

УДК 613:378

Ю. І. ПАЛІЧУК

### СТРУКТУРА, ЗМІСТ І ФУНКЦІЇ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ ЕКОНОМІЧНОГО ВИЩОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ

*Визначено основні компоненти здоров'язбереження в освітньому процесі економічного ВНЗ (аксіологічний, гносеологічний, діяльнісний, вольовий). Охарактеризовано три блоки змісту здоров'язбережувальної освіти (інваріантний, варіативно-фаховий, варіативно-індивідуальний). Конкретизовано змістовий компонент здоров'язбереження, що охоплює розумове, фізичне, психогігієнічне, моральне, екологічне і статеве виховання студентської молоді. Уточнено функції здоров'язбереження (формувальна, інформативно-комунікативна, діагностична, адаптивна, рефлексивна, інтеграційна).*

**Ключові слова:** здоров'язбережувальна освіта, структура здоров'язбереження, зміст і функції здоров'язбереження.

Ю. И. ПАЛИЧУК

### СТРУКТУРА, СОДЕРЖАНИЕ И ФУНКЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ЭКОНОМИЧЕСКОГО ВЫСШЕГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ

*Определены основные компоненты здоровьесбережения в образовательном процессе экономического вуза (аксиологический, гносеологический, деятельностный, волевой). Охарактеризованы три блока содержания здоровьесберегающего образования (инвариантный, вариативно-профессиональный, вариативно-индивидуальный). Конкретизированы содержательный компонент здоровьесбережения, охватывающий умственное, физическое, психогигиеническое, нравственное, экологическое и половое воспитание студенческой молодежи. Уточнены функции здоровьесбережения (формирующая, информативно-коммуникативная, диагностическая, адаптивная, рефлексивная, интеграционная).*

**Ключевые слова:** здоровьесберегающее образование, структура здоровьесбережения, содержание и функции здоровьесбережения.

I. I. PALICHUK

### STRUCTURE, CONTENT AND FUNCTIONS OF HEALTHY PRESERVATION IN THE EDUCATIONAL PROCESS OF ECONOMIC HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

*The main components of health-preservation in the educational process of economic higher education institutions (axiological, gnosiological, actional, volitional) are identified. Three blocks of content of health-preserving education (invariant, variant-professional, variant-individual) are characterized. Semantic component of health preservation, which embraces intellectual, physical, psycho hygienic, moral, ecological and sexual education of students, are concretized. Functions of health preservation (forming, informative-communicative, diagnostic, adaptive, reflexive and integrative) are specified.*

**Keywords:** health-preserving education, structure of health preservation, content and functions of health preservation.

У вимогах освітнього стандарту до підготовки економістів зазначено, що рівень господарювання і фінансовий стан держави залежать не лише від нормативних документів, а насамперед від персоналу, його економічних знань і професійних умінь, підприємницьких здібностей й інших людських якостей. В реалізації основних професійних функцій економісту необхідні не тільки фундаментальна економічна підготовка, професійні знання, розрахунково-аналітичні вміння, а й такі фізичні якості, як здоров'я, сила, витривалість, оскільки його робота

вимагає значних фізичних і психічних затрат енергії, великої концентрації уваги, пам'яті, спостережливості.

За останні роки зросла захворюваність студентської молоді на інфекційні хвороби: туберкульоз, грип, СНІД, кишкові інфекції, тяжкі форми сальмонельозу, дизентерії, гепатитів. Неухильно збільшується кількість дітей-інвалідів, випадків інсультів та інфарктів в учнівській та студентській молоді. Виникнення патологій значною мірою зумовлене вживанням молоддю алкоголю та наркотиків і тютюнопалінням.

Проблема навчання і виховання здорової людини, створення сприятливих для здоров'я умов навчання розглядалася багатьма представниками педагогічної науки. Відповідні аспекти є в працях К. Гельвеція, А. Дістервега, Ф. Ерісмана, Я. Коменського, П. Лесгафта, І. Мечнікова, І. Песталоцці, М. Пирогова, Ж.-Ж. Руссо, Л. Толстого. У вітчизняній педагогіці на проблему здоров'язбереження учнів звертали увагу П. Блонський, Л. Виготський, В. Сухомлинський, К. Ушинський та ін.

