

А.Б. Спринь, Н.И. Бутенко

## ВАРИАТИВНОСТЬ ПОДХОДОВ В ОПРЕДЕЛЕНИИ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

В данной статье рассматривается вариативность в определении валеологического воспитания. Выявляются закономерности приобщения личности к собственному здоровью. Результатом валеологического воспитания является валеологическая культура. Для её формирования используется опыт классиков педагогики.

*Ключевые слова:* валеология, валеологическая культура, валеологическое воспитание.

A.B. Sprin, N.I. Butenko

## VARIABILITY APPROACHES TO DETERMINING VALEOLOGICAL EDUCATION

This article examines the variation in definition of valeological vospitannitsa patterns of initiation of personality to their own health, the Result of valeological education is valeological culture. For its making use of the experience of the classics of pedagogy.

*Key words:* valeology, valeological culture, valeological education.

На основании медицины и педагогики валеология сформулировала несколько научных направлений со своими собственными предметами исследования, среди них механизмы индивидуального здоровья и возможности руководства ими, закономерности привлечения личности к процессу формирования собственного здоровья.

Разработка учеными закономерностей приобщения личности к процессу формирования собственного здоровья привела к возникновению понятия «валеологизация образовательной среды и учебного процесса», которые впервые сформулировал И. Смирнов. По его убеждению, в состав этого понятия входит «Валеологизация культуры здоровья и формирование здоровьесберегающих условий в учебном заведении» [1]. В то же время исследователи Е. Казин, Н. Блинова, Н. Литвинова валеологизацию образовательной среды понимают как внедрение в систему образования здоровьесберегающих методик.

На сегодня в научно-педагогической и учебно-валеологической литературе преобладает определение понятия «валеологическое воспитание» как процесс формирования ценностно-ориентированных установок на здоровье и здоровый образ жизни, как неотъемлемые части жизненных ценностей и общекультурного мировоззрения.

Т. Шаповалова в своем исследовании пытается уточнить понятие «валеологическое воспитание» дифинирует его как «процесс образования стойкой системы воспитания практически здорового человека, способного самостоятельно поддерживать и сохранять свое здоровье на базе

полученного валеологического опыта и валеологической практики» [2].

Воспитание в целом должно формировать ценностные ориентации человека, которые определяют модель поведения и всю жизнедеятельность личности, считаем, что валеологическое воспитание должно быть нацелено на формирование собственно валеологических ценностей. Результатом валеологического воспитания является валеологическая культура, которая предусматривает знание гигиенических, генетических, физиологических и психологических возможностей, методов и средств контроля, сохранение и укрепление собственного здоровья, умение распространять валеологические знания среди окружающих. Поэтому валеологическое воспитание – это утверждение в сознании личности валеологических ценностей и формирование валеологической культуры – умение заботиться о своем здоровье, поддерживать и развивать его.

Следует отметить, что валеологическая культура – это исторически определенный уровень развития умений и навыков, которые помогают сохранению, укреплению и восстановлению здоровья человека, реализации с этой целью внутренних резервов его организма. Она отображается в специфических формах и способах жизнедеятельности личности, ориентированных на формирование как индивидуального, так и общественного здоровья [1].

Понимание необходимости валеологического воспитания детей возникло в рамках валеологической науки и только со временем бы-

ло воспринято педагогикой. Заинтересованность ученых-педагогов валеологическим образованием и воспитанием приводит к образованию нового направления – «педагогическая валеология» (Л. Татарникова, Л. Курнешова и Л. Носкин, Г. Апанасенко). Ее предметом является процесс приобщения человека к индивидуальной программе развития здоровья, реализации которой могут помочь наставники, прежде всего родители и педагоги.

Педагогическую валеологию А. Царенко трактует как науку и систему знаний о закономерностях и механизмах психолого-педагогического и социального влияния на учебную молодежь с целью воспитания валеологического поведения и мировоззрения, а также здорового образа жизни как эффективных средств формирования, сохранения, укрепления, восстановления и передачи по наследству здоровья человека в разных его проявлениях: физическом, психическом, духовном и социальном [3].

Учитывая то, что здоровье касается развития всех определяющих сторон человеческой личности, можно утверждать, что оно присуще гармонически развитой личности. Развитию и формированию подлежит организм человека (физическая компонента); его внимание, восприятие окружающей среды, мышление, память (психическая компонента) личностно-моральные установки (духовная компонента), способность к адекватному социальному проявлению в окружающей среде (социальная компонента).

Таким образом, формируя всесторонне развитую личность, мы формируем ее здоровье. Обращая внимание на особенное значение детства в формировании физической, психической, социальной и духовной сторон личности, решающая роль в достижении поставленной валеологией цели принадлежит педагогике, а точнее такому ее направлению, как валеологическое воспитание.

Исследование различных подходов и интерпретаций дало нам возможность уточнить сущность понятия «валеологическое воспитание» и определить его как утверждение в сознании личности валеологических ценностей и формирование валеологической культуры – умение заботиться о своем здоровье, поддерживать и развивать его. Целью валеологического воспитания как составной системы образования есть повышение уровня физического, психического, духовного, социального здоровья нации.

