



## Теорія і методика професійної освіти

УДК 378: [613796] – 027.21 (045)

**DOI** <https://doi.org/10.5281/zenodo.14849602>

### Теоретичні аспекти формування ціннісного ставлення до здоров'я у майбутніх фахівців фізичної культури

**Боженко Ігор Дмитрович**

аспірант першого року навчання кафедри гуманітарної та економічної освіти, спеціальність 011 Освітні, педагогічні науки, за освітньою програмою «Педагогіка вищої школи», ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет», м. Дніпро, Україна, [kristsh@gmail.com](mailto:kristsh@gmail.com), <https://orcid.org/0009-0006-3698-2562>

**Прийнято: 15.01.2025 | Опубліковано: 29.01.25**

***Анотація.** У статті здійснено аналіз наявного теоретичного матеріалу стосовно формування ціннісного ставлення до здоров'я у майбутніх фахівців фізичної культури. Метою статті є теоретичне обґрунтування основних понять дослідження, таких як «здоров'я», «ціннісне ставлення», «ціннісне ставлення до здоров'я». Методи: аналізу наукової літератури, узагальнення, систематизації, порівняння. Результати дослідження свідчать, що значимість питання ціннісного ставлення до здоров'я обумовлена необхідністю збереження та зміцнення соціальної, психічної та фізичної складової здоров'я майбутніх фахівців фізичної культури. Доведено, що основними елементами фізичної культури є культура здоров'я, рухова культура і культура будови тіла, а в якості основних показників особистісної фізичної культури виступають: ставлення людини до власного здоров'я як цінності; характер цього ставлення; рівень знань про організм, його фізичний стан, засоби і методи оздоровлення, підтримання здоров'я; прагнення надати допомогу іншим людям у процесі оздоровлення і*



*фізичного вдосконалення. Висновки. Тільки здорова людина є творцем будь-якого суспільства, має енергетичний потенціал до інтелектуальної та фізичної працездатності. Узагальнюючи різні тлумачення поняття, вважаємо, що на сучасному етапі здоров'я осмислюється як значний феномен власного буття, ключова проблема культури, конструктивного еволюційного розвитку суспільства. Ціннісне ставлення, як свідомий зв'язок особистості зі значущими для неї об'єктами і явищами, виражає активну виборчу позицію та визначає індивідуальний характер діяльності та окремих вчинків.*

**Ключові слова:** *здоров'я, цінність, ціннісне ставлення, фізична культура, фахівці фізичної культури.*

## **Theoretical aspects of the formation of a valuable attitude to health among future physical culture specialists**

**Ihor Bozhenko**

graduate student of the first year of study department of humanitarian and economic education, SHEI "Donbas State Pedagogical University", Dnipro, Ukraine, <https://orcid.org/0009-0006-3698-2562>

**Abstract.** *The article analyzes the existing theoretical material related to the formation of a valuable attitude to health among future physical culture specialists. The purpose of the article is the theoretical substantiation of the main research concepts, such as "health", "value attitude", "value attitude towards health". Methods: analysis of scientific literature, generalization, systematization, comparison. The results of the study show that the importance of the value attitude to health is due to the need to preserve and strengthen the social, mental and physical health components of future physical culture specialists. It has been proven that the main elements of physical culture are health culture, movement culture and body structure culture, and the following are the main indicators of personal physical culture: a person's attitude*



*to his own health as a value; the nature of this attitude; level of knowledge about the body, its physical condition, means and methods of recovery, health maintenance; desire to help other people in the process of recovery and physical improvement. Conclusions. Only a healthy person is the creator of any society, has the energy potential for intellectual and physical performance. Elucidation of the essence of the basic concepts "health", "value", "value attitude", "value attitude towards health" made it possible to define the terminological field of the research problem. Summarizing different interpretations of the concept, we believe that at the current stage, health is understood as a significant phenomenon of one's existence, a key problem of culture, constructive evolutionary development of society. Valuable attitude, as a conscious connection of an individual with objects and phenomena significant for him, expresses an active electoral position and determines the individual nature of activities and individual actions.*

**Keywords:** *health, value, value attitude, physical culture, physical culture specialists.*

**Постановка проблеми в загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями.** У сучасних реаліях Української держави спостерігається глобальна духовна та екологічна кризи, які виявляються у негативних тенденціях зниження психічного, духовного, соціального, фізичного здоров'я людини та функціональних резервів організму. Підвищення соціального інтересу до проблеми здоров'я підростаючого покоління вимагає переосмислення сформованих раніше уявлень про природу здоров'я як найважливішої соціальної та екзистенціальної цінності людського буття.

