

вав, що вчення про біосферу – це, ніби, „спроба” в науці перейти на більш високий рівень мислення про природу і її розвиток.

Сучасне вчення про екосистеми біосфери виникло на основі геоботанічної науки. Наукове поняття про біогеоценози тривалий час розробляв академік В.М. Сукачов, застосовувавши його для лісової рослинності. Це виявилось дуже зручним, цінним при практичному використанні, коли береться визначений біогеоценоз і практично вивчається по видовому складу представників флори і фауни. Ця робота флористів-систематиків є абсолютно незамінною. Вона відкриває можливість вивчати біоценози екологам, геоботанікам і всім представникам циклу біологічних наук. Щоб надійно виділяти біогеоценози вже проведена колосальна робота. Біогеоценози описані в типології лісів, степів, пустель і напівпустель.

В той самий час В.І. Вернадський розробляє вчення про перехід біосфери в ноосферу, тобто в сферу, створену людським розумом, втіленим в науці та техніці. Етична складова у вченні Вернадського про ноосферу прослідковується перш за все в його оптимістичному відношенні та ствердженні того, що закони розвитку ноосфери не заперечують, а продовжують закони еволюції біосфери. Вернадський неодноразово підкреслює єдність біосфери та ноосфери. Він розвиває оптимістичну концепцію переходу біосфери у сферу розуму, де вирішальну роль відіграє не лише наука, але й етичний розум об'єднаного людства. Ноосфера об'єднує в собі науковий розум людства з його моральним розумом і технікою. В його вченні розум піднімається не технократично. Це перш за все моральний розум, що втілюється, як в науці, так і техніці. Істина, добро і краса єдині в ноосфері.

Підводячи підсумки розгляду етичних концепцій, можна спостерігати бажання перебороти роз'єднання моралі та життя, вкорінити етику в життя і вивести із моральних витоків і право, і пізнання, і релігію. Важливою рисою цих етичних роздумів вважається прагнення зрозуміти єдність факторів еволюційного процесу і етичних цінностей, осмислити життя цілісно, з усіма його проявами. Життя розумілось, як боротьба зі смертю та неорганізованістю природи, боротьба за ствердження ноосфери за перевагу духу над матеріалістичними цінностями, – все це є різні формулювання загального вихідного принципу етики. І цей загальний принцип етики висвітлений у світоглядних переконаннях велетня серед натуралістів світу В.І. Вернадського, що проходить через усі моральні пошуки російських мислителів – любов'ю до життя і гармонії природи.

КОНЦЕПЦІЇ ВИХОВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Денисовець Т.М.

Полтавський ДПУ імені В.Г. Короленка

Важливим завданням реформування освіти в Україні є забезпечення умов формування особистості, яка дотримується здорового способу життя, оскільки здоров'я людини – основа її повноцінного розвитку та здатності

до розв'язання соціальних та економічних проблем державотворення.

На сьогодні під впливом багатоаспектних факторів соціально-економічного плану, здоров'я населення України, зокрема дітей і підлітків, значно погіршилося і знаходиться у критичному стані. Здоров'я дітей – один з найчутливіших показників, що відображає стан довкілля і соціально-економічного розвитку країни. Інтенсивність дії факторів ризику зростає у підлітковому віці, зокрема це стосується інформаційного перевантаження, зниження фізичного і підвищення нервово-психологічного навантаження, гіпокінезія та гіподинамія, які зумовлені великою кількістю уроків у школі, домашніх завдань, тривалим перебуванням біля телевізора, потягу частини підлітків до шкідливих звичок.

Розв'язання проблеми здоров'я суттєво залежить від характеру освіти. Сучасний стратегічний орієнтир діяльності всіх підрозділів освіти – виховання гармонійно розвиненої особистості. Але для розв'язання цього завдання недостатньо володіти лише глибокими професійними знаннями й навичками, мати високий рівень культури, потрібне ще й міцне здоров'я. У Національній доктрині розвитку освіти у XXI столітті визначено, що „... пріоритетним завданням системи освіти є навчання людини відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточення як до найвищих суспільних та індивідуальних цінностей. Держава сприяє розгортанню наукових досліджень та нових практичних розробок з проблем стану здоров'я й організації медичної допомоги дітям, молоді, вихованню здорового способу життя та культури поведінки особистості” [1].

