

АНТРОПОЛОГІЧНИЙ ПІДХІД ЩОДО ВИВЧЕННЯ ПОНЯТТЯ «ЗДОРОВ'Я» ТА «ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ» З ПОЗИЦІЇ ПЕДАГОГІЧНОЇ АКСІОЛОГІЇ В ПРОЦЕСІ ФОРМУВАННЯ ФІТНЕС-КУЛЬТУРИ СТУДЕНТІВ

ANTHROPOLOGICAL APPROACH TO STUDY CONCEPT OF «HEALTH» AND «HEALTHY LIFE» FROM THE POSITION OF PEDAGOGICAL AXIOLOGY IN THE PROCESS OF FORMING FITNESS-CULTURE OF STUDENTS

У статті здійснено теоретичний аналіз важливості застосування антропологічного підходу щодо вивчення понять здоров'я та здорового способу життя з точки зору педагогічної аксіології в процесі формування фітнес-культури студентів. Розглянуто гуманізацію педагогічного процесу освіти як основу антропологічного підходу в процесі формування фітнес-культури студентів. Фітнес-культуру визначено ефективною освітньою діяльністю, спрямованою на розвиток цілісної особистості студентів. Зазначено необхідність гармонізації духовних та фізичних сил студентів, а також реалізації себе в професійній діяльності за рахунок здорового способу життя. Доведено, що саме антропологічний підхід створює сприятливі умови для формування та розвитку такої нової соціокультурної реальності студентів, як фітнес-культура.

Ключові слова: антропологічний підхід, здоров'я, здоровий спосіб життя, фітнес-культура, педагогічна аксіологія, педагогічна антропологія.

В статье осуществлен теоретический анализ важности использования антропологического подхода при изучении понятий здоровья и здорового образа жизни с точки зрения педагогической аксиологии в процессе формирования фитнес-культуры студентов. Рассмотрена гуманизация педагогического процесса обучения как основа антропологического подхода в процессе формирования фитнес-культуры студентов. Фитнес-культура определена как эффективная образовательная дея-

тельность, направленная на развитие целостности личности студентов. Отмечена необходимость гармонизации духовных и физических сил студентов, а также реализации себя в профессиональной сфере деятельности с помощью здорового образа. Доказано, что именно антропологический подход создает все условия для формирования такой новой социокультурной реальности студентов, как фитнес-культура.

Ключевые слова: антропологический подход, здоровье, здоровый способ жизни, фитнес-культура, педагогическая аксиология, педагогическая антропология.

The theoretical analysis of the importance of using the anthropological approach to the studying of the concepts of «health» and «healthy lifestyle» from the point of view of pedagogical axiology in the process of forming the students' fitness culture was carried out in the article. The humanization of the pedagogical process of education as the basis of the anthropological approach in the process of formation of students' fitness culture is examined. The fitness culture as an effective educational activity aimed at the development of an integral student's personality is defined. The necessity of harmonization of students' mental and physical strengths and also the realization in their professional activity by means of a healthy lifestyle is emphasized. It is proved that, namely the anthropological approach creates favorable conditions for the formation and the development of such new students' socio-cultural reality of as fitness culture.

Key words: anthropological approach, «health», «healthy lifestyle», «fitness culture», pedagogical axiology, pedagogical anthropology.

УДК 796.412[37.013.46+371.72]-057.875

Максимова К.В.,

старший викладач кафедри української та іноземних мов Харківської державної академії фізичної культури

Постановка проблеми. Прискорення процесів суспільних та культурних трансформацій внаслідок становлення суспільства знань змінює традиційні уявлення щодо способів ціннісного ставлення, збереження та відновлення здоров'я, а також дієвих шляхів формування здорового способу життя студентської молоді. Тому в сучасному освітньому просторі все більшого визнання набуває антропологічний підхід щодо виховання студентів, який спрямований на пошук засобів і умов дбайливого ставлення кожного студента щодо збереження і відновлення власного здоров'я. З метою досягнення ефективності педагогічного процесу формування фітнес-культури студентів доцільно вивчити поняття «здоров'я» та «здоровий спосіб життя» з точки зору педагогічної аксіології на основі антропологічного підходу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема цінностей, аксіологічна парадигма

освіти, теоретико-методичні засади аксіологічного підходу та основи педагогічної аксіології завжди привертала увагу багатьох науковців, вчених і педагогів-практиків: В. Андрєєва, І. Беха, Л. Беніна, М. Богусловського, Є. Бондаревської, Б. Гершунського, В. Гриньової, В. Ільїна, І. Ісаєва, С. Кульневича, Н. Нікандрова, Л. Новикова, В. Караківського, В. Сластьоніна, Н. Ткачової, Г. Чижаківої, Є. Шиянова, Н. Асташова, М. Євтуха, І. Зязюна, В. Кременя, В. Крижко, С. Ніколаєнко, О. Савченко, О. Сухомлинської, С. Анісімової, Г. Вижлецова, О. Здравомислова, М. Кагана, О. Розанової, В. Тугарінова, та ін., у дослідженні яких особистість студента визнається найвищою соціальною цінністю [7].

