

the field of Computer Science and Computer Technology and professionally important qualities that ensure the effective performance of his/her professional maintenance of the computer systems and networks.

The following ways of forming professional competence, such as the providing of the interdisciplinary connections by integrating the content of the disciplines of the professional and practical training, and the development and use of professionally oriented tasks of different levels of complexity in the educational process are identified and considered. The content and features of each of the directions of forming professional competence of the future junior specialists in computer engineering are revealed.

Key words: professional competence, computer engineering, interdisciplinary connections, integration, professionally oriented tasks, junior specialists.

УДК 378.147-057.36

Таймасов Ю. С.

## ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ СУТНОСТІ ТА ЗМІСТУ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ У ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІЙ ЛІТЕРАТУРІ

У статті проведено аналіз проблеми здоров'я, яка свідчить про те, що здатність людини до збереження свого роду тривалий час визначала його ставлення до свого здоров'я, що розвивається в рамках соціоцентричної парадигми, яка сприяла формуванню розуміння людиною напрямів збереження здоров'я, або з позицій морального ставлення до здоров'я, з боку суспільства, або з позицій його охорони державою, або з позицій турботи самої людини про власне здоров'я. Обґрунтовано, що саме по собі вчення про здоров'я, здоровий спосіб життя людини є одним із найдавніших. Наведена статистика, яка показує зниження рівня здоров'я випускників шкіл. Подібна ситуація і зі здоров'ям студентської молоді. Зростання кількості студентів із відхиленням у стані здоров'я, яке відбувається в основному через приховування абітурієнтами своїх захворювань при вступі до вишу.

**Ключові слова:** здоров'я, здоров'язбереження, здоров'язбережувальні технології, психолого-педагогічна література, зміст, аналіз, науковець, здоровий спосіб життя.

Проведений аналіз наукової літератури свідчить, що вже в працях філософів Стародавньої Греції та Стародавнього Риму містяться перші відомості про необхідність турботи про збереження та зміцнення здоров'я дітей у процесі їх навчання і виховання.

Ян Амос Коменський (1592–1670) вважав людину частиною природи і стверджував, що все в природі, включаючи людину, підпорядковане єдиним і універсальним законам. Учений довів, що викладання треба починати із загального ознайомлення з предметом, цілісного сприйняття його дітьми, а вже потім переходити до вивчення окремих його сторін. За Коменським, є таке навчання, яке будується з урахуванням вікових особливостей дітей. "Ми, – говорив він, – вирішили всюди йти за природою, і як та виявляє свої сили одні за іншими, так і ми маємо стежити за послідовним порядком розвитку розумових здібностей".

На початку ХІХ ст. був вперше визначений режим функціонування навчального закладу. У 1800 р. з'явився перший навчальний посібник "Перше поняття про те, як живе наше тіло, що для нього корисно, що шкідливо", що орієнтує на вивчення власного організму, що складається з практичних порад і правил, як зберегти здоров'я дітей, які відвідують школу. Ця книга багато разів перевидавалася і стала матеріалом наукового осмислення проблем здоров'я дітей для багатьох вчених.

У цей же період на проблему перевантаження при навчанні і недолік фізичної діяльності звертають увагу провідні лікарі того часу.

У багатьох дослідженнях автори рекомендують звертати увагу на фізичне виховання, як фактор "тілесного" здоров'я учнів. Такі педагоги, як А. Ободовський, В. Жуковський, І. Ястребцов, приділяли особливу увагу фізичному вихованню та впливу навчання на здоров'я дітей. Вітчизняні та зарубіжні гігієністи, педіатри та психологи (В. Нестеров, А. Беляєв, А. Гертель, А. Кей та інші) виявляли різні відхилення у стані здоров'я учнів, зумовлені неправильною організацією виховання і навчання. І. Сікорський, А. Віренеус, Ф. Ерісмана працювали над вивченням впливу навчальної роботи на зниження працездатності і загального стану здоров'я дітей.

У роботі В. Бехтерева "Особистість і умови її розвитку і здоров'я" показана залежність формування здоров'я від умов роботи дитини в школі.

Наукові основи формування здорового способу життя заклали С. Боткін і П. Лесгафт, які стверджували про те, що здоров'я людини є, насамперед, функцією пристосування і еволюції, функцією відтворення, продовження роду і гарантією здоров'я усього роду [6].

Науково обґрунтовану систему фізичного виховання дітей першим розробив П. Лесгафт. В її основу він закрив їх анатомо-фізіологічні особливості, свідоме виконання життєво необхідних рухів [2].