Проведені в останні роки валеологічні дослідження вченими М.С. Гончаренко, Г.К. Зайцевим, В.М. Оржеховською, Л.Г. Татарниковою вказують на дві основні причини погіршення здоров'я школярів. Перша з них пов'язана з характером навчального процесу в школі, побудованому без урахування актуальних потреб учнів. Ускладнення програми навчання та інтенсифікація навчального процесу, зниження рухової активності й скорочення тривалості відпочинку, ведуть, як звичайно, до небажаних змін у стані здоров'я учнів, що можуть збільшуватись з класу до класу. У результаті такого протиріччя в дітей виникає психічне перенапруження, що провокує виникнення багатьох соматичних та психічних захворювань. Крім того, в них відбувається деформація мотиваційної сфери, внаслідок чого знижується активність, уповільнюється розвиток, формуються шкідливі звички, погіршується стан здоров'я. Друга причина пов'язана з нездатністю самих учнів належним чином турбуватися про власне здоров'я, що також свідчить про недоліки в системі шкільної освіти.

Негативні тенденції в стані здоров'я підростаючого покоління поставили перед школою нові завдання. Серед них – формування у школярів мотиваційних та смислових основ здорового способу життя, вироблення в них індивідуальної валеологічно обґрунтованої поведінки. Стратегічним завданням є забезпечення дітей здоровими навичками і умовами саме в освітньому й сімейному середовищі силами педагогічних і медичних працівників, що володіють валеологічним мисленням. У цьому плані виховувати – значить озброювати вихованців такими способами задоволення

потреб, які найсприятливіші для здоров'я, стійкі в конкуренції мотивів і викликають позитивні емоції.

В основу виховання особистості, здорового способу життя має бути покладена, передусім, ідея гуманістичної педагогіки особистісно-орієнтованої освіти та виховання. Головним ціннісним орієнтиром діяльності навчально-освітніх закладів у світлі гуманізації є сама особистість, її людський потенціал в усіх його аспектах: духовному, моральному, інтелектуальному, естетичному й фізичному. Метою особистісно орієнтованого виховання є цілісне становлення особистості зі своєю неповторною індивідуальністю і сформованою позитивною Я-концепцією, розкриття здібностей учнів і задоволення їх потреб. І.Д. Бех вважає, що „...особистісно зорієнтоване виховання забезпечує дитині право на свободу вибору ціннісної позиції, на цінність людського духу і цінність життя взагалі, на можливість його дійового здійснення за наявності в неї установки на подолання дисгармоній в досвіді, спілкуванні, діяльності.”

Поняття „здоров'я” з давніх-давен не мало конкретного наукового визначення. Для розуміння сутності здоров'я важливо навести те означення цього стану, яке дав американський учений Г. Сигерист. Він писав: „Здоровою може вважатися людина, яка відзначається гармонійним фізичним та розумовим розвитком і добре адаптована до навколишнього фізичного й соціального середовища, повністю реалізує свої фізичні й розумові здібності, робить свій внесок у добробут суспільства, відповідний своїм здібностям. Здоров'я тому не означає просто відсутність хвороб: це дещо позитивне, це життєрадісне й охоче виконання обов'язків, що їх життя покладає на людину” [3].

