

ЗДОРОВ'Я – ЯК ОСНОВНА ПРОФЕСІЙНА ЦІННІСТЬ СЬОГОДНЯШНЬОГО СТУДЕНТА-МЕДИКА І МАЙБУТНЬОГО ЛІКАРЯ

Ярмола Т.І., Катеренчук І. П., Пустовойт Г.Л., Ткаченко Л.А., Кострикова Ю.А.

Успішне вирішення завдань щодо вдосконалення підготовки висококваліфікованих кадрів тісно пов'язане зі зміцненням і охороною здоров'я, підвищенням працездатності студентської молоді. У зв'язку з цим пріоритетними завданнями сучасного етапу модернізації вищої освіти має стати збереження і зміцнення здоров'я студентів, формування у них цінностей здоров'я і здорового способу життя.

Студенти складають особливу соціальну групу, об'єднану специфічними умовами навчальної праці та життя. Низький рівень стану здоров'я студентів диктує необхідність пошуку шляхів підвищення потенціалу здоров'я студентської молоді. Певною мірою це може бути здійснено через освіту, просвітництво, спрямоване на формування культури здоров'я, особливо у сьогоdnішніх студентів-медиків, а завтра - лікарів.

Перебудова організму студента до нових соціальних умов викликає активну мобілізацію, а потім виснаження фізичних резервів організму і як наслідок - зрив процесу адаптації та розвитку цілого ряду захворювань.

Всі безліч факторів, які негативно впливають на здоров'я студентів, умовно можна розділити на дві групи:

1. Об'єктивні, пов'язані з організацією умов життя (тривалість навчального - дня; щільність навантаження, обумовлена розкладом; харчування і його регулярність; сон і його достатня величина, рухова активність та ін.)
2. Суб'єктивні, особистісні характеристики (організованість і дисциплінованість; вмотивованість здорового способу життя; дотримання оптимального режиму дня; наявність шкідливих звичок; сформованість фізичної культури особистості та реалізація її діяльного компоненту).

Стає очевидним, що освітня система може і повинна стати імунним бар'єром збереження індивідуального здоров'я та сприяти формуванню культури здоров'я студентства.

Незважаючи на значну увагу вчених, медиків, педагогів, теоретиків фізичного виховання, технологія формування культури здоров'я розроблена недостатньо. Не визначені шляхи ефективного збереження здоров'я студентів через процес самопізнання, самодетермінації, цілеспрямованої зміни поведінки. Недостатньо вивчені шляхи формування у студентів домінантності стану здоров'я; моди на здоровий спосіб життя. При цьому здоров'я може виступати як провідний чинник, який визначає не тільки гармонійний розвиток молодої людини, а й успішність освоєння професії медичного працівника, плідність його майбутньої професійної діяльності.

Віднесення проблеми збереження здоров'я студентів до пріоритетних завдань суспільного і соціального розвитку обумовлює актуальність її теоретичної та практичної педагогічної розробки, необхідність розгортання відповідних наукових досліджень і вироблення методичних та організаційних підходів до формування культури здоров'я, до збереження здоров'я.

На наш погляд актуальним на сьогодні є вирішення слідуючих задач:

- 1) виявити причини і дати теоретико-логічне обґрунтування низької ефективності існуючої системи фізичного виховання з точки зору формування рівня і культури здоров'я студентів;
- 2) дослідити семантичні аспекти проблеми реформування вищої освіти в сфері здоров'язбереження та формування культури здоров'я студентів;
- 3) розробити теоретичну концепцію змістовного та процесуального забезпечення ефективного вирішення завдань здоров'язбереження, формування культури здоров'я, умінь і навичок самосбереження в процесі професійної підготовки студентів;
- 4) побудувати модель підготовки сучасного викладача, здатного піклуватися про своє власне здоров'я та використовувати знання, навички, вміння педагогіки здоров'я в навчальних закладах різного типу.

В якості безпосереднього методологічного підґрунтя для вивчення теорії формування культури здоров'я необхідно використовувати наступні підходи:

- системний підхід, який дозволяє представити процес підготовки фахівця як цілісне явище, що розвивається в єдності, в ієрархічній співвідпорядкованості і впорядкованості безлічі системно-структурних підстав.
- діяльнісний підхід, що дозволяє переосмислити змістовну сутність професійної підготовки, порівняти її з особистісною готовністю фахівця до самовизначення.
- історико-соціологічний підхід, що забезпечує можливість створення об'єктивних уявлень про соціальну роль культури, соціальної обумовленості рис особистості, зумовленості структурних підстав і предметного змісту професійної підготовки соціальними умовами життєдіяльності майбутніх лікарів.
- особистісно орієнтований підхід, що дозволяє формувати і практично реалізувати спрямованість процесу підготовки фахівців на особистісний розвиток культури здоров'я індивідуума.

Проаналізувавши тексти підручників, присвячених викладу сутності здорового способу життя, ми виявили формальний підхід до викладу інформації. Мало місця відводиться завданням і питань для дискусій, які дозволили б студенту зрозуміти і відчувати роль ставлення до здорового способу життя як професійної цінності.