Питання здоров'я і здоров'язбереження студентів мають безпосереднє відношення до оцінки ефективності освітнього процесу у ВНЗ. Проблема його якості й ефективності вивчалася в працях В. Андрєєва, В. Беспалько, В. Бондаря, І. Зязюна, В. Кальней, Н. Селезньової, А. Субетто, М. Поташніка, В. Федорова, С. Шишова.

**Мета статті** – на основі аналізу наукової літератури та емпіричного досвіду підготовки майбутніх економістів визначити структуру, зміст і функції здоров'язбереження в освітньому процесі економічного вузу.

Здоров'язбереження в освітньому просторі ВНЗ є процесом збереження і зміцнення здоров'я, що спрямований на перетворення інтелектуальної й емоційної сфер особистості студента, підвищення ціннісного ставлення до власного здоров'я і здоров'я інших людей на основі усвідомлення майбутнім фахівцем особистої відповідальності за нього.

Основними компонентами здоров'язбереження в освітньому просторі економічного ВНЗ є: аксіологічний, що виявляється в усвідомленні студентами вищої цінності власного здоров'я, переконаності в необхідності вести здоровий спосіб життя, який дає змогу реалізувати поставлені цілі, розумові і фізичні можливості; гносеологічний, пов'язаний з оволодінням необхідних для процесу здоров'язбереження знань і вмінь, пізнанням своїх потенційних здібностей і можливостей, інтересом до вивчення літератури з цього питання, різних методик оздоровлення і зміцнення організму; діяльнісний, що передбачає оволодіння способами здоров'язбережувальної діяльності, спрямованими на підвищення рухової активності, попередження гіподинамії, формування життєво важливих якостей, які підвищують загальну працездатність; вольовий, що передбачає формування позитивних емоцій, прагнення здійснювати здоровий спосіб життя, аналізувати зміст і результати здоров'язбережувальної діяльності, вносити в неї відповідні корективи.

Комплексно охарактеризуємо зміст компонентів здоров'язбереження, які стосуються різних сфер особистості.

Розвиток когнітивної сфери особистості ми розглядаємо в контексті розвитку пізнавальних психічних процесів. До них належать процеси, пов'язані зі сприйняттям і переробкою інформації: сприйняття, уявлення, пам'ять, уява, увага, мислення, мова. Завдяки їм людина одержує інформацію про навколишній світ і саму себе. Вказані психічні процеси тісно зв'язані між собою, тому дуже часто про них говорять як про інтелектуальну сферу людини або як про когнітивні процеси.

Відповідно до поставлених цілей гармонійного розвитку особистості студента необхідно з позиції здоров'язбереження обґрунтувати й оцінити зміст освіти. Змістовий компонент визначає сукупність відносин, ціннісних орієнтацій, досвіду діяльності і спілкування, знань. Такий компонент здоров'язбереження в освітньому просторі включає: розумове виховання, спрямоване на формування культури інтелектуальної праці; фізичне виховання, спрямоване на розвиток фізичних якостей особистості, фізичний розвиток і вдосконалювання; психогігієнічне навчання і виховання, що передбачає формування гармонійних стосунків із собою і своїм оточенням; духовно-моральне виховання, що формує систему життєвих цінностей, які визначають зміст і спрямованість людського буття; екологічне виховання, спрямоване на усвідомлення соціально-моральної обумовленості взаємин людей між собою і природою;

статеве виховання, що має метою збереження і розвиток репродуктивного здоров'я. У наш час збагачення змісту навчання повинно сприяти його персоналізації (індивідуалізації, диференціації) з опорою на природні задатки й індивідуальні здібності.