Пов'язано це з особливостями сучасної системи освіти, яка не активізує конструювання власного здоров'я, а суперечить природним потребам і є патогенним фактором у життєдіяльності особистості. Через це складається протиріччя між необхідністю формування культури здоров'я, ціннісного



ставлення до нього у здобувачів вищої освіти та необґрунтованістю у практиці освіти змісту цього процесу. Дієвим засобом вирішення цієї проблеми є спеціально організована професійна підготовка майбутніх фахівців з фізичної культури спрямована на реалізацію суспільно та особистісно необхідних потреб у фізичному та духовному розвитку особистості. Фізична культура, будучи частиною загальної культури, представлена у вищих навчальних закладах як навчальна дисципліна та невід'ємний компонент цілісного розвитку особистості, професійної підготовки майбутнього фахівця. У той же час вона сприяє гармонізації тілесної та духовної єдності особистості та формуванню здоров'я молодого покоління. Стійка мотивація на дотримання здорового способу життя, формування ціннісного ставлення до власного здоров'я та здоров'я інших учасників освітнього процесу розглядаються сьогодні як одна з пріоритетних культуротворчих функцій освіти.

**Аналіз основних досліджень та публікацій** свідчить про досить велику кількість наукових розвідок стосовно формування здорового способу життя студентів (М. Балух [1], Н. Башавець [2], Г. Власов [7], Л. Ізбаш [9], Л. Канішевська [10], О. Міхеєнко [12], С. Омельченко [13], Л. Суцєнко [15], В. Шахненко [17], І. Шостак [18]).

Окремі питання дослідження феномену ціннісного ставлення до здоров'я, знайшли відображення у працях І. Бєха [2], О. Гончарук [8], Г. Шевченко [19] стосовно формування духовних цінностей; особливостей становлення ціннісних орієнтацій здобувачів освіти.

**Виокремлення невирішених раніше частин загальної проблеми.** Незважаючи на широке наукове теоретичне обґрунтування питань формування здорового способу життя не знайшли належного практичного відображення питання реального виконання завдання формування ціннісного ставлення до здоров'я майбутніх фахівців фізичної культури. Тому виникає необхідність теоретичного обґрунтування процесу формування універсальних та спеціально спрямованих компетенцій, що пов'язані із оволодінням засобами самостійного

використання методів фізичної культури для підвищення працездатності та зміцнення здоров'я, та розробки практичних рекомендацій формування ціннісного ставлення до здоров'я.

**Формулювання цілей статті (постановка завдання).** Метою статті є теоретичне обґрунтування основних понять дослідження, таких як «ціннісне ставлення», «здоров'я», «ціннісне ставлення до здоров'я».

**Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів.** Виходячи з актуальності проблеми зазначимо, що для нашого дослідження визначення поняття «здоров'я» має першорядне значення, адже воно впливає на ефективність діяльності людини, у нашому випадку на професійну діяльність майбутніх фахівців фізичної культури. Тільки здорова людина є творцем будь-якого суспільства, має енергетичний потенціал до інтелектуальної та фізичної працездатності.

Слід відзначити що поняття «здоров'я» має міждисциплінарний характер та велику кількість тлумачень у медичній, філософській, психологічній, педагогічній, соціологічній літературі.

Важливою для дослідження є теза Л. Суценко про те, що у визначенні категорії «здоров'я» користуються суб'єктивними або об'єктивними підходами й критеріями. У першому випадку в основу поняття «здоров'я» покладено лише суб'єктивний стан індивіда. За іншого підходу, що апелює до об'єктивних критеріїв, здоров'я розглядається як стан структур і функціональних систем людського організму. Отже, у першому випадку, «бути здоровим» означає не мати будь-яких суб'єктивних скарг і відчувати повноту фізичних і духовних сил. За другого підходу, здоров'я визначається як нормальний фізіологічний стан, як оптимальне пристосування до вимог середовища, а хвороба – як функціональна чи органічна недостатність, як порушена пристосованість, тобто «поломка» адаптаційних механізмів організму [15, с. 25].

У наукових розвідках ми знаходимо визначення поняття «здоров'я» з точки зору: фізичного і психоемоційного благополуччя (Е. Булич, І. Муравов)



[6]; гармонії з довкіллям у духовному, фізичному, а також соціальному плані (Н. Башавець) [2]; гармонійного функціонування фізичної, психічної, духовної, соціальної сфер (Н. Козак) [11], О. Гончарук [8], (А. Бобро) [4]; єдності духовних, психічних та фізичних якостей людини (В. Шахненко) [17]; це загального (фізичний, біологічний, психічний, духовний) стану організму, рівень якого дає змогу реагувати на подразники навколишнього середовища та можливість адаптуватися до них (І. Шостак) [18]; стану життєдіяльності людини, який визначається: здатністю організму до саморегуляції, підтримання гомеостазу, самозбереження та самовдосконалення соматичного і психічного статусу за оптимальної та гармонійної взаємодії всіх різнорівневих систем фізичного тіла (О. Міхеєнко) [12]; чинником взаємодії ... фізичного, інтелектуального, соціального, морального, особистісного (С. Омельченко) [13]; інтегративної характеристики особистості, котра охоплює як її внутрішній світ (цілісний, багатовимірний, динамічний стан), так і всю своєрідність взаємин з оточенням і включає в себе фізичний, психічний, соціальний і морально-духовний аспекти (Ю. Бойко) [5, с.68].

