

УДК 378:373.091.12.011.3-051:796

**Мосейчук Юрій Юрійович**

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент  
завідувач кафедри фізичної культури та основ здоров'я  
Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича  
м. Чернівці, Україна

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПРОЕКЦІЇ У ДОСЛІДЖЕННІ ПОТЕНЦІАЛУ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я ДЛЯ УСПІШНОЇ РЕАЛІЗАЦІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНІМИ УЧИТЕЛЯМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

*У статті зосереджено увагу на необхідності формування у майбутніх учителів фізичної культури високого рівня культури здоров'я під час навчання у вищих навчальних закладах. Проаналізовано зміст двох вищідних наукових дефініцій «культура» та «здоров'я» для розуміння сутності «культури здоров'я». Обґрунтовано потенціал культури здоров'я для успішного становлення учителя фізичної культури як кваліфікованого фахівця.*

*Ключові слова:* культура, здоров'я, культура здоров'я, майбутні учителі фізичної культури, професійна підготовка.

**Вступ.** Важливим компонентом гуманізації системи вищої освіти є формування у студентів стійкого інтересу до зміцнення власного здоров'я, право вибору мети, засобів та методів його корекції із врахуванням власних потреб і мотивацій, а не авторитетний диктат викладача або замовлення соціуму. Підтримуємо Л. Ващенко [1] у тому, що перед освітніми установами усіх рівнів акредитації стоять важливі соціально-педагогічні завдання з формування всебічно розвинутої особистості, яка усвідомлено ставиться до свого здоров'я та володіє високим рівнем культури здоров'я.

Тобто, ще під час навчання у ВНЗ майбутній учитель повинен мати сформований високий рівень культури здоров'я, щоб мати змогу кваліфіковано та професійно допомагати у цих питаннях своїм учням. Ця теза, в найбільшій степені стосується саме майбутніх учителів, які займатимуться фізичним вихованням учнів – учителів фізичної культури.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Нині у психологічній науці культура здоров'я розглядається українськими науковцями в тісному зв'язку з особистісним становленням майбутнього фахівця (В. Давигора, О. Гнатюк, І. Коцан, О. Толстограєва та ін.). У педагогічній площині вирішенню проблеми сприяють положення про: теоретико-методичні засади педагогіки здоров'я особистості (П. Гусак, І. Олендер, А. Олійник, М. Смірнов та ін.); зв'язок між здоров'ям і освітою (О. Глузман, О. Завальнюк, В. Козігон, В. Скороход та ін.); потенціал здоров'язбережувальних та здоров'язміцнювальних технологій (Б. Долинський, О. Міхеєнко, Г. Мешко, Ю. Палічук, Л. Романишина та ін.). Однак, проблема культури здоров'я та процес її цілеспрямованого й системного формування у майбутніх учителів фізичної культури в у процесі неперервної професійної освіти залишається ще маловивченою. Вважаємо, що першим кроком на шляху її розв'язання є ґрунтовний аналіз наукової дефініції «культури здоров'я» та основні дослідження головних її структурних складових «культури» та «здоров'я».

**Мета статті** – проаналізувати сутність культури здоров'я з методологічної позиції у контексті її потенціалу для успішної реалізації професійної діяльності майбутніми учителями фізичної культури.

**Виклад основного матеріалу** Основною тезою нашого наукового пошуку є теза про те, що «проблема здоров'я невід'ємна від проблеми людини і залежить від розвитку людської культури» [2]. Тобто, культура особистості передбачає її освіченість щодо власного здоров'я та його збереження. А тому,

дослідження сутності культури, як наукової категорії розглядаємо необхідною умовою для глибокого розуміння культури здоров'я. Констатуємо, що особистість живе в культурному просторі та складає з ним єдину цілісність. Зміни в освітньому процесі на основі європейських підходів, які базуються на підвищенні вимог до культурного рівня випускників, сприяють ліквідації відстані між вищою освітою та культурою.

Наявність неперервного діалектичного зв'язку культури й освіти доводить у своїй публікації В. Журавський [3]. Так, автор переконливо доводить, що «освіта виступає невід'ємною частиною суспільного розвитку. У сучасному соціумі, якому властиві глобалізація та інформатизація усіх сфер життя, роль і вплив освіти та суміжних з нею інститутів духовної культури безперервно зростає» [3, с. 13].