Метою нашої статті є теоретичний аналіз антропологічного підходу щодо вивчення понять «здоров'я» та «здорового способу життя» з точки зору педагогічної аксіології в процесі формування фітнес-культури студентів.

Виклад основного матеріалу дослідження.

Здобуття вищої професійної освіти в сучасних закладах вищої освіти (ЗВО) вимагає високого розумового навантаження, концентрації уваги, оволодіння високопрофесійними вміннями та навичками, а для цього необхідно мати гарне здоров'я та відповідний рівень фізичної підготовленості й адаптації до умов навчання [4].

В умовах модернізації сучасної вищої освіти та орієнтації її на Європейський рівень якості освіти, а також через різке погіршення стану здоров'я студентів [9] та падіння якості освіти постала необхідність зміни традиційної системи освіти, зокрема дисципліни «фізичне виховання», на нову, європейську систему «фітнес-культура» й відповідно до цього формування нової соціокультурної реальності фітнес-культури студентів [5].

У документах, що визначають концепцію освіти і стратегію її майбутнього розвитку, зазначено, що антропологічний підхід виступає в якості провідного методологічного принципу, який дозволяє розглядати процес виховання і освіти як соціально-педагогічний феномен, що знаходить своє відображення в таких гуманістичних ідеалах і цінностях, як сам студент, його право на свободу, творчий і духовний саморозвиток [1].

Треба зазначити, що **педагогіка** (від грец. *παιδαγωγική* – «майстерність» «виховання») є мистецтвом удосконалення людини за допомогою освіти, виховання та навчання. Це наука про спеціально організовану цілеспрямовану і систематичну діяльність із формування людини, про зміст, форми і методи виховання, освіти та навчання [3]. Фундаментом педагогіки є **педагогічна антропологія** (від грец. *ανθρωπος* – «людина», *λογος* – «наука») – частина педагогіки та біологічної науки, що вивчає біологічну природу студента, його походження і подальший розвиток, нормальні варіації фізичної будови організму та життєво необхідні ціннісні орієнтації, зокрема формування здоров'я та здорового способу життя кожного студента [3]. У цілому педагогічна антропологія присвячена пізнанню студента й відповідає на питання про його природу, вихованість та освіченість [1].

Отже, з точки зору антропологічного підходу в центрі уваги перебуває особистість студентів, її становлення, існування, розвиток та вдосконалення всіх необхідних фізичних, психологічних, соціальних компонентів та ціннісних орієнтацій, центральною одиницею який є здоров'я [1]. Під час розкриття поняття «здоров'я» та «здоровий спосіб життя» студентів необхідно використати концепцію цілісності. Це означає, що здоров'я має розумітися як цілісність, складові частини якої взаємозалежні. Усе, що трапиться з якоюсь із них, негайно позначиться на всіх інших. Кожна частина має сприйматися в загальному контексті поняття «здоров'я» [2].

Існує велика кількість визначень щодо поняття «здоров'я». Так, починаючи з часів Античності і до наших часів багато науковців трактували поняття «здоров'я» по-різному: «Здоров'я людини – щастя. Найбільше щастя полягає в пречудовій мудрості. Людське щастя розкривається в розсудливості та цнотливості. Насолода людини – в діяльності, а фізичний стан має поєднуватися з душевною активністю» (Арістотель); «Здоров'я – це стан повного фізичного, душевного та соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб і фізичних вад» (ВООЗ, 1958); «Здоров'я – це стан, за якого всі функції тіла та розуму зберігають нормальну активність» (Медична енциклопедія, Філадельфія, 1964); «Здоров'я – це динамічний процес, який визначається гармонійним фізичним, ментальним, емоційним, соціальним і душевним комфортом. Здоров'я має індивідуальне, родинне і громадське функціонування для кращого існування в середовищі» (Саскачеванська провінційна Рада здоров'я, 1994) [10].

Отже, з вищезазначених визначень можна зробити висновок про те, що поняття «здоров'я» явище багатогранне, і його можна розглядати в **6 аспектах здоров'я**, до яких належать: *фізичний, емоційний, розумовий, соціальний, особистий і духовний аспекти* [9].

Фізичне здоров'я – це функціонування організму й стан здоров'я кожної з його систем. *Розумове здоров'я* – це здатність отримувати інформацію, це наша обізнаність, звідки отримувати необхідну інформацію, як її використовувати для прийняття рішень стосовно нашого організму. *Емоційне здоров'я* – це здатність розуміти почуття й виражати їх. Знання про те, як почуваємось ми самі і як почуваються інші, допомагає виражати свої почуття в зрозумілій для інших спосіб.

