

Башавець Н.А.
кандидат педагогічних наук, доцент,
Одеський інститут фінансів
Українського державного університету
фінансів та міжнародної торгівлі

ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ, ЩО СПРИЯЮТЬ РЕАЛІЗАЦІЇ ТЕХНОЛОГІЇ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ ЯК СВІТОГЛЯДНОЇ ОРІЄНТАЦІЇ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ

Стаття присвячена розкриттю педагогічних умов, що сприяють реалізації технології формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації майбутніх фахівців.

The article is devoted to discovering the pedagogical terms which promote the technology of forming the culture of health preservation as the specialists – to-be's world outlook orientation.

Постановка проблеми в загальному вигляді. У зв'язку з тим, що в сучасних умовах стан здоров'я молоді постійно погіршується, реформування освіти щодо фізичного виховання потребує розробки та впровадження педагогічних умов, які сприятимуть реалізації технології формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації майбутніх фахівців. Зазначена проблема є актуальною у зв'язку з рішенням колегії Міністерства освіти і науки України «Про реформування системи фізичного виховання учнів та студентської молоді у навчальних закладах України» від 11 листопада 2008 року [26].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасними науковцями розглядаються педагогічні умови, що сприяють формуванню необхідних якостей майбутніх фахівців у різноманітних видах діяльності. Так, С.В. Кириленко [15], Л.І. Лубишевою вивчалися педагогічні умови технології формування культури здоров'я старшокласників [19], Н.І. Соловйовою – педагогічні умови культури здорового способу життя учнів [29], Ю.В. Драгнєвим – педагогічні умови з формування культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання [9], Г.Л. Кривошеєвою – педагогічні умови формування культури здоров'я студентів університету [16], Д.Є. Вороніним – психолого-педагогічні умови формування здоров'язберігаючої компетентності студентів [3], А.В. Домашенком – умови ефективного здійснення оздоровчого впливу фізичного виховання на студентів [8] та ін.

Мета статті – визначити педагогічні умови, що сприяють реалізації

технології формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації майбутніх фахівців.

Виклад основного матеріалу дослідження. Перш ніж розглянути педагогічні умови, що сприяють реалізації технології формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації майбутніх фахівців розглянемо сутність поняття «педагогічна умова». Педагогічною умовою є необхідна обставина, шлях, уявний результат, напрям, спонукання тощо (за Б.І. Холодом) [22]. Деякі вчені під умовою розглядають зовнішню передумову для існування і розвитку явищ, тобто обставину, від якої що-небудь залежить (за З.Н. Курлянд) [25, 30].

Педагогічні умови забезпечують досягнення заздалегідь поставлених педагогічних цілей [23, 45].

На нашу думку, педагогічні умови, що сприяють реалізації технології формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації майбутніх фахівців-економістів – це такі обставини, які впливають на формування їхньої культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації і врахування яких є необхідним для підвищення ефективності цього процесу.

У психолого-педагогічній літературі існують різноманітні підходи до класифікації педагогічних умов. Зазвичай розмаїття умов педагогічної діяльності розподіляється на об'єктивні (постановка цілі, раціональне планування, організація контролю, об'єктивна оцінка; позитивний психологічний клімат у групі; відповідні виробничі та санітарно-гігієнічні умови діяльності; матеріально-технічне забезпечення діяльності; інформаційне забезпечення діяльності; кадрове забезпечення діяльності) та суб'єктивні (наявність у суб'єкта діяльності потреби і стійких мотивів до її виконання; теоретична підготовленість, сформованість умінь та навичок планування, виконання практичних дій; узгодженість змісту та характеру діяльності з індивідуальними особливостями суб'єкта; емоційно-психологічний та фізичний стан суб'єкта діяльності) [28].

Основною умовою здорового життя молоді є її оптимістичний погляд на світ, позитивна емоційна настанова, помірний ритм життя й упорядкований режим дня [14, 51]. Автор, на жаль, не розглядає об'єктивні умови зазначеного процесу, а основною соціально-педагогічною умовою формування культури здоров'я школярів вважає добре організовану й ефективну навчально-виховну роботу з освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура» [5, 82–92.]. В.П. Горашук, розкриваючи сутність валеологічної освіти молоді, натомість не торкається здоров'язберігаючої навчально-виховної роботи вищих навчальних закладів.