Розумове виховання особистості передбачає насамперед формування мотивації навчально-пізнавальної діяльності, розвиток пізнавальних інтересів, потреби в самопізнанні і самоосвіті, формування досвіду (умінь і навичок) пізнавальної діяльності, здатності до творчості, прийняття нестандартних рішень, розвиток мислення. Крім того, воно спрямоване на розвиток емоційно-ціннісного ставлення до довкілля, знань, пізнавальної діяльності, самого себе. Вищою метою розумового виховання є формування цілісного світогляду особистості.

Світогляд є фактором особистісного розвитку, в процесі якого людина, усвідомлюючи свою суб'єктність у протистоянні з зовнішнім світом, починає усвідомлювати себе здатною до його інтелектуального і практичного освоєння [6, с. 65].

Здоров'язбережувальна освіта повинна формувати таку систему поглядів, в якій здоров'я займає основну позицію і є особливим світоглядом, що лежить в основі світосприйняття. На думку Е. Фромма, «життя є мистецтвом воістину найважливішим і водночас найважчим з усіх мистецтв, у якому людина – і творець, і предмет свого мистецтва, і скульптор, і мармур, і лікар, і пацієнт» [9, с. 25].

Однак розумове зростання і розвиток, як зазначав П. Лесгафт, вимагають відповідного розвитку фізичного. Фізичне виховання є основою загального розвитку особистості. Насамперед фізичний розвиток людини створює передумови для повноцінної розумової роботи, адже відомо, що інтелектуальна праця вимагає великого напруження фізичних сил. Хворобливість людини, відсутність фізичного загартування значно знижують ефективність її розумової діяльності. Фізично здорова людина може краще виявляти себе в продуктивній праці, переборювати великі навантаження, менше стомлюватися. Звідси виникає проблема індивідуального рухового режиму, що сприяє посиленню функцій організму як джерела індивідуалізації здорового способу життя [2].

Основу змісту фізичної культури становлять раціональні способи застосування рухової діяльності, сукупність досягнень суспільства в створенні спеціальних засобів і методів розвитку фізичної дієздатності підростаючих і дорослого покоління. Функціонування і розвиток фізичної культури можна розглядати як акт суспільного виробництва специфічних соціальних цінностей, як результат людської життєдіяльності, засіб і спосіб розвитку людей з метою виконання ними своїх соціальних обов'язків [5, с. 333]. Фізична культура є способом і результатом перетворення людиною її власної природної даності.

Фізичну культуру пов'язують з діяльністю, що спрямована на фізичне вдосконалювання людини з сукупністю інтелектуальних, соціально-психологічних, рухових компонентів, із системою потреб, здібностей, діяльності, відносин і інститутів, що базуються на розвитку фізичних якостей, з формами її організації – фізичним вихованням, спортом, фізичною рекреацією, руховою реабілітацією.

Фізична досконалість особистості розглядається як одна із складових її розвитку і як мета усього процесу фізичного виховання. Під метою розуміється досягнення такого рівня її фізичної підготовленості, стану здоров'я, розкриття психофізіологічних і фізичних можливостей, що буде фундаментом активної, перетворювальної, соціально-значущої діяльності [5, с. 333].

Велику роль у формуванні здоров'я разом з фізичним вихованням відіграє виховання психогігієнічне. Для охорони здоров'я потрібна глобальна система психогігієнічного (психологічного і психіатричного) виховання й освіти. Студент повинен знати свої психологічні можливості, може і має навчитися переборювати різні проблеми, знайомитися з основними психологічними законами і правилами життя. Особлива роль у цьому належить дисциплінам, які використовують методи психодіагностики мотиваційної, пізнавальної й емоційно-вольової сфер особистості, психокорекційної роботи, реалізують основні принципи вікової періодизації психічного розвитку, враховують специфіку навчання, можливості адаптації організму до навчальних навантажень, умови фізичного і духовного оздоровлення [3, с. 55].