Соціальне здоров'я – це те, як почуває себе як індивідууми в суспільстві, як взаємодіє з іншими людьми. *Особистісне здоров'я* – це відчуття себе як особи, це відчуття розвитку свого «єго», це наші сподівання в досягненнях, це наше уявлення про успіх. *Духовне здоров'я* є основою для всіх попередніх аспектів здоров'я, яка об'єднує і дає можливість зрозуміти співвідношення цього аспекту здоров'я з іншими п'ятьма.

Поняття «здоров'я» входить до поняття **«здоровий спосіб життя»**, що означає спосіб життєдіяльності людини, метою якого є формування, збереження і зміцнення здоров'я [4]. До його основних складових частин належать: рівень культури суспільства й особи; місце здоров'я серед потреб людини; мотивації збереження і зміцнення здоров'я; зворотні зв'язки; настанова на довге здорове життя; навчання засобам збереження і зміцнення здоров'я.

Отже, всі шість аспектів здоров'я та поняття «здоровий спосіб життя» є важливими і

взаємопов'язаними елементами, що становлять собою загальнолюдські цінності особистості студентів. У даний час поняття «цінність», що використовується в педагогіці, застосовується для позначення властивостей різних процесів, явищ, теорій і ідей, є еталоном якості, відповідних соціально обумовленим пріоритетам розвитку культури [8].

Вченням про цінності в педагогічному процесі – освіті, вихованні та саморозвитку студентів – займається **педагогічна аксіологія** (від гр. *axia* – «цінність» і *logos* – «слово, наука») [3]. У центрі уваги опиняються знання, вміння, навички, звички та цілий комплекс життєво важливих цінностей, формування потреби в студентів привласнювати їх протягом життя [9].

Педагогічна аксіологія використовує **принципи гуманізму, комплексності, відповідності, динамізму, емоційної відвертості, ієрархічності**, що відображають основні аксіологічні ідеї і можливі варіанти їх реалізації, створюючи базу для творчого перетворення педагогічного простору [8].

Відомо, що одним із найважливіших концептуальних положень педагогічної аксіології є ідея про те, що цінність – це, перш за все, відношення до самого себе, яке в нашому дослідженні має багаторівневу структуру. Ступінь розвитку студентів такого вміння стає одним із найважливіших показників рівня його вихованості. Виходячи із цього, актуальним завданням сучасних ЗВО є завдання точного визначення ряду цінностей студентів, які необхідні для всебічного розвитку та вдосконалення особистості, одним із яких є феномен «фітнес-культура».

Феномен «**фітнес-культура**» складається з двох номінативних лексем. Першою номінативною одиницею є лексема «**фітнес**» (від англ. *to be fit* – «бути у формі») як нова організаційна форма кондиційного тренування, розглядається як світова метафора абсолютного здоров'я та соціального успіху особистості.

Другою номінативною одиницею феномену «фітнес-культура» належить термін «**культура**». Еволюція визначень поняття «культури» пройшла шлях від Античності до сьогодення. В античні часи термін «культура» вживався з префіксом *agri* і означав (з лат. *colo, colere* спочатку позначало – «обробку», «догляд», «поліпшення», а з часом набув значення «**обізнаність, освіченість, вихованість, освіта**»), тобто все те, що і зараз ототожнюють з культурністю [5].

На сьогодні фітнес-культура являє собою освітню діяльність, спрямовану на розвиток цілісної особистості студента, гармонізації її духовних та фізичних сил, реалізація себе в професійній діяльності за рахунок здорового способу життя. Вона зорієнтована на розвиток цілісної особистості, гармонізацію її духовних та фізичних зусиль, активізацію готовності реалізувати потенційні

можливості в здоровому стилі життя та професійній діяльності.

Гуманізації педагогічного процесу, що є основою антропологічного підходу, висуває особистість студента в якості головної цінності. Гуманізація інтелектуальних, духовних та фізичних здібностей студентів розглядається в рамках виховного процесу як розвиток елементів культури. Гуманізація освітнього процесу підкреслює роль освіти особистості, її самоцінність.

Під час формування фітнес-культури студентів необхідно спиратися на історично сформовану групу цінностей, куди входять: *матеріальні цінності* – навколишнє середовище, процес навчання, родина, суспільство в цілому; *моральні цінності* – духовна спадщина, яка затверджує на землі піднесені ідеали добра і справедливості; *науково-пізнавальні цінності* – все те, що пов'язано з пізнанням істини, формуванням правильних оціночних уявлень про навколишній світ, інших людей, самого себе; *художньо-естетичні цінності* – група цінностей, пов'язаних із розвитком у студентів потреби жити за законами краси; *цінності фізичної культури та гігієни* – все те, що передбачає фізичну досконалість студентів, збереження власного здоров'я, прищеплення здорового способу життя, вміння підтримувати в здоровому тілі здоровий дух [7].