У контексті нашого дослідження аналіз наукової літератури та власний

досвід дозволяють визначити такі педагогічні умови, які, на нашу думку, сприятимуть реалізації технології формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації майбутніх економістів, а саме: формування стійкої мотивації до здоров'язбереження; організація здоров'язберігаючої самостійної роботи студентів; творче використання нетрадиційних засобів оздоровлення; культивування еталона здорової, гарної, життєздатної особистості. Розглянемо їх більш детально. Так, першою педагогічною умовою нами визначено формування стійкої мотивації до здоров'язбереження, що включає: урахування інтересів, потреб і мотивів студентів-економістів (диференційований підхід на навчальних заняттях може бути здійснений на підставі вивчення динаміки мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до фізичного виховання як засобу формування їхньої культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації у процесі навчання та до свого здоров'я), емоційне підкріплення кожного заняття з фізичного виховання (створення сприятливого психологічного фону на заняттях з фізичного виховання та в позанавчальний час), настанова до здоров'язбереження (активність особистості в навчально-виховному процесі зростає, якщо вона усвідомлює причинно-наслідкову залежність між заняттям з фізичного виховання та станом її здоров'я).

Людина, зазвичай, вибирає той вид фізичної діяльності, який у більшій мірі дозволяє їй задовольнити необхідність у рухах і отримати позитивні емоції, а для цього потрібні сформовані потреби особистості в русі і фізичних навантаженнях та відповідні мотиви, які виникають і формуються на підставі потреб, але тільки при вищому рівні віддзеркалення людиною своїх потреб – їхньому усвідомленні, а їхній розвиток відбувається під впливом оточення та у процесі виховання та навчання.

Розглянемо визначення науковців щодо поняття «мотив» та «мотивація».

Мотив є стрижневим чинником у свідомій та цілеспрямованій діяльності, він спонукає людину до цієї діяльності [2, 55]. Тобто мотив особистості стає віддзеркаленням дійсності, що відображає її ставлення особистості до тих об'єктів, заради яких здійснюється її діяльність.

Відтак, більшість науковців визначають мотив як причинно-наслідковий аспект, що спрямовує особистість до дії; мотиви здебільшого підрозділяються на соціально значущі, особистісно значущі і професійно значущі, позитивні й негативні та визначаються знаннями, переконаннями, інтересами й потребами студентів; у нашому дослідженні це, насамперед, стосується усвідомленої необхідності майбутніх фахівців-економістів у здоров'язбереженні та стійкої мотивації до організації власної оздоровчої діяльності.

В основі навчального мотиву лежить усвідомлення особистістю

значення матеріалу, що вивчається, для власного фізичного розвитку і здоров'я, для життя, праці, а це відбувається на підставі мотивування та стимулів. Тобто мотивування являє собою сукупність фактів, аргументів і доказів, що переконують у значущості здоров'язбереження. Як приклад структуризації мотивів часто використовується ієрархічна модель їхньої класифікації запропонована американським психологом А. Маслоу: 1) фізіологічні потреби; 2) потреби безпеки; 3) потреби в соціальних зв'язках; 4) потреби самоповаги; 5) потреби самоактуалізації. Перші потреби вважаються нижчими (потреби), п'ята – вищою (росту) [20].

На нашу думку, сформовані мотиви особистості є основою її мотивації. Формування стійкої мотивації до здоров'язбереження базується на спонукальних мотивах, змістових та спрямовуючих, які ми взяли за основу на підставі досліджень Д.Р. Кадирбаєва про мотиваційну сферу учнів у галузі фізичної культури [13, 48–59].