Іноді в вищій школі «підтримання здоров'я» студентів не правомірно лягає на плечі викладачів фізичного виховання, що суперечить самому визначенню даного поняття.

Наукових визначень поняття "здоров'я" існує велика кількість. Фізичне здоров'я - це такий стан організму особистості, коли показники основних фізіологічних систем знаходяться в межах норми і адекватно змінюються в процесі взаємодії з навколишнім середовищем; це гармонійна взаємодія всіх органів і систем, їх динамічна врівноваженість з навколишнім

середовищем. Психічне здоров'я - це основа соціальної поведінки особистості. Статусами психічного здоров'я є інтелектуальне та емоційне здоров'я. Інтелектуальне здоров'я - норма структурно-функціонального базису інтелекту, який дає можливість вирішувати різноманітні завдання вербально-логічного характеру. Емоційне здоров'я - здатність до саморегуляції, вміння керувати своїми емоціями. Духовне здоров'я - усвідомлення особистістю свого "Я" як частки природи і суспільства; прояв морально-вольових рис характеру, віра у вищі духовні цінності (в добро, любов), відповідальність перед іншими людьми, безкорисливість. Соціальне здоров'я визначає здатність контактувати з ровесниками та дорослими в різних життєвих ситуаціях.

Усвідомлення понять про здоров'я студентів дає можливість усвідомити величезне значення здоров'язберігаючих умов у навчальному закладі.

оведено, що навчально-виховний процес повинен здійснюватися за моделлю "компетентного випускника", яка спрямована на всебічний розвиток особистості, а не на засвоєння найбільшого обсягу знань, умінь і навичок, як того вимагала стара інформаційна модель навчання. Модель компетентної особистості будується на засадах особистісно-орієнтованої парадигми з використанням різних інноваційних педагогічних технологій.

Ставлення до здорового способу життя як цінності являє собою інтеграційне, відносно стійке особистісне правило, що характеризується зв'язком студента з цінністю «здоровий спосіб життя», що включає в себе знання про цінності «здоровий спосіб життя», емоційне ставлення до нього, усвідомлення здорового способу життя як особистісно і соціально значущої цінності, що виявляється в реалізації діяльнісних аспектів. Хто краще ніж студент медичного закладу повинен бути взірцем і може аргументовано (маючи достатню теоретичну обґрунтованість) пропагандувати і заохочувати до «здорового способу життя»? Чому насправді студенти медичних закладів за статистичними даними є найбільш «хворобливою» когортою всього студентства? Ці питання потрібно вирішувати як найшвидше. Можливо, ми, як викладачі, багато приділяючи уваги пацієнтам і захворюванням, їх

патофізіології, клініці і тощо, забуваємо акцентувати увагу на здоровій людині і людині, що знаходиться в стані «передзахворювання».

«Медициною здоров'я» є валеологія (від лат. Valeo - здоровий), яка народилася у 80-ті роки минулого століття, це нове міждисциплінарне науково-педагогічне спрямування. Професор І.І. Брехман запропонував термін «валеологія» для позначення «здоров'я людини». Він у 1987 р. випустив першу монографію з проблеми, в якій стверджує, що наука про здоров'я повинна бути інтегральною, формуючись на основі екології, біології, психології, медицини, теорії і практики фізичної культури та інших наук. Виникнення валеології - це прорив інтелекту в науках про здоров'я.

Об'єктом вивчення валеології виступає здорова людина і людина, що знаходиться в так званому стані «передзахворювання», а мета валеології - озброїти людину науково-теоретичними знаннями про формування, збереження та зміцнення здоров'я і практичними знаннями оздоровлення організму.

Відзначимо, медицина не може дати відповідь на питання про сутність здоров'я, так як медицина вирішує проблеми хвороб, а не здоров'я. Розгляд «здоров'я» не тільки як медико-біологічної категорії, а й з позицій педагогіки та культури - необхідно і правомірно.

Валеологія включає в себе дві складові частини: 1) теоретичну і 2) практичну валеологію. У рамках теоретичної валеології можуть бути виділені її наукові аспекти: медичний, біологічний, соціальний, психологічний, педагогічний, екологічний, культурологічний і т.д. У рамках практичної валеології слід виділяти два відносно самостійних розділи: 1) діагностична валеологія і 2) власне практична валеологія. При реалізації комплексного, міждисциплінарного підходу в аналізі проблеми «людина та її здоров'я» валеологічні знання набувають особливого значення у підготовці фахівців високої кваліфікації. Валеологія, без сумніву, в недалекому майбутньому стане одним з найважливіших науково-педагогічних напрямків у нашому столітті, але на наш погляд сьогодні їй приділяють недостатньо уваги. Хочеться вірити, що саме валеологія зможе перерости у велику самостійну

науку і породить державну систему забезпечення здоров'я. Поки покладено лише початок, але, як вважав великий Піфагор: «Початок - половина цілого».