

I. ІСТОРИЧНІ, СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНІ АСПЕКТИ РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧОЇ, ТУРИСТИЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ, РОЗВИТКУ ЗОН, ТЕРИТОРІЙ, ОБ'ЄКТІВ

ІСТОРИКО-ФІЛОСОФСЬКА ОСНОВА КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я

Світлана Крошка

Відокремлений підрозділ “Лисичанський педагогічний коледж” Луганського національного університету імені Тараса Шевченка

Актуальність дослідження. На сучасному етапі здоров'я нації розглядається як показник цивілізованості, який відображає соціально-економічний стан суспільства. Здоров'я – головний критерій значимості й ефективності всіх сфер державної діяльності.

Світова наука й практика охорони здоров'я розвинутих країн підійшли до розробки ефективних дій по його формуванню, збереженню та зміцненню на рівні особистості й суспільства. Формування культури здоров'я є складовою частиною соціальної політики, яка здійснюється в країні.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Для розв'язання проблеми здоров'я взагалі та формування культури здоров'я зокрема є необхідні науково теоретичні передумови. Вони відтворенні у працях філософів та соціологів (Ю.Лисицин, О.Сахно, Л.Рубіна), психологів (С.Бондаренко, Ю.Орлов, В.Ясвін), педагогів (Г.Зайцев, Н.Новикова), медиків (М.Амосов, В.Войтенко), спеціалістів у галузі фізичного виховання (В.Горащук, І.Нікітін, В.Зайцева).

Сучасними науковцями визначаються педагогічні шляхи формування культури здоров'я, виходячи з ідеї інтеграції таких дисциплін як педагогіка, психологія, медицина, валеологія, біологія, фізична культура, розвиваючого та виховуючого навчання. Втім, як свідчить аналіз наукової літератури з даного питання, проблема формування культури здоров'я молоді й особливо школярів не

дістала повної теоретичної та практичної проробки. Недостатньо досліджена сутність культури здоров'я.

Результати роботи. Витоки уявлень про здоров'я криються у глибині віків. Для зміцнення здоров'я ще у стародавніх культурах Сходу й Заходу застосовувались ефективні й стимулюючі засоби – фізичні вправи, масаж, водні процедури та дієти. Один із перших лікарів – Алкемон, заклав основи валеологічного підходу. Він вважав, що поки органи функціонують узгоджено і “сономічно” – це здоров'я, якщо не узгоджено, коли один з органів улаштує “монархію” – виникає хвороба.

Емпедокл сформував Сицилійську медичну школу. Багато подорожуючи, він зцілював людей гіпнозом, навіюванням.

Пріоритетним у діяльності Гіппократа було використання оздоровчих, а не лікувальних засобів. Гіппократу належить думка про те, що зціляє організм природа, а лікар має лише допомогти природі. У своїй праці “Corpus Hippokreiticum” – енциклопедії медичного знання того часу, Гіппократ наводить багато відомостей про збереження здоров'я та стимуляцію захисних сил організму за допомогою сил природи.

Аристотель вважав, що людина сама повинна турбуватися про своє здоров'я. Це видно з його твердження: “... знання й здоров'я є образ, певна форма, смисл і ніби діяльність здатного до них: знання – здатного до пізнання; здоров'я того, хто може бути здоровим” [5, 370].

Гален виділив проміжний стан між здоров'ям і хворобою, “третій стан” організму, який став об'єктом пильної уваги лише в наш час.

Праці Абу Ібн-Сіні містять не лише багато корисних рекомендацій, використовуючи які можна запобігти багатьом захворюванням, а й заклики до вивчення здоров'я. Він вважав головним критерієм збереження здоров'я – рухову активність і розробив класифікацію фізичних вправ.

Френсіс Бекон багато уваги приділяв вивченню здоров'я людини. Він вважав, що турбота про здоров'я – це найважливіша справа.

Я.А.Каменський був першим із педагогів, який послідовно обґрунтовував принцип природовідповідності у вихованні. У творах Каменського червоною смугою проходить виховання загальної культури особистості, а культура здоров'я в ній як складова частина.

Новаторство Д.Локка полягало в тому, що він розглядав процес становлення й виховання людини як єдність фізичного, психічного і розумового розвитку. Він відстоював ідеї всебічного гармонійного розвитку особистості й підкреслював єдність тіла і духу.

Його трактат “Мысли о воспитании” розпочинається розділом про фізичний розвиток і виховання дитини. “Здоровий дух у здоровому тілі – ось короткий, але повний опис щасливого стану в цьому світі.” У педагогічних творах Д.Лока була встановлена єдність, цілісність психофізичної природи людини й умов її розвитку.

Ж.-Ж.Руссо відводив особливе місце фізичному вихованню як одному із засобів гармонізації відношень людини з природою й оточенням, подолання шкідливих звичок, формування моральної чистоти, удосконалення всього організму. Руссо розробив програму формування особистості, яка складалася з розумового, фізичного та морального виховання.