Учені під мотивацією визначають систему природних, соціальних і особистісних чинників, що спонукають тих, хто навчається, включитися у процес навчання та реалізовувати власні схильності, розвивати здібності [30, 158]; «спонукання, яке викликає активність організму і визначає її цільову спрямованість; найбільш дієвою мотивація стає при чіткому формуванні мети діяльності, чим вище інформативність, тим сильніше зростає функція мотивації; а мотивація діяльності – це внутрішні спонукання й орієнтація людини на конкретну форму рухової активності, де спонукальними причинами можуть бути потреба особистості у здоровому способі життя, світогляд, переконання, інтереси, настанови і т. ін.» [27, 55–56].

Мотивація є динамічною умовою поведінки за схемою «стимул – реакція – мотивація – результат», де мотивація приймає форму організації поведінки з утворенням функціональних механізмів для ефективної реалізації здібностей, об'єднаних мотивами, настановами до поставленої мети [27, 110], а мотивація учнів до оздоровчої фізичної діяльності формується внаслідок свідомого відображення дійсності [10, 105].

Вивчення різних підходів до визначень мотивації, функцій потреб, мотивів, цілей у спонуканні до навчально-пізнавальної діяльності дало можливість І.В. Зайцевій уточнити суть та поглибити зміст поняття «мотивація учіння»: це – «система пізнавальних потреб, мотивів і цілей, яка спонукає студента до учіння та стимулює і підтримує його активність на певному рівні», тобто в цьому визначенні поєднано системний та діяльнісний підхід до дослідження мотивації як педагогічного явища, а потреби, мотиви і цілі розглядаються у вигляді структури, яка відображає діяльність студента в

навчальній ситуації: зосередження уваги на навчальному об'єкті – одержання інформації про предмет потреби (актуалізація потреби бути здоровим) – усвідомлення потреби (вибір мотиву) – постановка, усвідомлення мети (вибір рішення) – виконання навчальних дій – отримання інформації для коригування навчальних дій – одержання результату, його оцінка та емоційне ставлення [12].

На нашу думку, стійка мотивація майбутнього фахівця-економіста до здоров'язбереження є його усвідомленою потребою бути здоровим, що спонукає займатися власною здоров'язберігаючою діяльністю та мати гарний зовнішній вигляд, що виявляється у формі інтересів, бажань, прагнень, цілей, які фактично є різними проявами мотивації. Гарне здоров'я, задовольняючи потреби людини в якості та повноцінності життєдіяльності, стає для неї особистісно значущим і набуває значення цінності, виступаючи мотивом її діяльності, оскільки саме людські дії, передусім, залежать від потреб, а не від свідомості [17].

Щодо мотивації, то багато залежить від уміння ставити цілі діяльності, цілі здорового способу життя, бажання досягнути визначеної мети, вони є суттєвими характеристиками мотивації, де мета постає невід'ємним компонентом мотивації та відображенням якоїсь людської потреби. Від мети залежить, як людина здійснює діяльність, яку позицію займає, як вибирає відповідні рішення і спосіб здоров'язберігаючої поведінки, а мотивація – це система цілей, потреб і мотивів, які детермінують діяльність та поведінку людини, де її якісний зміст визначає зміст здорового способу життя, що є характерним для певної особистості [4].

Т. Грабовська наголошує, що класичний закон Йеркса-Додсона, сформульований кілька десятиліть тому, вже встановив залежність активності людини, її ефективної діяльності від сили мотивації. За цим законом, чим вища сила мотивації, тим вища результативність діяльності [6]. У нашому дослідженні результативністю діяльності є високий і достатній рівень сформованості культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації майбутніх економістів і, ми вважаємо, що саме стійка мотивація до здоров'язбереження впливає на зазначену здоров'язберігаючу поведінку, врахування якої є необхідною для підвищення ефективності цього процесу.

Мотиви включають різноманітні компоненти: потреби, інтереси, переконання, ідеали, емоції, які мають складну психологічну структуру, тому формування мотивації є складним педагогічним процесом, що передбачає комплекс заходів, спрямованих на підвищення активності студентів, виховання інтересу до здоров'язберігаючої діяльності та її результатів.