У 1948 році ВООЗ прийняла визначення здоров'я, основане на уявленнях Г. Сигериста: „Здоров'я – це стан повного фізичного, психічного та соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороби чи фізичних вад” [4]. Це означення цінне своєю методологічною спрямованістю, розривом із загальнопоширеними уявленнями, які існували в суспільстві протягом усієї попередньої історії. Недоліком визначення здоров'я ВООЗ є неможливість використання його для кількісного оцінювання стану організму. У результаті цього з'явилося багато різних означень здоров'я. І.В. Муравов вважає, що різноманітність уявлень про здоров'я була і залишається природним результатом недостатності знань про сутність здоров'я [3; с.52]. На нашу думку, у вихованні основ здорового способу життя найбільшу цінність мають такі поняття здоров'я, у визначенні яких має місце збалансований, системно-функціональний підхід.

Значна увага в педагогічній науці надається дослідженню чинників, що суттєво впливають на процес виховання основ здорового способу життя, серед яких виділяють об'єктивні та суб'єктивні. До об'єктивних належать: 1) передумови для ведення здорового способу життя (раціональне харчування, заняття фізичною культурою і спортом, відпочинок), що відносяться до сфер матеріального, виробничого, сімейно-побутового й духовного життя; 2) сприятливе середовище існування (повітря, вода, географічні умови життя людини, рослинний і тваринний світ), безпечні умови

праці; 3) економічні та інші стимули, а також інші фактори, що зумовлюють потребу людини дотримуватись здорового способу життя; 4) стан процесу пропаганди здорового способу життя. Суб'єктивними чинниками є: 1) спадкова біологічна основа; 2) психічні почуття, настанови; 3) стереотипи мислення і свідомості; 4) національний менталітет; 5) спрямованість поведінки.

Для аналізу проблеми виховання здорового способу життя нами було проведено дослідження учнів 7-9 класів школи-інтернату №1 м. Полтави. Метою дослідження було виявлення відношення підлітків до такої шкідливої звички як паління. Опитування показало, що 67% респондентів вважають, що паління це шкідлива звичка, 13% притримуються думки, що паління не являється шкідливою звичкою і лише 20% розглядають паління як хворобу, яка потребує лікування. Опитування також дозволило встановити, що 34% підлітків спробували курити. Серед мотивів, які змусили учнів це зробити, виділяємо наступні: це модно (курять дорослі, герої фільмів тощо) – 43%; бажання бути „своїм” у дорослій компанії – 27%; зняти нервову напругу – 30%. Більшості досліджуваних не подобається коли курять дорослі та близькі люди (67%) та коли курять у громадських місцях (78%).

На нашу думку, компонентами здорового способу життя підлітків є: гармонійний розвиток фізичних і духовних сил; загартування організму; оптимальна рухова активність, фізична культура і спорт; збалансоване харчування; творча діяльність; активний і пасивний відпочинок; повноцінний сон; дотримання режиму дня згідно із біологічними ритмами та індивідуальними особливостями; психологічна підготовка, як основа попередження стресів і розумової перевтоми; дотримання правил гігієни; особистісна поведінка, спрямована на попередження шкідливих звичок.

Проблема виховання здорового способу життя у населення України, особливо у дітей та молоді, вимагає здійснення негайних заходів у їхньому розв'язанні як на державному рівні, так і в педагогічній науці. На наш погляд, навчання та виховання основ здорового способу життя підлітків, враховуючи багатокomпонентність здоров'я і багатомірність здорового способу життя, повинно здійснюватися з позицій системного підходу й комплексності засобів та методів навчання та виховання на основі домінуючих потреб школярів.

Література

1. Національна доктрина розвитку освіти Україна XXI століття. – К.: Шкільний світ, 2001. – 16 с.
2. Бех І.Д. Життєвий шлях особистості // Психологія і педагогіка: Навчально-методичний посібник – Ред. Рада: В.М. Доній, Г.М. Несен, Л.В. Сохань, І.Т. Єрмаков та ін. – К.: ІЗМН, 1996. – С. 93-156.
3. Булич Є.Т., Муравов І.В. Валеологія. Теоретичні основи валеології: Навчальний посібник. – К.: ІЗМН, 1997. – 224 с.
4. Устав ВОЗ // Основные документы ВОЗ. – Женева, 1986. – 36 изд. – С. 5-36.