Важливе завдання психогігієнічного виховання – формування в студентів культури емоцій. Емоційність є властивістю людини, що характеризує зміст, якість і динаміку її почуттів

– пережитих відносин [1, с. 37]. Змістові сторони емоційності прямо стосуються стрижневих особливостей особистості: спрямованості, мотиваційної сфери, ціннісних орієнтацій, світогляду. Емоції належать до процесів внутрішньої регуляції поведінки. «Будучи суб'єктивною формою вираження потреб, вони передують діяльності з їх задоволення, спонукаючи і спрямовуючи її. Вищий продукт розвитку емоцій людини – стійкі почуття до предметів або явищ, що відповідають вищим потребам», – вказує С. Головін [7, с. 782].

Недооцінюється і катастрофічно відстає від сучасної освіти духовно-моральне виховання, що є основою морального здоров'я як окремої людини, так і суспільства загалом. Моральне виховання – це цілеспрямований і систематичний вплив на свідомість, почуття і поведінку вихованців з метою формування в них моральних якостей, що відповідають вимогам суспільної моралі. Основні його завдання: формування моральної свідомості; становлення і розвиток моральних почуттів, вироблення вмінь і звичок моральної поведінки. Моральне виховання спрямоване на усвідомлення зв'язку особи з суспільством, необхідності погоджувати свою поведінку з суспільними інтересами; ознайомлення з моральними ідеалами та вимогами, розуміння їхньої правомірності і розумності; перетворення моральних знань у систему моральних переконань; формування стійких моральних почуттів, високої культури поведінки як одного з основних проявів поваги людини до людей.

К. Ушинський відзначав, що моральне виховання є основним завданням виховання, набагато більш важливим, ніж розвиток розуму взагалі, наповнення голови знаннями. Насамперед необхідно виховувати в учнів чесність, порядність, готовність зробити допомогу потребою, виховувати терпимість, вміння вислухати іншого, а також культуру поведінки. Необхідно виховувати громадянськість, патріотизм, шанобливе ставлення до історії своєї батьківщини, до людей праці, до старшого покоління, виховувати пізнавальний інтерес, пізнавальні здібності, прагнення, бажання творити, творче ставлення до дорученої справи [8].

На основі усвідомлення соціально-моральної обумовленості взаємин людей між собою і природою будеться екологічне виховання. Наскрізною ниткою через усі предметні галузі вузівської економічної освіти варто реалізовувати ідею екологізації. Якщо ідеї виживання і запобігання глобальної екологічної катастрофи нині не підкоряють весь зміст освіти, якщо не засвоювати людську культуру як гармонійне існування людини і природи, то всі знання, вміння можуть виявитися непотрібними. Зміст освіти необхідно перебудовувати під кутом зору екологічного імператива: людина є частиною природи і вона або загине разом з нею, або знайде дорогу подальшої загальної еволюції. Істотно, що екологічний імператив переростає в моральний – гуманізацію суспільства, підйом його культури, висування на перший план етичних, а не споживчих цінностей, духовний розвиток людини.

Процес екологізації повинен охопити всі галузі науки, виробництва, моралі, права й освіти. Екологічна освіта реалізується через міжпредметні зв'язки і ґрунтується на системі наукових ідей, що закладаються у відповідні навчальні предмети: розвиток і цілісність природи, взаємодія суспільства і природи, зміна природи в процесі праці й освоєння космосу; вплив середовища на здоров'я людини; природа як фактор морально-естетичного й інтелектуально-творчого розвитку особистості; оптимізація взаємодії в системі «природа – суспільство – людина» тощо. Людина зв'язана з природою і космосом біологічно, фізіологічно, психологічно, економічно і має потребу у відповідній рівновазі і гармонії [1, с. 36].

У вихованні екологічної культури майбутніх економістів професійна освіта може здійснюватися не тільки на основі природно-наукових дисциплін (біології, географії, фізики), а й під час безпосереднього використання методів і знань з інших наук. Наприклад, «екологізація економічних дисциплін» має на увазі питання економії матеріальних і енергетичних ресурсів, енергоємності продукції, питання мінімізації збитку впровадження якого-небудь технологічного процесу. Таким чином, екологічне виховання спрямоване на розвиток здатності студентів вирішувати екологічні завдання і проблеми, усвідомлення студентами технічних та економічних знань з позицій екологічної культури. Таке усвідомлення сприяє участі в практичній екологічній діяльності, формуванню екологічного світогляду, вихованню екологічної етики, розвитку природовідповідних знань і вмінь.