На рубежі ХХ ст. з'явилася науково обґрунтована поглядів провідних вчених про роль школи у формуванні здорового способу життя і умов для виховання в дитині бадьорості духу. Були спроби повернути увагу вчителів до необхідності формування здорових звичок у школярів.

Комплексний підхід до виховання і навчання дитини з'явився з виникненням науки педології. Засновником педології прийнято вважати С. Холла. Зарубіжний педологічний напрям розроблявся в 20-ті рр. ХХ ст. Дж. Болдвін, Е. Мейманом, В. Прейером тощо. Такі ідеї були висунуті К. Ушинським, який вважав основою педагогіки фізіологію і психологію. Його думки про процес розумового, фізичного і морального вдосконалення людини, роль діяльності і активності як найважливіших факторів виховання знайшли своє відображення в роботах "Педагогічна антропологія" і "Праця в її психічному і виховному значенні" [8].

Розвиток педології також представлений роботами П. Каптерева, Н. Ланге, М. Пирогова та П. Лесгафта, що отримало своє логічне продовження в працях А. Нечаєва, П. Блонського, Л. Виготського та А. Залкінда.

У другій половині ХХ ст., головним чином, у рамках гуманістичної і трансперсональної психології зусилля великих вчених (Г. Олпорт, А. Маслоу, К. Роджерс, С. Гроф та ін.) були об'єднані в дослідженні основ повноцінного функціонування психіки, і почалася систематизована розробка психологічних концепцій здоров'я.

Потім серед психологічних дисциплін наприкінці 70-х рр. минулого сторіччя виділилася так звана Health psychology (психологія здоров'я) – комплекс освітніх, наукових і професійних вкладів психології як наукової дисципліни зі зміцнення та підтримки здоров'я, запобігання та лікування хвороб, ідентифікації етіологічних і діагностичних корелятивів здоров'я, хвороби і пов'язаних із нею дисфункцією, а також формування стратегії розвитку здоров'я (J. Matarazzo, E. Sarafino, R. C. Silver, U. Flick, J. Gordon, D. Marks, M. Murray, B. Evans, M. Murray).

Н. Попова і Г. Сапожникова рекомендують проводити комплексну оцінку стомливості занять і розподілити навчальні предмети відповідно до денної і тижневої динаміки працездатності учнів [4].

В. Доскин рекомендує проводити корекцію психологічних функцій учнів, Р. Беякова, В. Овчаров, Е. Родіонов, О. Коломієць, Ю. Варшамов, Л. Попова, В. Соломін пропонують орієнтувати уроки фізичної культури на виховання здорового способу життя, а також впроваджувати інтеграційні програми, що включають фізичну культуру, основи безпеки життєдіяльності, біологію [7].

Н. Смирнов пропонує впроваджувати в навчальний процес здоров'язберігаючі технології [3]. Хоча рекомендації Н. Смирнова є більш повними, в них мало розроблені підходи, не показані механізми взаємодії фахівців, що дають змогу зберігати здоров'я дітей у процесі їх навчання в освітніх установах.

Із початку ХХІ ст. держава стала більш активно проводити політику в галузі здоров'я, в рамках якої на освіту як цілісну державну структуру, що забезпечує соціальний розвиток особистості, покладене завдання збереження психічного, фізичного і морального здоров'я дітей і молоді.

Зокрема, Міністерством освіти і науки України у 2001 р. було запропоновано розробити комплексну вишівську програму "Освіта та здоров'я", яка вирішувала б завдання:

- створення умов, що сприяють збереженню і зміцненню здоров'я в вишах;
- впровадження методології, принципів і методів здоров'язберігаючої освіти, програмно-технічних засобів із моніторингу, формування, розвитку і збереження здоров'я студентів і викладачів вишів;
- здійснення медико-фізіологічного, соціологічного і психолого-педагогічного контролю за станом здоров'я суб'єктів освітнього процесу, за дотриманням законодавчих і нормативних правових актів, що регламентують діяльність освітнього закладу з питань збереження здоров'я учнів.

Для ефективного вирішення завдань цієї програми передбачалося створити в кожному виші центр сприяння зміцненню здоров'я учнів, вихованців діяльність якого могла б здійснюватися за такими напрямками:

- розробка рекомендацій щодо формування здорового способу життя студентів з урахуванням їх індивідуальних схильностей, здібностей і психофізіологічних особливостей;
- з організації в навчальному закладі умов проведення здоров'язберігаючого навчального процесу;
- організації взаємодії зі спортивними, реабілітаційними, профілактичними центрами регіону;
- проведення просвітницької роботи в галузі культури здоров'я, профілактики соціально зумовлених захворювань (алкоголізму, наркоманії, СНІДу, тютюнопаління).