Аналіз психолого-педагогічної літератури дозволяє стверджувати, що у наукових розвідках спостерігається трактування поняття «здоров'я» як взаємообумовлене поєднання фізичної, психічної, духовної та соціальної складових здоров'я людини з огляду на цілісний їх характер. Враховуючи той факт, що поняття «здоров'я» людини включає в себе різні складові, ми повинні розглянути таку його важливу характеристику як ставлення до власного здоров'я як цінності.

Поняття «цінність» у філософії розглядається з аксіологічної точки зору як «предмет, що має певну користь і здатний задовольнити ту чи іншу потребу людини; як ідеал, до якого прагне людина; як норма, якої необхідно дотримуватися; як значущість чогось для особистості, соціальної групи, суспільства» (Ю. Шайгородський) [16, с. 220]. Цінності формуються в результаті



усвідомлення людиною власних потреб у, тобто в результаті ціннісного ставлення.

У психологічних розвідках (О. Гуменюк, В. Дубчинський, А. Лазарук, В. Роменець) цінності визнаються як джерело індивідуальної мотивації і розглядаються як позитивна або негативна значущість об'єктів оточуючого світу для людини, соціальної групи, суспільства у цілому.

З перспективи психолого-педагогічних наукових розвідок (І. Бех, О. Єжова, В. Крижко) цінність розглядається у контексті особистості і залежить від цінностей суспільства а ціннісна система суспільства функціонує успішно за умови засвоєння і реального втілення її в поведінку і діяльність.

У межах нашого дослідження особливо важливим є розуміння категорії «ставлення», яке на думку І. Беха «є однією з ключових для процесу формування і розвитку особистості, оскільки за її допомогою розкривають становлення смислового зв'язку, єдності людини і світу, самого змісту цієї єдності: чи буде вона морально конструктивною чи деструктивною стосовно індивіда» [3, с.155].

Варто зазначити, ставлення людини формуються та розвиваються у процесі накопичення та інтеграції всього життєвого досвіду особистості. Ставлення виступає у ролі базису суб'єктивного світу особистості, а ефективність виховної діяльності характеризується саме тим, що в якій мірі вона забезпечує формування і розвиток ціннісного ставлення. Тому поняття «ставлення» ми характеризуємо як рушійну силу особистості, потенціал, який визначає ступінь інтересу, емоційний відгук, бажання і потреби у досягненні результатів.

Ціннісне ставлення – це суб'єктивне усвідомлення цінностей в емоційній чи раціональній формі, які є одночасно процесом розуміння світу крізь призму цінностей і результатом цього процесу як позиції людини стосовно цінностей як особистісно-значущих. У ціннісному ставленні передусім відбивається суспільне життя, соціальна дійсність, вони культурно та історично зумовлені.

Як зазначає Л. Печка «цінність феномену здоров'я в тому, що воно слугує об'єктом інтересів людини і виконує роль орієнтира у предметній і соціальній дійсності. Здоров'я як цінність індивідуальної свідомості виконує роль цілепокладальної основи практичних відносин щодо її діяльності та навколишнього середовища. У процесі виховання суспільної свідомості цінність здоров'я може виступати як ідеальна цінність здорового способу життя. Реальною формою здійснення цієї цінності виступає життєдіяльність суспільства. Виходячи з цього, потребу у здоров'ї як потреба у само актуалізації має бути спрямована на мотиваційну сферу особистості і атрибути здоров'я як відображення способу життя» [14, с. 125].

Тому сутність феномену «ціннісного ставлення до здоров'я», на думку Л. Канішевської, передбачає «наявність позитивно забарвленого емоційного переживання суб'єктом своїх відносин з певним об'єктом» [10, с. 19].

Відтак у дослідженні розуміємо ціннісне ставлення до здоров'я як внутрішній механізм поведінки спрямований на здоров'язбереження, в основі якого лежить висока суб'єктивна значущість здоров'я, усвідомлення його значення у реалізації власних життєвих завдань та проєкції в оточуючу дійсність у вигляді дій, спрямованих на збереження здоров'я.