Важливим питанням змісту освіти, спрямованого на збереження і розвиток здоров'я особистості в освітньому просторі, є питання статевого виховання, що відіграє значну роль у

формуванні і підтримці репродуктивного здоров'я. Під останнім розуміємо поведінку людини, спрямовану на самозбереження, її здатність грамотно будувати сексуальні стосунки, шанувати партнера, нести відповідальність за здоров'я і репродуктивну функцію обох, можливість мати родину і дітей, бути транслятором свого позитивного сексуального досвіду і статевої поведінки щодо представників протилежної статі [4, с. 187]. Грамотне і кваліфіковане статеве виховання і сексуальна освіта в навчальних закладах є одним із шляхів вирішення проблеми збереження репродуктивного здоров'я молодого покоління, що, безсумнівно, позначиться на перспективі створення майбутніх родин, народжуваності дітей і поліпшенні демографічної ситуації.

На жаль, у нашій країні немає системи статевого виховання, педагоги і батьки, як це не парадоксально, виявляють неучтв в питаннях сексуальної освіти. Аналіз програм, концепцій, нормативних документів свідчить про наполегливе ігнорування цих питань. У зв'язку з цим значна частина молодих людей не знайома з питаннями культури статевої відносин, планування дітонародження, підготовки до батьківства; не володіє культурою сексуальних відносин; не має інформації про підтримку сексуального довголіття, що обумовлює і здоров'я, і фізичне довголіття.

Таким чином, здоров'язбережувальна освіта, що включає в себе розумове, фізичне, психогігієнічне, моральне, екологічне і статеве виховання, є системою наукових знань про різні аспекти здоров'я, практичних умінь і навичок його збереження в умовах інтенсивного навчального навантаження, а також світоглядних і морально-естетичних ідей, якими варто опанувати студентам в освітньому процесі.

Можна виокремити три блоки змісту освіти, в яких відображені проблеми здоров'я: інваріантний, варіативно-фаховий і варіативно-індивідуальний.

До інваріантного блоку належать всі елементи вищезазначеного змісту, що повинні вивчатися всіма студентами у визначених обсягах. Він включає такий зміст, який змінюється залежно від спеціалізації студента. У цьому блоці розглядаються проблеми, пов'язані із забезпеченням життєвозбережувальної функції, що відображена в змісті різних дисциплін: економіка, право, інформатика, педагогіка, психологія, фізкультура й ін. Очевидно, що питання, висвітлені в процесі гуманітарної підготовки майбутніх економістів, будуть відрізнятися від питань, розглянутих під час підготовки, наприклад, майбутніх педагогів чи лікарів.

У варіативному-індивідуальному блоці відображені аспекти розглянутого змісту, що зв'язані з урахуванням індивідуальних особливостей та освітніх потреб студентів.

Важливим компонентом процесу здоров'язбереження є процесуальний (фізкультурно-оздоровчий), що включає розробку і використання системи методів, засобів і організаційних форм варіативної й індивідуалізованої діяльності; створення індивідуальної траєкторії здоров'язбереження в освітньому процесі з урахуванням індивідуальних особливостей студента, статі, віку, інтересів, схильностей, потреб, мотивів і т. д. Важливо використовувати в освітньому процесі не лише традиційні форми і методи навчання та виховання, а й нетрадиційні. Так, метод емпатії, метод евристичного спостереження, метод гіпотез є когнітивними методами навчання. Відповідно метод образної картини, метод гіперболізації, метод аглюцинації належать до креативних методів навчання. Використання названих методів полегшує процес сприйняття інформації про різні аспекти здоров'я, робить його цікавим і природним; розвиває як розумові, так і творчі здібності студента, його емоційну сферу, сприяє створенню сприятливого психологічного клімату в навчальній групі і доброзичливій атмосфері спілкування і співробітництва [10].