У сучасних ЗВО фітнес-культура виконує **формуючо-творчу функцію**, яка пов'язана з досягненням високого рівня фізичного розвитку, підготовленості, вдосконалення адаптаційних можливостей особистості студентів та зміцнення їх соматичного здоров'я; та **інтегративно-організаційну функцію**, пов'язану з об'єднанням студентів у колективи для спільної спортивної діяльності [7].

Вагомим доказом значущості фітнес-культури для всебічного розвитку студента може бути осмислення її ціннісного потенціалу. Під цінностями фітнес-культури розуміють значущі явища, процеси та результати діяльності в цій сфері, орієнтації, які стимулюють рухову активність студентської молоді й формують основи здорового способу життя [2].

Формування ціннісних орієнтацій фітнес-культури здійснюється таким чином: пред'явлення цінностей фітнес-культури студентам; усвідомлення ціннісних орієнтацій фітнес-культури особистістю студентів; ухвалення ціннісної орієнтації фітнес-культури; реалізація ціннісних орієнтацій фітнес-культури в діяльності й поведінці; закріплення ціннісної орієнтації фітнес-культури в спрямованості особистості студентів та перехід її в статус якості особистості, тобто свого роду потенційний стан; актуалізація потенційної ціннісної орієнтації.

В опануванні цінностей, здатних задовольнити потреби студентів у фітнес-культурі, проявляється єдність фізичного, психічного та соціального роз-

витку студентів. За якісним критерієм ці цінності можуть бути представлені як: *матеріальні*, які характеризують інфраструктуру, умови занять, якість спортивного обладнання; *фізичні*, які визначають здоров'я, тілобудову, рухові вміння та навички, фізичні якості та фізичну підготовленість студентів; *соціально-психологічні*, які пов'язані з відпочинком, розвагами, отриманням задоволення від занять, формування навичок поведінки в колективі; *соціокультурні*, які пов'язані з отриманням інформації про здоровий спосіб життя.

Висновки. Таким чином, проведений теоретичний аналіз антропологічного підходу щодо вивчення понять здоров'я та здорового способу життя з точки зору педагогічної аксіології в процесі формування фітнес-культури студентів створює сприятливі умови для формування та розвитку нової соціокультурної реальності студентів – фітнес-культури.

Перспективи подальшого наукового дослідження ми вбачаємо в розробці на основі антропологічного підходу системи фітнес-програм із метою формування фітнес-культури студентів різних ЗВО м. Харкова.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Бим-Бам. Педагогическая антропология [Текст]: учеб. пособие. М.: УРАО, 2002. 208 с.
2. Булич Э.Г. Здоровье человека. К.: Олімпійська література, 2003. 424 с.
3. Великий тлумачний словник сучасної української мови: 250000 / уклад. та голов. ред. В.Т. Бусел. Київ; Ірпінь: Перун, 2005. VIII, 1728 с.
4. Максимова К.В., Мулик К.В. Актуальні питання збереження та зміцнення здоров'я студенток 17-21 років вищих навчальних закладів за рахунок фізкультурно-оздоровчих фітнес-занять // Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. Випуск 10. Кам'янець-Подільський, 2017. С. 301–311.
5. Максимова К.В., Мулик К.В. Культурологічна еманация фітнес-культури як засіб оздоровлення студентської молоді // Харківський державний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди. Серія Педагогічні науки. Номер 58. Харків, 2017. С. 217–227.
6. Максимова К.В. Питання модернізації методичної системи фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів засобами фітнес-культури // Класичний приватний університет. Кафедра освіти та управління навчальним закладом. Матеріали всеукраїнської науково-практичної конференції «Інноваційні наукові дослідження у галузі педагогіки та психології» 2-3 листопада 2017 р. Запоріжжя, 2017. С. 139–142.
7. Максимова К.В. Феномен «фітнес-культура» як компонент молодіжної субкультури сучасної студентської молоді. Вісник Черкаського університету. Серія Педагогічні науки. № 16. 2017. Черкаси. 2017. С. 48–53.
8. Слостенин В.А. Введение в педагогическую аксиологию. Учебное пособие для студентов педагогических вузов. Москва: Академия, 2003. 192 с.
9. Степанова Т.М. Аксіологічний підхід до розкриття феномена «освіта». Вісник Інституту розвитку дитини. Серія: Філософія, педагогіка, психологія: зб. наук. праць. Вид-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2009. Вип. 5. С. 35–41.
10. URL: <http://osvita.ua/school/method/upbring/286/>.