

УДК 373.614.2

**FORMATION OF THE VALEOLOGICAL CULTURE OF STUDENTS  
WHEN STUDYING THE NATURAL DISCIPLINES****ФОРМУВАННЯ ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ УЧНІВ ПРИ ВИВЧЕННІ  
ПРИРОДНИЧИХ ДИСЦИПЛІН****Omelehenko V /Омельченко В.О.**

teacher/викладач,

Uman Pavlo Tychyna State Pedagogical University

Уманський державний педагогічний університет

ім. Павла Тичини 20300

**Анотація.** Розкривається сучасний стан валеологічного виховання у науковій, методичній літературі та педагогічній практиці. З'ясовуються особливості формування валеологічного виховання учнів при вивченні природничих дисциплін. Досліджується сутність валеологічної культури та специфіка її впливу на особистість.

**Ключові слова:** валеологічне виховання, валеологічна культура, учні.

**Abstract.** The current state of valeological education in scientific, methodical literature and pedagogical practice is revealed. The peculiarities of the formation of valeological education of students during the study of natural sciences are clarified. The essence of valeological culture and the specifics of its influence on the individual are investigated.

**Key words:** valeological education, valeological culture, students

**Вступ.**

Зберегти і зміцнити здоров'я підрастаючого покоління, формуючи світогляд, виховуючи свідоме та дбайливе ставлення до власного здоров'я – головна умова реалізації інтелектуального і фізичного потенціалу особистості, її духовного розвитку.

Проблема зміцнення здоров'я та фізичного розвитку учнів початкової школи знайшла своє відображення у дослідженнях Е. Вільчковського, О. Богініч, Н. Денисенко та ін. У психолого-педагогічній літературі досліджувались питання, спрямовані на формування здоров'я особистості учнів (С.Юрочкіна, Л.Мельник та ін.).

**Основний текст.**

Існує біля сотні визначень поняття здоров'я. Вчені Ю.Антономов та А.Рогоза виділяють три види здоров'я: фізичне, психічне та соціальне [2].

Психічний статус здоров'я має *компоненти*:

- інтелектуальне здоров'я;
- емоційне здоров'я;
- соціальне здоров'я.

К.Ушинський писав, що національний характер складається з двох компонентів: природного, що корениться у тілесному організмі людини та духовного, що формується у житті під впливом виховання і обставин [3].

Поряд із знаннями про сутність здоров'я, відомості про біологічну його основу складають теоретичний фундамент валеології. Не знаючи, на яких процесах і механізмах базується здоров'я, не з'ясувавши, як виникло і формувалося здоров'я у предків, ми залишимося безсилями що-небудь зробити, щоб підняти оздоровчий потенціал людини. І, навпаки, маючи ці знання, стає

можливим цілеспрямовано, за певними показниками, а тому й найефективніше, використовувати оздоровчі засоби. Для практики, яка забезпечує здоров'я учня, теорія має особливе значення: для валеологічного, оздоровчого виховання теоретичні знання забезпечують найцінніші, життєво важливі звершення: зміцнюють здоров'я, позбавляючи людину хвороб, формують високу якість життя, збереження і розвиток усіх потенційних можливостей організму і особистості, активне і творче її дозвілліття. Відомий хірург М.Амосов визначає як найбільш вагомi чинники для здорового розвитку дитини фізичне навантаження, загартування, харчування, психологічний комфорт [2].

В.Сухомлинський, вважає, що турбота про здоров'я – найважливіша праця вихователя. Від життєдіяльності, бадьорості учнів залежить їхнє духовне життя, світогляд, розумовий розвиток [3]. Тому, завданням неперервної валеологічної освіти учня є:

- виховувати свідоме ставлення, що людина – частина природи і суспільства;
- встановлювати гармонійні відносини з живою та неживою природою;
- виховувати дбайливе ставлення до власного здоров'я;
- виробляти навички особистої гігієни;
- загартовувати учня, розвивати його рухову активність;
- розвивати у дитини відчуття гармонії у спілкуванні з людьми та природою;
- вправність, умілість, самостійність дітей;
- орієнтуватися у своїх почуттях та у житті інших людей.

Валеологічна культура виявляється у:

- зміні учня;
- становленні творчої особистості;
- взаємодії дітей, при якій відбувається їх формування;
- умовах соціальної взаємодії;
- взаємодії культури і творчості;
- розвитку стилю професійно-педагогічної діяльності;
- результаті педагогічної творчості.

В. Гриньова [3] виділяє особистісний, діяльнісний та аксіологічний підходи до визначення структури валеологічної культури.

Виділяють *функції* валеологічної культури:

- 1) людинотворча або гуманістична;
- 2) інформаційна або трансляція соціального досвіду;
- 3) пізнавальна;
- 4) адаптивна ;
- 5) інтегративна;
- 6) регулятивна;
- 7) комунікативна;
- 8) ціннісна.

З одного боку, валеологічна культура учня формує, з іншого, учень відтворює, змінює, відкриває нове у валеологічній культурі.