Зазначимо, що у наукових колах існує понад 300 різноманітних та навіть протилежних трактувань наукової дефініції «культура», а саме: зміст спільного буття людей; світ синтетичних, створених людьми явищ; предметний світ матеріальних речей; зразки людського спілкування; різноманітні технології, завдяки яким відбуваються соціальні взаємодії. Встановлено, що наукова дефініція «культура», будучи одним з ключових понять сучасної наукової думки, використовується в філософії, соціології, психології для позначення об'єктів і явищ, їх властивостей, а також абстрактних ідей, що втілюють в собі суспільні ідеали.

У нашому баченні педагогічні погляди найбільш узагальнені у педагогічному словнику під авторством С. Гончаренка [4], де зазначено, що – «це сфера духовного життя суспільства, що охоплює, насамперед, систему виховання, освіти, духовної творчості ... Водночас під культурою розуміють рівень освіченості, вихованості людей, а також рівень оволодіння якоюсь галуззю знань, або діяльністю» [4, с. 182].

Досліджуючи роль фізичного виховання у загальнокультурному контексті, О. Ливацький доводить, що культура «повинна інтегруватися в суті самої особи студента, котрий функціонує в культурному середовищі як конкретний носій культурних цінностей, поєднуючи в собі загальне, властиве культурі в цілому і особисте, привнесене в культуру на основі індивідуального життєвого досвіду, рівня знань, світогляду, тощо» [5, с. 260]. Тобто студент у процесі розвитку в стінах ВНЗ, перш за все, засвоює культуру, виступаючи об'єктом її впливу.

Культура відображає два зрізи суспільної реальності: 1) Структурно-функціональний (або динаміко-статичний), який дає можливість відкрити структурний та функціональний аспекти культури, харак-

теризує її склад, внутрішню будову, функціональне виникнення, розвиток та взаємодіяльність елементів культури між собою та із іншими соціальними явищами, насамперед моральною, політичною та іншими культурами; 2) Аксеологічний (або ціннісний) розкриває систему цінностей суспільства, тобто все те, що відноситься до культурного прогресу; кожне суспільство виробляє свою модель загальної культури.

Загальна культура особистості характеризує ступінь засвоєння та використання ними норм культурного життя в країні. У нашому баченні культура зберігає єдність нації, держави та суспільства, виникає на основі задоволення прагнення утверджувати цінності. На думку І. Беха, «духовно зріла особистість, репрезентуючи загально родові духовні надбання, долає суперечність, що може виникнути між індивідуальними й загальнолюдськими ціннісними контекстами» [6, с. 11]. Культура абстрагується через спосіб діяльності, який відрізняє прояв людської активності. Таким чином, культура виступає як механізм, створений для наслідування та передачі соціальних надбань від одного покоління до іншого. Іншими словами – культура – це конкретна історична сукупність процесуальних норм, які характеризують рівень та спрямованість усієї діяльності особистості.

У процесі дослідження встановлено, що науковий термін «культура» є інтегративним, багатогранним і міждисциплінарним, тому проведення аналізу його універсального змісту є доволі складно. Зокрема, цей термін найчастіше ідентифікують з духовною активністю людей. У загальному сенсі культура – це все, що створено людиною і суспільством, всі процеси і результати їхньої духовної та матеріальної діяльності. З позицій нашого дослідження термін «культура» будемо розглядати в єдності двох складових: соціальної (культура як спосіб забезпечення, організації та вдосконалення життєдіяльності особистості) і особистісної (певна ступінь освіченості суб'єкта). А тому збереження і зміцнення здоров'я знаходяться в прямій залежності від рівня загальної культури.

Отже, культуру доцільно трактувати як загальнолюдську цінність, що сприяє формуванню гуманістичних ціннісних орієнтацій майбутніх фахівців. Пізнаючи культуру, студенти мають змогу пізнавати майбутню професійну реальність, а також самих себе та власне буття як особистості, так і як майбутнього професіонала. Звертаючись до культурних цінностей, вони мають змогу не тільки розуміти культуру, але й визначати мотиви своєї професійної діяльності на основі законів досконалості та краси. Отже, чільне місце у культурі посідає професійна культура.

Професійна культура, як спосіб реалізації активності суб'єкта професійної діяльності характеризується свободою, адже вона не жорстко запрограмована. Тобто це цілеспрямований, свідомий та вільно орієнтований процес, що передбачає самостійний вибір засобів втілення професійної діяльності. Поза всяким сумнівом, що професійна культура вдосконалюється в певних умовах, за наявності конкретних передумов, особливо матеріальних можливостей, наданих уже досягнутим рівнем розвитку культури. Професійна культура майбутнього педагога має бути надзвичайно високою, адже на нього буде покладено обов'язок виховувати майбутнє покоління українців.