### **Висновки і перспективи подальших розвідок у даному напрямку.**

Таким чином, з'ясування сутності базових понять «здоров'я», «цінність», «ціннісне ставлення», «ціннісне ставлення до здоров'я» уможливило визначення термінологічного поля проблеми дослідження. Перспективи подальших розвідок вбачаємо в теоретичному обґрунтуванні змісту і структурних компонентів ціннісного ставлення до здоров'я майбутніх фахівців фізичної культури. Узагальнюючи різні тлумачення поняття, вважаємо, що на сучасному етапі здоров'я осмислюється як значний феномен власного буття, ключова проблема культури, конструктивного еволюційного розвитку суспільства. Ціннісне ставлення, як свідомий зв'язок особистості зі значущими для неї об'єктами і

явищами, виражає активну виборчу позицію та визначає індивідуальний характер діяльності та окремих вчинків.

### Список використаних джерел

1. Балух М. Формування мотивації до здорового способу життя студентської молоді в умовах інноваційного освітнього середовища. *Освітні обрії*. 2020. № 2(51). С. 4-6.
2. Башавець Н. А. Теоретико-методичні засади формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації студентів вищих економічних навчальних закладів: дис. ...док. пед. наук: 13.00.04. Одеса, 2012. 554 с.
3. Бех І. Д. Вибрані наукові праці. Виховання особистості : в 2-х т. Чернівці : Букрек, 2015. Т. 1. 840 с.
4. Бобро А. А. Формування соціального здоров'я студентської молоді у позааудиторній виховній роботі вищого навчального закладу: автореф. дис. ...канд. пед. наук: 13.00.07. Київ, 2017. 22 с.
5. Бойко Ю. Науковий аналіз категорій «здоров'я» та «здоровий спосіб життя» з позиції педагогічної аксіології. *Психолого-педагогічні проблеми сільської школи*. 2014. Випуск 50. С. 63-71. с
6. Булич Е. Г., Мурахов І. В. Валеологія: Теоретичні основи валеології : навч. по-сібн. для студ. вищ. пед. навч. закл. Київ : ІЗМН, 1997. 224 с.
7. Власов Г. В. Формування здорового способу життя студентів вищих медичних навчальних закладів засобами фізичного виховання : автореф. дис. ...канд. пед. наук: 13.00.04. Луганськ, 2012. 20 с.
8. Гончарук О. М. Формування здоров'язбережувального стилю поведінки студентів аграрних закладів вищої освіти : дис. ...к. пед. наук: 13.00.07. Київ, 2018. 248 с. с.43
9. Ізбаш Л. М. Формування культури здоров'я студентів у системі фізичного виховання політехнічного коледжу: автореф. дис. ...канд. пед. наук. 13.00.07. Умань, 2017. 20 с.

10. Канішевська Л. Теоретичні аспекти проблеми формування ціннісного ставлення до здоров'я у студентської молоді. *Молодь і ринок*. 2017. №5 (148). С. 17-20.
11. Козак Н. Г. Здоров'язберігаюче виховання підлітків основної школи в навчально-виховному процесі: автореф. дис. ...канд. пед. наук: 13.00.07. Київ, 2016. 20 с.
12. Міхеєнко О. І. Теоретичні і методичні основи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій. автореф. дис. ... док. пед. наук. 13.00.04. Тернопіль, 2016. 46 с.
13. Омельченко С. О. Взаємодія соціальних інститутів суспільства у формуванні здорового способу життя дітей та підлітків : монографія. Луганськ : Альма-матер, 2007. 353 с.
14. Печка Л.Є. Ціннісне ставлення до здоров'я дітей: наступність у роботі закладу дошкільної освіти і початкової школи: монографія. Київ-Кременчук: Вид-во «NOVABOOK», 2021. 504 с.
15. Суцєнко Л. П. Здоровий спосіб життя людини як об'єкт соціального пізнання: дис. ... філософ. наук: спец.: 09.00.03 «Історія філософії». Запоріжжя, 1997. 185 с, 25
16. Шайгородський Ю. Цінності як детермінанти суспільного розвитку. *Сучасна українська політика. Політики і політологи про неї*. 2012. Вип. 26. С. 219-228. С. 220
17. Шахненко В. І. Формування основ здорового способу життя учнів початкової школи : теорія і практика (дидактичний аспект). : Навч. посіб. Вид. 2-е, випр. Харків : ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2009. 252 с.
18. Шостак І. О. Формування культури здоров'я студентів медичних коледжів у позааудиторній діяльності: автореф. дис. ...канд. пед. наук: 13.00.07. Умань, 2017. 20 с.



19. Шевченко, Г.П. Духовність особистості у вимірах культури, виховання та освіти: обрані наукові статті: монографія. Київ: Вид-во «Педагогічна думка», 2017. 240 с.