 / В. М. Копа / - Одеса, 2006. – 21 с.
5. Міхеєнко О. І. Валеологічна підготовка майбутніх фахівців з фізичної реабілітації у вищому педагогічному навчальному закладі : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / О. І. Міхеєнко. – Одеса, 2004. – 212 с.
6. Максимчук Б. Зміст валеологічного світогляду й підходи до аналізу його результатів : зб. наук. праць з галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини / Б. Максимчук. – Л. : ЛДУФК, 2012. – Вип. 16. - Т. 4. – С. 66-72.

7. Скумин В. А. Культура здоровья – фундаментальная наука о человеке / В. А. Скумин. – Новочебоксарск : ТЕРОС, 1995. – 132 с.