Також пропонувалося забезпечити зазначені центри кваліфікованими кадрами, оснастити їх сучасним діагностичним, корекційним обладнанням, виділити приміщення, достатні для проведення діагностики, прогнозу і корекції, введення в навчальні плани курсів лекцій із культури здоров'я, забезпечити бібліотеки вишів необхідною літературою щодо формування у студентів культури здоров'я та здорового способу життя, за необхідності використання досвіду інших регіонів і вишів.

У сфері наукового пізнання проблематика здоров'я дедалі частіше визнається однією з пріоритетних і виявляється у фокусі комплексного вивчення (А. Бодальов, Г. Ганжін, А. Деркач; Б. Братусь, І. Брехман, І. Биховський, О. Даниленко, В. Казначеев, Е. Спірін, В. Петленко, Д. Давиденко).

Необхідно зазначити, що здоров'я виділяється як фундаментальна проблема людства, актуальна для його духовної і біосоціальної еволюції (О. Васильєва, Є. Сайко, Б. Юдін).

У сучасних дослідженнях здоров'я розглядається як складне, багатофакторне явище, що визначає репродуктивні і творчі можливості як окремих суб'єктів, так і цілих спільнот (В. Розін, Е. Фромм, Б. Юдін).

У нашій країні, починаючи з 90-х рр. ХХ ст., розробляються нові підходи до дослідження здоров'я і повноцінного розвитку людини (Н. Водопьянова, Н. Ходирева, Н. Смирнов, А. Гройсман, Б. Братусь, І. Брехман, В. Дорфман, В. Казначеев, Д. Леонтєв, Ю. Орлов, В. Розін). У роботах цих дослідників є синтез при-

родничо-наукових і гуманітарних підходів до проблематики здоров'я особистості, досліджуються цінності, духовні та моральні виміри людини як детермінанти його благополучного розвитку [1].

Здоров'я розглядається у світлі акмеології (А. Бодальов, А. Реан), можливостей і вищих досягнень людського духу. Воно визначається і як системна якість, що характеризує особистість в її цілісності (І. Дубровіна, Ю. Орлов), і як "структурообразуючий конструкт духовної сфери людства" (А. Бодальов, В. Ганжін, А. Деркач).

Перші спроби визначення здоров'я в системі педагогічних категорій були зроблені Л. Засоріним і Л. Чистовим. Автори визначали здоров'я як центральне категоріальне поняття концепції освіти, в якій найвищою метою педагогічного процесу визнається розвиток неповторної індивідуальності, збереження і зміцнення здоров'я дитини за допомогою зусилля самоконтролю особистості.

Однак багато важливих складників проблематики здоров'я натепер досліджені явно замало. Колишні концепції і пояснювальні схеми, що дають спрощене тлумачення феномена здоров'я, які об'єднують все різноманіття його проявів до біологічних або психофізіологічних моделям, нині визнаються не відповідними сучасному рівню знань про людину (О. Васильєва, Д. Вутулкас, В. Казначеев, Е. Спірін, В. Розін).

Під впливом несприятливих для сучасної людини факторів розвиваються стресові навантаження, які відбуваються як на стані здоров'я індивідуума, так і на різних професійних, вікових, регіональних та інших групах.

Спостерігається погіршення здоров'я населення України, що призводить до скорочення тривалості життя і народжуваності, зниження інтелектуального і трудового потенціалу країни.

За даними статистики, відбувається зниження рівня здоров'я випускників шкіл. Така ж ситуація і зі здоров'ям студентської молоді. Зростання кількості студентів із відхиленням у стані здоров'я відбувається в основному через приховування абітурієнтами своїх захворювань при вступі до вузу.

За даними першого десятиліття ХХІ ст., 50–60 % юнаків і дівчат страждають на захворювання серцево-судинної, дихальної систем, шлунково-кишкового тракту, опорно-рухового апарату. Загалом, абітурієнти мають низький рівень фізичного розвитку, фізичної підготовленості.

Тенденція сучасної вищої освіти, що виражається в інтенсифікації навчального процесу, збільшенні обсягу інформації, застосуванні інтенсивних освітніх інформаційно-комп'ютерних технологій, знижує доступність вищої освіти для певної частини молоді через стан її здоров'я. У зв'язку з цим гуманізація освіти можлива лише, якщо в навчальному закладі функціонує збереження здоров'я, здоров'язберігаюча освіта.

Зауважимо, що в деяких вишах України в освітні програми стали дедалі активніше включати елементи культури здоров'я.