Результативний компонент здоров'язбереження – сформованість готовності до здоров'язбережувальної діяльності як сукупності фізкультурно-педагогічних знань, умінь, навичок і мотивів, що є основою формування здорового способу життя майбутнього фахівця. У структурі готовності до здоров'язбереження можна визначити такі компоненти: когнітивний як сукупність інтегрованих медико-біологічних, психолого-педагогічних і фізкультурних знань; аксіологічний, що визначає психологічні установки на усвідомлення цінності здоров'я; діяльнісний, що містить загальнопедагогічні уміння; рефлексивний як екстраполяцію світоглядних установок на професійну діяльність. Результативний компонент охоплює результати процесу здоров'язбереження, що цілісно відображають рівень особистісних надбань

кожного студента, розвиток його інтелектуальної й емоційної сфер, поліпшення показників здоров'я.

Зазвичай, здоров'язбереження реалізує такі функції: формувальну, що здійснюється на основі біологічних і соціальних закономірностей становлення особистості, спадкових якостей, які зумовлюють індивідуальні фізичні і психічні властивості; інформативно-комунікативну, що забезпечує трансляцію досвіду організації здорового способу життя, спадкоємність традицій, ціннісних орієнтацій, які формують дбайливе ставлення до власного здоров'я і життя; діагностичну, що спрямована на моніторинг розвитку студентів на основі прогностичного контролю, порівняння зусиль і дій педагога відповідно до їх природних можливостей; адаптивну, що передбачає виховання в студентів спрямованості на здоровий спосіб життя, оптимізацію стану власного організму і підвищення стійкості стресогенним чинникам природного і соціального середовища; рефлексивну, що полягає в переосмисленні попереднього особистісного досвіду стосовно збереження здоров'я; інтеграційну, що об'єднує освітні стандарти у сфері фізичного виховання, різні наукові концепції і системи виховання, народний досвід щодо збереження здоров'я підростаючого покоління.

Перспективи подальших наших досліджень полягають у розробці навчальних та індивідуальних програм здоров'язбережувальної освіти студентів економічних ВНЗ, визначенні ролі здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі на різних ступенях професійної освіти.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Ахматов А. Ф. Нравственность и одухотворенное обучение и воспитание / Ахматов А. Ф. // Педагогика. – 2003. – № 8. – С. 35–41.
2. Лесгафт П. Ф. Психология нравственного и физического воспитания; под ред. М. П. Ивановой / П. Ф. Лесгафт. – М.: ИПП; Воронеж: МОДЭК, 1998. – 416 с.
3. Найн А. А. Проблема здоровья участников образовательного процесса / А. А. Найн, С. Г. Сериков // Педагогика. – 1998. – № 6. – С. 53–57.
4. Резер Т. М. Об отношении учащейся молодежи к репродуктивному здоровью / Т. М. Резер, М. Б. Гуляева, И. А. Кардонская // Вестник УМО по профессионально-педагогическому образованию. – Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2002. – № 1 (30). – С. 187–192.
5. Сазонов И. Ю. Физическое воспитание: формирование и развитие физической культуры / И. Ю. Сазонов // Воспитание духовности: ценностные основы современного образования в России: материалы Всерос. науч.-практ. конф. (Екатеринбург, 18–19 апреля 2002 г.). – Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2002. – С. 333–337.
6. Сиземская И. Н. Мировоззрение как ценность образования / С. И. Гессен, В. В. Зеньковский, И. А. Ильин / И. Н. Сиземская // Педагогика. – 2001. – № 1. – С. 63–67.
7. Словарь практического психолога / сост. С. Ю. Головин. – Минск: Харвест, 1997. – 800 с.
8. Ушинський К. Д. Твори: в 6 т. Т. 4. Людина як предмет виховання. Спроба педагогічної антропології / К. Д. Ушинський