При изучении проблем воспитания здорового образа жизни молодежи невозможно обойтись без анализа теоретического наследия и опыта выдающихся педагогов. Это требует обращения к тем работам классиков педагогики, у которых наиболее глубоко раскрываются возможности использования ценностей физической культуры для сохранения здоровья молодого поколения. Именно изучение творческих достижений всемирно признанных фундаторов педагогики в разработке теории и практики воспитания молодого поколения на принципах сохранения здоровья и обобщение данных научно-теоретических и методических работ В. А. Сухомлинского, П. Ф. Лесгафта, Я. А. Коменского, А. С. Макаренко, у которых наиболее широко раскрыта совокупность задач и взглядов на роль образования и воспитания, приоритетов в деле сохранения и укрепления здоровья дает возможность получить полную картину этого вопроса.

Изучение научно-педагогического наследия Я. А. Коменского убеждает в том, что ученый узнал и творчески осмыслил огромный пласт знаний о человеке: анатомию и физиологию, психологию. Влияние социальных средств и окружающей среды на здоровье детей, значение рациональной организации учебного процесса, основы питания, санитарные требования к одежде, жилью, оборудованию школы, профилактике болезней.

Условие здоровья учеников, с точки зрения Я. А. Коменского, – положительная мотивация обучения, которая возникает в результате творческой деятельности детей. В своей работе «Законы хорошо организованной школы» ученый обосновал необходимость придерживаться санитарно-гигиенических требований как условия сохранения и укрепления здоровья школьников. Вместе с тем, особенно полезной для здоровья учеников является двигательная активность: бег, прыжки, умеренная борьба, игра в прятки, мяч. Анализируя вклад Я. А. Коменского в развитие образования с точки зрения здоровья школьников, можно отметить такие его пропозиции: ограничение ежедневного времени учебных занятий, определение времени на отдых; послабление школьной дисциплины, превращение школы из средства угнетения учеников в место радости; превращение учителя из сурового судьи, а иногда и палача, в гуманного друга детей.

Значительное внимание физическому воспитанию и ценностям физической культуры уделял выдающийся ученый в области анатомии,

антропологии, педагогики П. Ф. Лесгафт. Методологической основой его теоретических исследований в области педагогики стало материалистическое, естественно-научное мировоззрение, которое базировалось на новых достижениях естественных и общественных наук. Разработанная им система физического воспитания известна под названием лесгафтовской системы воспитания, ее характерные особенности: демократизм, связь с наукой и педагогической практикой, народность и прогрессивность. Она строилась на анатомо-физиологических, гигиенических и психологических основах с учетом возрастных, половых, индивидуальных особенностях и возможностях учеников. П. Ф. Лесгафт стал первым, кто дал научное обоснование теории физического воспитания. В работе «Руководство к физическому образованию для детей школьного возраста» П. Ф. Лесгафт научно обосновал содержание, средства и методы физического воспитания в школе.

Известный украинский педагог В. А. Сухомлинский предлагает свое видение и решение проблем воспитания здорового образа жизни. Опыт убедил педагога в том, что приблизительно у 85 % всех неуспевающих учеников, главная причина этому – плохое состояние здоровья [4].

По мнению Сухомлинского, физический труд играет такую же важную роль в формировании физического совершенства, как и спорт. Без здо-

ровой усталости человеку не может быть в полной мере доступно наслаждение отдыхом.

В своей работе «Сто советов учителю» 87 совет В. А. Сухомлинский посвятил вопросу как привлечь к воспитанию физической культуры. Он отмечает, что физическая, интеллектуальная, эмоциональная, эстетическая и трудовая культура должны рассматриваться в их взаимосвязи и взаимозависимости [4].

Подытоживая изложенное, можно отметить, что теоретическое наследие и опыт классиков педагогики не потеряли своей актуальности. Их творческое осмысление поможет определению действенных рычагов в осуществлении научно обоснованного управления процессом подготовки специалистов высшего квалификационного уровня, созданию фундамента для теории и практики воспитания здорового образа жизни у будущих специалистов.

Отмеченные классиками педагогики приоритеты в работе по физическому воспитанию приобрели новое звучание в современных условиях учебно-воспитательного процесса и во многом направляют на дальнейшие перспективы усилия ученых и практиков, усовершенствование психолого-педагогических аспектов привлечения студенческой и школьной молодежи к ценностям физической культуры и здорового образа жизни.

### Библиографический список

1. Кацур, Н. Здоровье детей – здоровье нации (о формировании здорового образа жизни у школьников) / Н. Кацур // Родная школа. – 2012. – № 7. – С. 11–14.
2. Шаповалова, Т. Г. Валеологическое воспитание старших подростков во внешкольных учебных заведениях эколого-натуралистического профиля : дис. . . . канд. пед. наук. – Киев, 2006. – 280 с.
3. Царенко, А. В. Роль и место педагогической валеологии в системе украинского национального образования / А. В. Царенко ; под ред. С. В. Кириленко. – Киев : Ин-т содержания и методов обучения, 2010. – С. 43–45.
4. Сухомлинский, В. А. Сто советов учителю / В. А. Сухомлинский. – Киев : Рад. шк., 1988. – 310 с.