Узагальнюючі матеріали досліджень, можна говорити про те, що здоров'язбереження є однією з важливих проблем теорії і практики вищої школи. Однак це питання досі залишається предметом, малорозробленим, являє певну проблему в плані організації та навчально-методичного забезпечення освітнього процесу в здоров'язберігаючому режимі.

Взаємозв'язок системи цінностей особистості і здорового способу життя виявляє важливу роль суб'єктності у формуванні способу життя, який відповідає вимогам відповідального, бережливого ставлення до особистого здоров'я та здоров'я оточуючих.

Сучасне тлумачення здоров'я, подане Всесвітньою організацією охорони здоров'я (ВОЗ): "Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity", в буквальному перекладі означає: "Здоров'я – це стан повного фізичного, розумового (психічного) і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороби або нездужання", що критикується багатьма дослідниками (А. Сахно, І. Брехман, Ю. Лисицин, В. Ліщук, О. Трещева). Вчені вказують, що здоров'я людини не може залежати від особистісних якостей людини, усвідомленості поведінки щодо збереження особистісного і популяційного здоров'я.

Нині в науковій літературі здоров'я визначається як складний багатовимірний феномен, що поєднує в собі гетерогенні, якісно різні компоненти і відображає фундаментальні аспекти людського існування.

Своєю чергою, західні вчені, розвиваючи Health Psychology – спеціальну психологічну дисципліну, сфокусовану на проблемах здоров'я (М. Мюррей, В. Еванс, Х. Стем), використовують для визначення здоров'я термін "благополуччя" у найширшому сенсі – wellbeing: "Wellbeing – це багатфакторний конструкт, який являє складний взаємозв'язок культурних, соціальних, психологічних, фізичних, економічних і духовних чинників". Здоров'я особистості є об'єктом дослідження багатьох сучасних сфер людського знання і не може бути обмежена окремими (біологічними, соціальними або духовними) аспектами буття, здоров'я стає предметом комплексного, міждисциплінарного дослідження.

Поданням про здоров'я як про багатовимірний феномен відповідає модель особистості як важкоорганізованої системи, що утворює багаторівневу єдність. Відповідно, розбіжності в підходах і концепціях пояснюються тим, що здоров'я розглядається на різних рівнях людського буття.

Т. Волокитина, П. Воронцов, Н. Яковлева, Л. Соколова наголошують на необхідності масових оздоровчих заходів. У системі профілактичних заходів, спрямованих на зміцнення і збереження здоров'я, на думку вчених, важлива роль належить санітарно-гігієнічним заходам: забезпечення гігієнічних умов навчання, організація раціонального харчування, оптимізація рухового режиму.

**Висновки.** Практика показує, що вирішити проблему збереження і зміцнення здоров'я дітей сама медицина нині не може.

Таким чином, із метою досягнення цілісного розуміння природи здоров'я і здоров'язбереження в освіті необхідно інтегрувати дані із суміжних дисциплін в єдиний комплекс наукових знань.

Водночас аналіз показує, що процес і методологічні основи збереження та розвитку здоров'я мають, насамперед, педагогічну основу, яка поєднуватиме в собі різноманітні види діяльності та оптимальної взаємодії людини з навколишнім середовищем.

**Використана література:**

1. Врачебная этика и медицинская деонтология / под ред. Б. В. Петровского ; АМН СССР. – Москва, 1998.
2. Джуринский А. Н. История образования и педагогической мысли / А. Н. Джуринский. – Москва : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2004.
3. Касаткин В. Н. Междисциплинарная программа "Здоровье" для средних образовательных учреждений / В. Н. Касаткин // Школа здоровья. – 2000. – № 4. – С. 821.
4. Педагогіка вищої школи : навчальний посібник / І. О. Бартенева, І. М. Богданова, І. В. Бужина, Н. І. Дідусь, М. С. Дмитрієва, З. Н. Курлянд, І. А. Левіна, А. Ф. Ліненко, М. Ф. Ломонова, В. Г. Орищенко, Т. Ю. Осипова, А. В. Семенова, Р. І. Хмелюк, Н. А. Шевченко, О. С. Цокур, Г. Х. Яворська, О. М. Яцій. – Одеса : ПДПУ ім. К. Д. Ушинського. – 2002. – 344 с.
5. Круцевич Т. Теорія та методика фізичного виховання / Т. Круцевич. Том 2. – Київ : Видавництво "Олімпійська література", 2003. – 392 с.
6. Кузнецова Л. М. Современные особенности здоровья детей и подростков и их взаимосвязь с проблемами образования / Л. М. Кузнецова // Перемены. – 2000. – № 2. – С. 148–156.
7. Куинджи Н. Н. Валеология: Пути формирования здоровья школьников : метод. пособие / Н. Н. Куинджи. – Москва : Аспект-пресс, 2000. – 136.
8. Митяева А. М. Здоровьесберегающие педагогические технологии / А. М. Митяева. – Москва : Издательский центр "Академия", 2008. – 192 с.
9. Ушинский К. Д. Избранные труды / К. Д. Ушинский. – Москва, 1959.