І.Песталощі вважав, що гарно організований фізичний розвиток дітей у школах відіграє позитивну роль і в оздоровленні всього народу.

Особливу увагу розвитку духовності приділяв Г.Сковорода. Він створив оригінальне філософське вчення, спрямоване на вдосконалення духовного світу особистості.

Вивченню духовної культури людини, не менш значну частину своєї роботи приділяли такі відомі постаті, як: М.Мамардашвілі, П.Юркевич, В.Вернадський.

Формування культури здоров'я яскраво проходить у педагогічній спадщині А.Макаренка. Він приділяв увагу і гігієнічному вихованню підростаючого покоління.

В.Сухомлинський писав: “Якщо виміряти всі мої турботи й тривоги за дітей... то добра половина їх – про здоров'я.” Гарне здоров'я, відчуття повноти, невичерпаності фізичних сил – важливе джерело життєрадісного світосприйняття, оптимізму, готовності долати всілякі труднощі.

В усіх працях В.Сухомлинського зустрічається твердження того, що інтелектуальна праця і все духовне життя дитини залежать від її здоров'я.

Проблемі здоров'я, формуванню культури здоров'я особистості приділяв багато уваги М. Амосов. У своїй книзі "Раздумье о здоровье" він описав основний рецепт здорового способу життя – режим обмежень і навантажень [1].

Важливу інформацію по оздоровленню організму містять книги Г.Малахова "Целительные силы". В них розкривається тема оздоровлення, даються рекомендації по індивідуалізації оздоровчого процесу, а також відомості, які відносяться до біоенергетики й біосинтезу – основи життя й здоров'я.

Одним із компонентів народної педагогіки є фізичне виховання, тісно пов'язане як із розумовим, так і трудовим, бо успіх трудової діяльності великою мірою залежить від стану її здоров'я. У народі кажуть: "Здоров'я – всьому голова". На ранніх етапах історії східних слов'ян фізичне виховання стало невід'ємною частиною їх традиційної культури.

Велика увага здоровому способу життя й здоров'ю приділялась в українських козаків. Про їх життя, звички багато розповідав видатний лікар Анатолій Пастернак. Ще в давні часи вони використовували цілющі властивості рослин; велике значення приділялось загартуванню.

Формуванню культури здоров'я особистості чимало приділяється уваги у сучасній українській педагогіці. Українські вчені (І.Бех, В.Горашук, Г.Максименко, Т.Ротерс, Г.Кривошеєва) справедливо вважають, що культура сучасної людини багатогранна, її необхідно вивчати і на цій основі вживати заходи щодо збереження й зміцнення здоров'я. Розуміння культури повинно бути тільки комплексним, бо тільки так усвідомлюється її вплив на фізичний, психічний і розумовий розвиток людини. Вони підкреслюють, що здоров'я особистості неможливе без біосоціальної гармонії людини із собою, з оточуючими людьми, із природою, де вирішальне значення має загальна культура.

Т.Ротерс наголошує на тому, що: «у сучасних умовах розвитку суспільства підвищується значення духовного життя осо-

бистості у тісному зв'язку з його фізичним розвитком, культурою здоров'я».

Досить ґрунтовно висвітлюється проблема формування культури здоров'я у працях українського вченого В.Горашука. До вирішення цієї проблеми він підійшов комплексно, давши визначення здоров'я трьох його аспектів: духовного, психологічного, фізичного; третього стану, хвороби, здорового способу життя, а також культури здоров'я взагалі.

Висновок.

Інтерес до проблеми формування культури здоров'я школярів у позакласний час обумовлений загальними тенденціями розвитку сучасної культури, сутнісними характеристиками культури здоров'я в становленні фізично, психічно і морально здорової особистості. В Україні відбуваються корінні перетворення системи освіти і тому проблема формування культури здоров'я набуває особливої уваги, оскільки становлення гуманістичної освітньої парадигми можливе лише на основі включення системи освіти в контексті національної та загальнолюдської культури.

Перспективи подальших досліджень. Незважаючи на великий інтерес до проблеми культури здоров'я й досягнення значних результатів, недостатньо розроблена проблема культури здоров'я в теоретико-концептуальному плані, єдина міждисциплінарна концепція культури здоров'я не вироблена. Треба вирішувати проблему слід комплексно. Такий підхід дозволяє усвідомити цілісність і значущість.

Література:

1. Амосов М. М. Роздуми про здоров'я / М. Амосов. – К.: Здоров'я, 1990. – 166 с.
2. Брехман И. И. Введение в валеологию – науку о здоровье / И.И. Брехман. – Л.: Наука, 1987– 125 с.
3. Горашук В. П. Організація навчально-виховного процесу з валеології в загальноосвітній середній школі / В. П. Горашук. – Луганськ.: Альма Матер, 2002. –111 с.
4. Педагогика здоровья. – М.: Педагогика, 1990. – 284 с.
5. Педагогическое наследие / Сост. В.М.Кларин., А.И.Джуринский. – М.: Педагогика, 1987. – 416с.