Валеологічне виховання учнівської молоді

Н.Б.ЩОКІНА, канд. пед. наук
Національний фармацевтичний університет, м.Харків

Науково-технічний та соціальний прогрес, тенденції модернізації вищої освіти визивають необхідність формування творчого, здорового, здатного до інноваційної діяльності фахівця. Здоров'я стає конкурентоспроможним чинником. Пріоритетним напрямом виховання учнівської молоді на сьогоднішній день виступає валеологічне виховання, як передумова збереження здоров'я нації. Головне завдання валеології – формування потреби у здоровому способі життя. Конституція України, "Основи законодавства України про охорону здоров'я" стверджують необхідність збереження й укріплення здоров'я молоді. Але молодь сприймає своє здоров'я як щось природне, дане на все життя. Фахівці вважають, що вихід – у зміні ставлення людини до свого здоров'я, пропаганді здорового способу життя, особливо серед учнівської молоді. Спосіб життя закладається в дитячому та юнацькому віці, тому валеологічна освіта молоді набуває значущості.

Провідна роль у пропаганді здорового способу життя належить закладам освіти, в тому числі і вищим навчальним закладам**,** оскільки юнацькі роки найбільш сприятливі для формування особистості, її потреб і, перш за все, потреби у здоровому способі життя, як умові гармонійного і всебічного розвитку. Самопочуття не зовсім здорової або хворої людини не дозволяє у повному обсязі виконувати свої професійні обов'язки. На жаль, і учнівська молодь, і викладачі не володіють достатнім обсягом знань щодо здорового способу життя і не мають навичок підтримувати здоров'я в належному стані. Це зумовлено як відсутністю чіткої трактовки поняття «здоровий спосіб життя», так і невизначеністю шляхів його формування.

В останні роки більшість дослідників розглядають поняття «здоровий спосіб життя» як комплекс оздоровчих заходів, що забезпечують збереження й укріплення здоров'я людини. До його компонентів традиційно відносять трудову діяльність, оптимальний руховий режим, відмову від шкідливих звичок, особистісну гігієну, загартування, раціональне харчування, психічне здоров'я. Але в умовах сьогодення реалізація низки компонентів стає проблематичною: достатньо висока вартість занять у секціях фізичної культури і спорту, якість продуктів харчування, проблеми із працевлаштуванням тощо. Серйозна проблема – засоби масової інформації, які активно пропагують тютюнопаління, вживання алкогольних напоїв, неупорядковані статеві стосунки, що вкрай шкідливо позначується на стані особистого здоров'я і здоров'ї

майбутніх дітей. Протистояти цьому може чітко спланована діяльність навчального закладу на основі комплексного підходу до формування здорового способу життя та урахування психолого-педагогічних особливостей юнацького віку. У контексті цього одним з провідних завдань вищої школи є створення умов для формування потреби у здоровому способі життя, а саме: робота різноманітних секцій з фізичної культури, пропаганда серед молоді засад здорового способу життя, особистий приклад професорсько-викладацького складу навчального закладу, інформування студентів через зміст навчальних дисциплін, проведення виховних заходів відповідної тематики, комплексне медичне обстеження, введення спецкурсу «Основи валеології» тощо.

Таким чином саме валеологічне виховання стає фактором збереження здоров'я учнівської молоді.

1.Апанасенко Г.Л., Попова Л.А. Медицинская валеология. – К.: Здоровье, 1998. – 248 с.

2.Національна доктрина розвитку освіти // Фізичне виховання в школі. – 2002. – №4. – С.6-7.

3.Закон України "Про фізичну культуру і спорт". – К., 1993.