Виходячи з наведених вище аргументів, вважаємо, що професійна культура майбутнього учителя має базуватися на концепції творчої діяльності та відкривати шляхи для активної діяльності по формуванню творчої особи своїх вихованців. Так А. Ашероф довів, що професійна культура «передбачає

гармонійний розвиток як проектних знань, умінь та навичок роботи в професійній сфері, так і професійно важливі якості, які характеризують особистісні якості людини незалежно від фаху» [7, с. 127]. Підсумовуючи наведені вище аргументи зазначимо, що під професійною культурою майбутнього педагога будемо розуміти рівень його освіченості, вихованості, а також рівень оволодіння певною галуззю професійних знань.

Наведемо позиції фахівців фізичного виховання стосовно сутності наукової дефініції «здоров'я». Так здоров'я є складним динамічним процесом, який тісно пов'язаний зі способом життя людини, який, у свою чергу, залежить здебільшого від мотивів діяльності конкретної людини, від особливостей її психіки, стану здоров'я і функціональних можливостей організму. Підтвердження такої позиції було знайдено у публікації Д. Давиденка [8], який доводить, що як найважливіший базовий компонент формування загальної культури студентів, фізична культура своїми формами і методами покликана сприяти гармонізації тілесного і духовного в особистості і сприяти формуванню культури здоров'я [8, с. 65]. Отже, здоров'я, як цілісна характеристика стану людини, включає в себе не тільки сукупність характеристик і ознак індивідуального, соматичного чи психічного здоров'я індивіда, а й інтегрує соціально-економічні риси, характерні для конкретного суспільства. Визначальним у нашому дослідженні є той факт, що учитель фізичної культури для ефективної реалізації своєї професійної діяльності має мати високий рівень культури здоров'я.

Наголосимо на тому, що незаперечним фактом є те, що здоров'я обумовлює кількість та якість трудового потенціалу країни та визначає гармонію соціуму. Здоров'я розглядається найвагомішою умовою самореалізації кожного члена суспільства. Виходячи з цього, стан здоров'я детермінує як фізичну та інтелектуальну активність, так і оптимальну працездатність, повноцінне суспільне життя, стає безпосередньою реалізацією потреб та інтересів. Стан здоров'я особистості є інтегративний результат впливу на організм людини різних факторів: генетичної складової, зовнішнього середовища, соціального фактору, індивідуальної життєвої стратегії.

На основі більш ґрунтовного аналізу педагогічних напрацювань О. Глузман, О. Завальнюк, В. Козіган, В. Сагуйченко ми прийшли до усвідомлення того, що культура здоров'я виступає невід'ємною складовою загальної культури особистості, охоплює ставлення студентів самих до себе на основі сформованих знань та умінь щодо оптимального вибору інтелектуальних, емоційних, фізичних навантажень, детермінує ступінь залежності здоров'я особистості від стратегії вибудовування її відносин з оточуючим світом та з самою собою. Тобто, з педагогічної точки зору культура здоров'я виступає інтегральною якісною характеристикою особистості, що поєднує соціальний, духовний, психічний, фізичний компоненти та створює відчуття внутрішньої гармонії, благополуччя й загального задоволення життям.

На основі проведеного семантичного аналізу поглядів філософів, медиків, психологів, педагогів, фахівців з фізичного виховання, можемо узагальнити, що культура здоров'я виступає невід'ємною складовою загальної культури, що охоплює ставлення студентів самих до себе на основі сформованих знань та умінь щодо оптимального вибору інтелектуальних, емоційних, фізичних навантажень, детермінує ступінь залежності здоров'я особистості від стратегії вибудовування її відносин з оточуючим світом

