Секція 7. Загальна педагогіка

Компоненти культури здоров'я та педагогічні умови їх впровадження

Самохвалова І. Ю.
доктор філософії, старший викладач кафедри фізичного виховання
Сумський національний аграрний університет
м. Суми, Україна
Харченко С. М.
кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри фізичного виховання
Сумський національний аграрний університет
м. Суми, Україна

Components of health culture and pedagogical conditions of their implementation

Samokhvalova I. Y.
PhD of Physical Culture and Sports
Lecturer at the Department of Physical Education
Sumy National Agrarian University
Sumy, Ukraine
Kharchenko S.M.
Candidate of Pedagogical Sciences,
Associate Professor of Physical Education
Sumy National Agrarian University
Sumy, Ukraine

Формування основ культури здоров'я є важливою педагогічною проблемою, оскільки саме в процесі цілеспрямованого впливу особистість набуває нові знання, формує спеціальні вміння та навички, які необхідні для навчальній та майбутній професійній діяльності [4].

Культура здоров'я розглядається як частина загальної культури людини, яка пов'язана з його відношенням до свого здоров'я та здоров'я інших людей, веденням здорового способу життя [4; 5].

Дослідники зазначають, що культура здоров'я - це інтегративна особистісна якість, яка формується в процесі систематичного, цілеспрямованого виховання і навчання. Основу цього процесу становлять: емоційно-ціннісне ставлення до свого здоров'я, до організації здорового способу життя; валеологічне мислення; накопичення досвіду застосування знань, умінь і навичок в практиці організації здорового способу життя [1].

Вчені дискутують щодо питання складових та компонентів культури здоров'я. На думку В. В. Кожанова, зміст культури здоров'я включає в себе три компоненти: інтелектуальний - знання в області валеології, організації здорового способу життя, збереження і зміцнення здоров'я; емоційно-ціннісний - активне, позитивне ставлення до свого здоров'я, до організації здорового способу життя; дієво- практичний - застосування валеологічних знань, умінь і навичок на практиці організації здорового способу життя [1].

О. І. Михеєнко, Н. В. Кукса, М. О. Ляний пропонують визначати культуру здоров'я студентів за такими складовими: культура харчування; фізична культура; культура ендокології; культура психоемоційної активності; фізіологічна культура; інтелектуальна культура; соціально – комунікативна культура; культура моральності і вихованості [2].

Мета дослідження - визначити компоненти культури здоров'я особистості та педагогічні умови їх впровадження.

Під час визначення компонентів, ми враховували, що культура здоров'я є інтегрованою характеристикою якостей особистості, структурними компонентам якої є: когнітивний, мотиваційний, акме - аксіологічний та діяльнісний компонент. Відповідно до цих компонентів виділили педагогічні умови їх впровадження.

Когнітивний компонент - охоплює теоретичні знання про здоров'я (фізичне, психічне, соціальне, духовне), культуру здоров'я, методики

оздоровлення, пізнання стану власного здоров'я, індивідуальних особливостей та потенційних можливостей свого організму відповідно до біологічного віку, статі тощо [3].

Умови впровадження когнітивного компоненту полягають у формуванні здоров'язберігаючої компетентності шляхом набуття знань стосовно культури здоров'я в процесі фізичного виховання студентів (формування знань та інтелектуальних здібностей, що характеризують ерудицію студента і його здатність до творчої діяльності у галузі фізичної культури та спорту, знання основних засобів і методі оздоровлення).

Мотиваційний компонент – охоплює сукупність мотивів, що становлять позитивну мотивацію особистості: бути здоровим і працездатним, вести здоровий спосіб життя, застосовувати методики оздоровлення, здоров'язберігаючі технології[3;5].

До педагогічних умов впровадження мотиваційного компоненту відноситься: - створення сприятливого освітньо-виховного середовища для підвищення інтересу до занять фізичною культурою та спортом (урахування інтересів та уподобань студентів їх гендерних особливостей; оновлення та покращення матеріально-технічної бази для занять з фізичного виховання та спорту у відповідності із сучасними світовими тенденціями і напрямами);

- досягнення взаємодії між викладачем і студентом, яка дозволить ефективно формувати мотиви збереження та зміцнення здоров'я та розвитку необхідних професійних якостей.

Акме - аксіологічний компонент охоплює усвідомлені ціннісні пріоритети та розуміння того, що здоров'я є загальнолюдською й індивідуальною цінністю, а також норми поведінки, що дають змогу здійснювати активну життєдіяльність і досягати успіху у професійній діяльності.

Педагогічні умови впровадження полягають в спрямуванні студентів до самостійних занять фізичною культурою і спортом та формуванні, усвідомлення, що фізична досконаліть визначає стан загальної працездатності, успіху в навчальній та професійній діяльності.

Діяльнісний компонент – розкриває здатність раціонально організовувати свою діяльність без перевантажень, застосовувати методики оздоровлення, способи поведінки та діяльності, спрямовані на формування, зміцнення, збереження, відновлення й передачу фізичного, психічного, соціального та духовного здоров'я. Педагогічні умови впровадження діяльнісного компоненту спрямовані на інтеграцію теоретичної і практичної підготовки студентів у напрямі здоров'язбереження.

Таким чином, на підставі теоретичного аналізу наукових джерел, ми дійшли висновку, що культура здоров'я особистості - це багаторівневе поняття, що входить до загальної культури людини і характеризує її ставлення до свого здоров'я та практичне втілення потреби вести здоровий спосіб життя, піклуватися про власне здоров'я та здоров'я оточуючих.

Структура культури здоров'я студента аграрного університету включає такі компоненти: когнітивний, мотиваційний, акме — аксіологічний, діяльнісний. Компоненти культури здоров'я залежать від педагогічних умов їх впровадження і відповідають ним за змістом. Педагогічні умови спрямовані на реалізацію програм самозбереження, самореалізації, саморозвитку дозволяють гармонійно поєднувати всі компоненти здоров'я в цілісному розвитку особистості.

Література

1.Кожанов В.В. Саморазвитие культуры здоровья студента в процессе спортивно ориентированного физического воспитания. Теория и практика физической культуры, 2006. № 2. С.12- 14.

2. Міхеєнко О. І., Кукса Н. В., Лянной М. О. Формування культури здоров'я студентської молоді в умовах вищого навчального закладу. URL: https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2017/12_2017/6.pdf

3. Назарук В. Л. Педагогічні умови формування культури здоров'я майбутніх лікарів. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Педагогіка. Соціальна робота» Вип. 34. С. 124 -126.

4. Халайцан А.П. Формування основ культури здоров'я як педагогічна

проблема. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, 2014. № 8 С. 22-28. doi:10.5281/zenodo.9759

5. Харченко С. М. Критерії й рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців аграрного профілю. Вісник Черкаського університету імені Богдана Хмельницького. Серія «Педагогічні науки». Черкаси, 2018. №3. С.118 – 124.