**References:**

1. Vrachebnaja jetika i medicinskaja deontologija / pod red. B. V. Petrovskogo ; AMN SSSR. – Moskva, 1998. [in Russian].
2. Dzhurinskij A. N. Istorija obrazovanija i pedagogičeskoj mysli. – M. : VLADOS-PRESS, 2004. [in Russian].
3. Kasatkin V. N. Mezhdisciplinarnaja programma "Zdorov'e" dlja srednih obrazovatel'nyh uchrezhdenij // Shkola zdorov'ja. – 2000. – № 4. – S. 8–21. [in Russian].
4. Pedagogika vishhoj shkoli: Navchal'nij posibnik / I. O. Barteneva, I. M. Bogdanova, I. V. Buzhina, N. I. Didus', M. S. Dmitrieva, Z. N. Kurljand, I. A. Levina, A. F. Linenko, M. F. Lomonova, V. G. Orishhenko, T. Ju. Osipova, A. V. Semenova, R. I. Hmeljuk, N. A. Shevchenko, O. S. Cokur, G. H. Javors'ka, O. M. Jacij. – Odesa : PDPU im. K. D. Ushins'kogo, 2002. – 344 s. [in Ukrainian].
5. Krucevic T. Teorija ta metodika fizichnogo vihovannja. Tom 2. – Kiiv Vidavnictvo "Olimpijs'ka literatura", 2003. – 392 s. [in Ukrainian].
6. Kuznecova L. M. Sovremennye osobennosti zdorov'ja detej i podrostkov i ih vzaimosvjaz' s problemami obrazovanija // Peremeny. – 2000. – № 2. – S. 148–156. [in Russian].
7. Kuindzhi N. N. Valeologija: Puti formirovanija zdorov'ja shkol'nikov : Metod, posobie. – M. : Aspekt-press, 2000. – 136. [in Russian].
8. Mitjaeva A. M. Zdorov'esberegagoshhie pedagogičeskie tehnologii. – M. : Izdatel'skij centr "Akademija", 2008. – 192 s. [in Russian].
9. Ushinskij K. D. Izbrannye trudy. – Moskva, 1959. [in Russian].

**Таймасов Ю. С. Теоретический анализ сущности и содержания здоровьесбережения в психолого-педагогической литературе**

*В статье проведен анализ проблемы здоровья, свидетельствующий о том, что способность человека к сохранению своего рода длительное время определяла его отношение к своему здоровью, развивающейся в рамках социоцентрической парадигмы, которая способствовала формированию понимания человеком направлений сохранения здоровья или с позиций нравственного отношения к здоровью, со стороны общества, либо с позиций его охраны государством, или с позиции заботы самого человека о собственном здоровье. Обоснованно, что само по себе учение о здоровье, о здоровом образе жизни человека является одним из древнейших. Приведена статистика, которая показывает снижение уровня здоровья выпускников школ. Такая же ситуация и со здоровьем студенческой молодежи. Рост количества студентов с отклонением в состоянии здоровья, который происходит в основном за счет сокрытия абитуриентами своих заболеваний при поступлении в вуз.*

**Ключевые слова:** *здоровье, здоровьесбережение, здоровьесберегающие технологии, психолого-педагогическая литература, содержание, анализ, ученый, здоровый образ жизни.*

Taymasov Yu. S. Theoretical analysis of satisfaction and content of health-savings in psychological and pedagogical literature  
The article analyzes the health problem that shows that the ability of a person to preserve a kind for a long time determined his attitude to his health, which develops within the sociocentric paradigm, which contributed to the formation of human understanding of health or health positions of moral attitude to health, from the side of society, either from the point of view of his protection by the state, or from the point of view of the person himself caring about his own health. It is substantiated that in itself the doctrine of health, about a healthy way of life of a person is one of the most ancient. The statistics show the decline in the health of school graduates. The same is the case with the health of student youth. The growth of the number of students with a deviation in the state of health occurs, mainly due to the concealment of entrants in their illnesses when entering the university.

**Key words:** *health, healthcare, health saving technologies, psychological and pedagogical literature, content, analysis, scientist, healthy way of life.*