та з самою собою. Культура здоров'я має базуватися на цілісній системі ціннісно-смыслових установок, емоційно-вольового досвіду та бути спрямована на самопізнання, саморозвиток і самовдосконалення індивідуального здоров'я, необхідного для продуктивного довголіття людини. Отже, культуру здоров'я можна розглядати як особистісну якість, що базується на внутрішній і зовнішній активності людини. Це не лише знання людини про свій внутрішній (фізичний, фізіологічний, духовний) світ, а й усвідомлення свого морального обличчя, своєї оцінки зовнішнього світу та інших людей, свого місця в природі й соціумі. Узагальнено можна представити наступне авторське трактування: культура здоров'я – це система світоглядних настанов, переконань, життєвих цінностей та установок, основою яких є ґрунтовні знання та сформовані практичні уміння і навички про здоров'я, які зумовлюють свідоме й відповідальне ставлення як до власного здоров'я, так і здоров'я оточуючих, формує динамічний стереотип здоров'язбережувальної свідомості, формує активну поведінку, яка спрямована на збереження і зміцнення здоров'я. У педагогічному ракурсі культура здоров'я передбачає розробку нових педагогічних підходів до проектування цілісної педагогічної системи, яка охоплює позитивну мотиваційну сферу майбутніх фахівців.

Встановлено, що під час навчання у ВНЗ в студентів необхідно формувати когнітивну складову, що характеризується ґрунтовним обсягом теоретичних знань в сфері організації здорового способу життя та розвивати конативну складову, яка охоплює практичні вміння застосовувати отримані знання в майбутній професійній діяльності. Слід зазначити, що фахівці з фізичної культури, надаючи перевагу в практиці оздоровлення фізичним вправам, визначають культуру здоров'я як складову фізичної культури [10]. Погоджуємося з тим, що фізичні вправи мають надзвичайно потужний і широкий спектр оздоровчої дії, саме тому проблему здоров'я, доволі часто, пов'язують з фізичною культурою, фізичним вихованням, а вчителя фізичної культури в школі ототожують з «учителем здоров'я».

На наше глибоке переконання, існує певна тактична помилка, яка формує хибну думку стосовно того, що шлях досягнення високого рівня культури здоров'я полягає лише у застосуванні засобів фізичної культури. Звичайно, що не доцільно заперечувати

той факт, що рухова активність виступає дуже вагомим чинником культури здоров'я, однак спроби виокремити його як домінуючий фактор забезпечення здоров'я призводять до того, що фактично ігноруються інші чинники та складові здоров'я і, відповідно, засоби оздоровлення, які є не менш важливими.

Отже, культура здоров'я – поняття значно ширше, ніж фізична культура, яка є однією зі складових культури здоров'я. Конкретизуючи уявлення про культуру здоров'я, виокремлюємо у змісті такі найважливіші складові, як: культура харчування, культура ендоекології, культура психоемоційної активності, фізична культура, фізіологічна, інтелектуальна, соціально-комунікативна, сексуальна культура, а також культура моральності й духовності. Високий рівень сформованості культури здоров'я розглядаємо у якості необхідної умови для залучення особистості до процесу творення власного життя (життєтворчості). Здоровий спосіб життя має тісний зв'язок з процесом саморозвитку майбутнього фахівця себе у фізичному, психоемоційному, інтелектуальному, соціальному, моральному, духовному, природно-синергетичному вимірах протягом всього життя.

**Висновки.** Культура є головним фактором, що визначає динаміку розвитку українського суспільства, а тому викладачам необхідно здійснити комплекс інноваційних змін в освітньому процесі професійної підготовки студентів, що призведе до підвищення як загальної, так і професійної культури. Сьогодні саме загальна та професійна культура виступають головними чинниками у процесі професійного та особистісного самоствердження особистості. Саме через культуру майбутній педагог може усвідомлено обрати власний образ та стиль діяльності. За нинішніх умов здоров'я людини давно вже вийшло за межі компетенції медицини, а тому, значною мірою, залежить від способу життя людини, що, своєю чергою, визначається сформованістю культури здоров'я, яка передбачає опанування на особистісному рівні концепцією здоров'я у культурному розумінні.

З огляду на наведені аргументи, нині від педагогічної науки очікується розробка теоретичних та методичних основ становлення майбутніх учителів фізичної культури, у яких має бути сформований високий рівень загальної та професійної культури ще під час навчання у ВНЗ, що дозволить їм оволодіти на належному рівні культури здоров'я.