Причиною погіршення стану здоров'я сучасної людини:

- виникнення екологозалежних патологій;
- абіологічний спосіб життя;
- інтенсивні темпи трансформації середовища існування;
- забруднення середовища;
- соціально-економічні негаразди;
- культурно-антропологічна криза;
- духовний занепад особистості;
- девальвація моральних цінностей;
- ігнорування здоров'я визначальної ролі природного середовища та його факторів.

Валеологічна культура – продукт взаємодії суспільства, природи, діяльності у природі. Валеологічна культура включає у себе систему заборон, яку необхідно розповсюдити на агресивні, руйнівні, утилітарні, споживацькі імпульси людини відносно біосфери.

*Валеологічна культура* – складова частина загальної культури, спрямованої на формування, збереження та зміцнення здоров'я людини. Це якісне утворення особистості, що виявляється в єдності біологічних, психологічних, соціальних і духовних факторів, що визначають її спосіб життя і гуманістичний сенс буття.

*Валеологічна культура:*

- ✓ наука про людину та її здоров'я;
- ✓ інтегрована галузь знань, що розробляє та вирішує теоретичні і практичні завдання гармонійного розвитку духовних, психічних і фізичних сил людини, її оптимальної біосоціальної адаптації та створення здорового середовища життя;
- ✓ єдність духовних, біологічних, психологічних і соціальних факторів, що визначають її спосіб життя і гуманістичний смисл буття;
- ✓ покликана перетворити сферу діяльності людини у засіб фізичного і духовного самовдосконалення, само оздоровлення;
- ✓ характеризує ставлення особистості до життя, до свого здоров'я, прагнення до самопізнання;
- ✓ виражається у глибині і системності засвоєних валеологічних знань;
- ✓ формує гуманістичні ціннісні орієнтації;
- ✓ розвиває образне мислення;
- ✓ сприяє розумінню виховних можливостей національних культурно-історичних традицій;
- ✓ розвиває активність оздоровчої діяльності;
- ✓ формує творчу ініціативу;
- ✓ сприяє емоційно-ціннісному ставленні до навчання і обраної професії;
- ✓ розвиває здатність до спілкування з питань здоров'я.

Формування валеологічної культури в історичному плані обумовлене культурно-національними традиціями соціуму, пов'язане з потребою людини у виживанні, самозбереженні, безпеці. Її основу складає ціннісне ставлення особистості до власного здоров'я і здоров'я оточуючих людей.

Основа формування валеологічної культури – концепція здоров'ятворчості

і культуротворчості. Вони засновані на тому, що в процесі людської еволюції змінюється тілесність самої людини, яка на даному етапі будується у рамках культурних теорій освоєння світу. Усе це дозволяє говорити про валеологічну культуру як особливий вид культури людини. Ця позиція передбачає: психіка людини, яка сформована у процесі освоєння культури будує тіло не за чисто фізіологічними законами, а за законами людської культури. У цьому полягає відмінність людського здоров'я від здоров'я тварин. Людині властиве здоров'я людське. Це інтегрований принцип теорії культурного освоєння світу і звучить як культурний принцип формування здоров'я людини.

Сформовані в учнів валеологічні знання є регулятором їх поведінки у повсякденному житті. Вони допомагають передбачати наслідки своїх дій, спонукають контролювати поведінку для уникнення негативних наслідків.

На уроках природознавчих дисциплін учні засвоюють наукову валеологічну інформацію:

- на заняттях;
- на екскурсіях;
- при участі у дидактичних та сюжетно-рольових іграх, валеохвилинках;
- при спостереженні;
- розгляді картин та ілюстрацій;
- при розповіді, бесіди;
- при використанні у ході навчання народних джерел;
- використання додаткових приладів під час проведення дослідів тощо.

### **Висновки.**

Формування валеологічної культури учнів при вивченні природничих дисциплін має значну роль для розвитку загальної культури особистості. Це обґрунтовується впливом перетворювальної діяльності на розвиток потенційних можливостей особистості, на формування її індивідуальності. Адже в процесі діяльності учень отримує додаткові результати, що складають основу розвитку особистості: нові знання, досвід, відносини, потреби, цілі, мотиви, ціннісні орієнтації, тобто передумови власного самовдосконалення.

Збереження і зміцнення здоров'я, формування здорового способу життя учнів – це один із найактуальніших, найперспективніших напрямів роботи при вивченні природознавчих дисциплін.

### **Література:**

1. Бойчук Ю. Д. Антропологічний підхід у сучасній педагогіці / Ю. Д. Бойчук//Культура та інформаційне суспільство XXI століття : наук. конф. молодих учених, 23–24 квітня 2007 р.: матер. конф. – Х.: ХДАК, 2007. – С. 91–92.
2. Бобрицька В. І. Формування здорового способу життя у майбутнього вчителя: [монографія] / Бобрицька В. І. – Полтава: Скайтек, 2006. – 431 с.
3. Булич Е. Г. Валеологія: Теоретичні основи валеології: [навч. посіб. для студ. вищ. пед. навч. закл.]/ Е.Г. Булич, І. В. Муравов. – К.: ІЗМН, 1997. – 224 с.
4. Кудін С. Ф. Основи психовалеології: [навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл.] /Кудін С. Ф. – Чернігів: вид-во ЧДПУ ім. Т. Г. Шевченка, 2005. – 186 с.