

## СУТНІСНА ХАРАКТЕРИСТИКА КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ

Грибок Н.М.

Луганський національний університет імені Тараса Шевченка

**Анотація.** Стаття присвячена дослідженню нового напрямку в педагогіці – “культура здоров'я”. Приділяється суттєва увага аналізу поняття “культура здоров'я” та різних підходів до розуміння сутності культури здоров'я школярів та студентів. Важливе місце в роботі відводиться визначенню поняття “культура здоров'я студента спеціальної медичної групи”. У статті також вперше пропонуються компонентні блоки формування культури здоров'я студентів віднесених до спеціальної медичної групи.

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

**Аннотация.** Грибок Н.Н. **Существенная характеристика культуры здоровья студентов специальной медицинской группы.** Статья посвящается исследованию нового направления в педагогике – “культура здоровья”. Уделяется существенное внимание 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”. В статье также впервые предлагаются компонентные блоки формирования культуры здоровья студентов отнесенных к специальной медицинской группе.

**Ключевые слова:** культура здоровья, студенты специальной медицинской группы.

**Annotation.** Gribok N.N. **The essential characteristic of the health culture students of special medical group.** The article is dedicated to the investigation of a new trend in pedagogy, "the health culture". The main part of the article is the analysis of conception of "health culture" and different approaches to the understanding of the substance of health culture of schoolchildren and students. An important function in this study has the definition of subject "health culture of student of special medical group". The article also for the first time suggests the using of component units in the forming of health culture in students of the special medical group.

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

### Вступ.

Останніми роками достатньо гострою постає проблема здоров'я населення України. Особливо стрімко відбувається погіршення стану здоров'я серед дітей дошкільного віку, школярів та студентів. Нажаль, з кожним роком навчання в школі кількість здорових учнів суттєво зменшується й по закінченню їх залишається біля 6 %. Це призводить до того, що останніми роками до вищих навчальних закладів вступають 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 [1, с. 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 не зважаючи 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 шістьдесят 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 визначення сутності культури здоров'я та особливостей її формування в студентів віднесених до спеціальної медичної групи.

Робота виконана за планом НДР Луганського національного університету імені Тараса Шевченка.

### Мета, завдання роботи, матеріал і методи.

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

### Результати досліджень.

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 п'яти-шести 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 [2, с. 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 [3, с. 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, с. 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 [5, с. 20-22].

Продовжуючи розгляд сутності культури здоров'я школярів, звертаємо увагу на ще одне визначення поняття, яке дає В.І.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 [6, с. 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.

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 [7, с. 38]. Отже, Галина Леонідівна 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" [8, с. 8].

С.Лебедченко виділяє чотири основних компонента 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 [9, с. 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 рівня 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 когнітивному, мотиваційно-ціннісному та креативно-діяльнісному блоках.

**Когнітивний блок** передбачає озброєння студентів спеціальної медичної групи знаннями й умінями 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.

**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).

**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 “культури здоров’я студента спеціальної медичної групи” і структурні компоненти формування культури здоров’я відповідної категорії студентів

*Перспективи* дослідження полягають у подальшому вивченні проблеми формування культури здоров’я студентів віднесених до спеціальної медичної групи.

#### Література

1. Здорова дитина – запорука здоров’я нації // Директор школи. № 39-40, жовтень 2002. – С. 3-7.
2. Татарникова Л.Г. Педагогическая валеология: Генезис. Тенденции развития. – 2-е изд., перераб. и доп. – СПб.: Изд-во “Петроградский и К”, 1997. – 416 с.
3. Скумин В.А. Культура здоровья — фундаментальная наука о человеке. – Новочебоксарск ТЕРОС, 1995. – 132 с.
4. Горашук В.П. Формирование культуры здоровья школьников (теория и практика). – Луганск Альма-матер, 2003. – 376 с.
5. Кириленко С.В. Соціально-педагогічні умови формування культури здоров’я старшокласників: Дис... канд. пед. наук 13.00.07/ Інститут проблем виховання Академії пед. наук України. – К., 2004. – 240 с.
6. Бабич В.І. Підготовка майбутніх учителів фізичного виховання до формування культури здоров’я школярів: Дис. кан. пед. наук 13.00.04 / Луган. нац. пед. ун-т ім. Тараса Шевченка – Луганськ, 2006. – 315 с.
7. Кривошеева Г.Л. Формування культури здоров’я студентів університету: Дис. ... канд. пед. наук 13.00.04 / Донецький національний ун-т. – Луганськ – 2001. – 228 с.
8. Лебедченко С.Ю. Формирование культуры здоровья будущего учителя в процессе профессиональной подготовки Автореф. дис. ... канд. пед. наук 13.00.08 / Волгоград гос. пед. ун-т.– Волгоград 2000. – 19 с.
9. Драгнев Ю.В. Формування культури здоров’я студентів в умовах комп’ютеризації навчання: Дис. кан. пед. наук 13.00.04 / Луган. нац. пед. ун-т ім. Тараса Шевченка – Луганськ, 2008. – 300 с.

Надійшла до редакції 02.03.2009р.  
[helena.ev@rambler.ru](mailto:helena.ev@rambler.ru)