### Список використаної літератури

1. Ващенко Л.С. Основи здоров'я: Кн. для вчит. / Л.С.Ващенко. – К.: Генеза, 2005. – 240 с.
2. Петрик О.І. Медико-біологічні та психолого-педагогічні основи здорового способу життя: [курс лекцій] / О.І.Петрик. – Л.: Світ, 1993. – 120 с.
3. Журавський В.С. Вища освіта як фактор державотворення і культури в Україні / В.С.Журавський. – К.: Видавничий Дім «Ін Юре», 2003. – 268 с.
4. Гончаренко С.У. Український педагогічний словник / С.У.Гончаренко. – К.: Либідь, 1997. – 376 с.
5. Ливацький О.В. Особливості та роль фізичного виховання у контексті національно-патріотичного виховання студентської молоді / О.В.Ливацький // Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. – Серія: Педагогічні науки, 2016 – №6 (303) жовтень, 2016. – Частина I – С.259–264.
6. Бех І.Д. Цінності як ядро особистості / І.Д.Бех // Цінності освіти і виховання / За заг. ред. О.В.Сухомлинської. – К., 1997 – С.8–11.
7. Ашерів А.Т. Професійно важливі якості фахівців як складова його проектної культури / А.Т.Ашерів, В.В.Шеховцева, Ю.М.Полякова // Вісник НТУУ «КПІ». Філософія. Психологія. Педагогіка: зб. наук. праць. – Київ, 2010. – №2 (29). – С.127–131.
8. Давиденко Д. Физическая культура и культура здоровья студентов / Д.Давиденко // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2010. – №2. – С.65–69.
9. Іонова О.М. Здоров'язбереження особистості як психолого-педагогічна проблема / О.М.Іонова, Ю.С.Лукьянова // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: монографія за ред. С.С.Єрмакова. – Харків: ХДАДМ, 2009. – ХХІІІ – №1. – С.69–72.
10. Гладошук О.Г. Педагогічні умови вдосконалення культури зміцнення здоров'я студентів в системі фізичного виховання у вищому навчальному закладі: автореф. дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.02 / О.Г.Гладошук. – К., 2008. – 24 с.

Стаття надійшла до редакції 29.09.2017 р.  
Стаття прийнята до друку 06.10.2017 р.

**Мосейчук Юрій**

кандидат наук по фізическому вихованню і спорту, доцент  
заведуючий кафедрою фізическої культури і основ здоров'я Черновицький національний університет  
імени Юрія Федьковича  
г. Чернівці, Україна

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧЕСКІЕ ПРОЕКЦИИ В ИССЛЕДОВАНИЕ ПОТЕНЦИАЛА  
КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ ДЛЯ УСПЕШНОЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

*В статье сосредоточено внимание на необходимости формирования у будущих учителей физической культуры высокого уровня культуры здоровья во время обучения в высших учебных заведениях. Проанализировано содержание двух исходных научных дефиниций «культура» и «здоровье» для понимания сущности «культуры здоровья». Обоснованно потенциал культуры здоровья для успешного становления учителя физической культуры как квалифицированного специалиста.*

*Ключевые слова: культура, здоровье, культура здоровья, будущие учителя физической культуры, профессиональная подготовка.*

**Moseychuk Yuriy**

PhD in Physical Education and Sport, Associate Professor  
Head of the Department of Physical Education and Health Basics  
Chernivtsi Yuri Fedkovich National University, Chernivtsi, Ukraine

**THEORETICAL AND METHODOLOGICAL PROJECTIONS IN THE INVESTIGATION OF THE  
POTENTIAL OF HEALTH CULTURE FOR SUCCESSFUL IMPLEMENTATION OF PROFESSIONAL  
ACTIVITY BY FUTURE TEACHERS OF PHYSICAL EDUCATION**

*Higher educational institutions have important socio-pedagogical tasks for the formation of a fully developed person who relates consciously to his health and has a high level of health culture. It was established that the problem of health is inseparable from the development of culture. Therefore, the study of the essence and content of culture as a scientific category is considered as a prerequisite for a deep understanding of the culture of health. The scientific definition of «culture» is used in philosophy, sociology, and psychology. In pedagogical literature, culture is regarded as a sphere of the spiritual life of society, which covers the system of education, spiritual creativity, as well as the level of education of people. The personality culture characterizes the degree of assimilation and use of the norms of cultural life in the country and reflects two sections of social reality: 1) structural and functional; 2) axiological. By learning the culture, students are able to learn the future professional reality, as well as themselves and their own being. Addressing to the culture they can identify the motives of their professional activities on the basis of the laws of perfection and beauty. Professional culture is purposeful, conscious process, which involves the independent choice of means of the implementation of professional activities. The professional culture of the future teacher should be extremely high, because he has to educate the future generation of Ukrainians.*

*Key words: health culture, future teachers of physical education, professional training.*