Початковим рівнем мотивації до збереження здоров'я є виникнення активно-пасивного інтересу до оздоровлення взагалі та вибору того чи іншого фізичного засобу. Активно-пасивне ставлення до оздоровлення відрізняється недостатньою впевненістю в необхідності витрати часу та енергії і пов'язано із звиканням до незавжди комфортних умов, а також, з віддаленими в часі проявами результативності оздоровчих занять, а тому підбір засобів, методів та режимів їхнього використання повинен підкріплювати інтерес до цієї діяльності й поступово трансформувати мотиваційну схему «дуже потрібно – не хочу, але роблю» на «потрібно – дуже хочу – роблю з задоволенням і ще хочу» і, як наслідок, перехід на інший рівень – усвідомлення необхідності і корисності оздоровчих занять, яка забезпечується задоволенням [21, 54–55]. Тобто, саме задоволення є головним критерієм, який використовується під час вибору виду оздоровлення і раціонального сполучення або комбінації різноманітних оздоровчих засобів при достатній мотивації до зазначеної діяльності.

Наприклад, для мотивації студентів до формування їхньої культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації можна використовувати різноманітні цікаві форми оздоровчої фізичної діяльності під керівництвом кваліфікованого викладача, які заохочують їх до цієї діяльності; оздоровчі заходи, які реалізують бажання бути здоровим і зовнішньо привабливим, допоможуть цікаво проводити дозвілля, з користю для свого здоров'я; заходи, спрямовані на корекцію недоліків фізичного розвитку та тілобудови і т. ін.

Окрім цього мотиваційно-цільові настанови майбутніх фахівців повинні спрямовуватися у напрямі формування самосвідомості щодо здоров'язбереження особистості, яка сама турбується про своє здоров'я, кар'єру, життя, а мотивом є прагнення досягти успіхів у навчанні, стати компетентним фахівцем, розкрити свої можливості, максимально реалізуватися, що неможливо без доброго здоров'я та знань, умінь та навичок його збереження.

Отже, формування стійкої мотивації до здоров'язбереження розглядається нами як педагогічна умова, оскільки вона є обставиною, яка впливає на формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації майбутніх фахівців-економістів і підвищує ефективність цього процесу.

Друга педагогічна умова – організація здоров'язберігаючої самостійної роботи студентів, яка передбачає: розробку програми поліпшення рівня сформованості культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації майбутніх економістів, їхню підготовку щодо власного здоров'язбереження, самопостереження (забезпечення тісного взаємозв'язку фізичного виховання з професійною орієнтацією особистості майбутнього спеціаліста, де

здоров'язберігаюча діяльність – один із способів реалізації професійних планів та намірів, життєвого призначення, запорука успішного виконання соціальних і професійних ролей).

Тобто організація здоров'язберігаючої самостійної роботи студентів повинна грамотно підводити їх до систематичного усвідомлення здоров'язберігаючого ефекту будь-якої оздоровчої справи, визначати шляхи її опанування, спонукати до порівняння та узагальнення.

Здоров'язберігаюча самостійна навчальна діяльність студента буде лише тоді результативною, коли вона ґрунтуватиметься на внутрішній потребі в цій діяльності, будуть чітко визначені цілі самоспонування та вироблені відповідні навички. Здоров'язберігаюча самостійна робота студентів-економістів є, насамперед, цілеспрямованою, спланованою, пізнавально підкріпленою та теоретико-методично правильно організованою діяльністю, в якій участь викладача полягатиме лише в ролі консультанта, оскільки вища освіта відрізняється саме ступенем самостійності навчання.

Отже, здоров'язберігаюча самостійна робота має виховне значення, завдяки своєчасному контролю, що здійснюється викладачем, вона формує самостійність не тільки як сукупність умінь та навичок щодо здоров'язбереження, але й як рису характеру, відіграє суттєву роль у структурі особистості сучасного спеціаліста економічного профілю. Під ефективною здоров'язберігаючою самостійною роботою студентів-економістів розуміється вміння майже без допомоги та стимуляції з боку викладача самостійно працювати на заняттях, вдома, вміння організувати власну оздоровчу діяльність у цілому, при цьому студент повинен знати як побудований і функціонує організм людини, добре уявляти собі, до яких змін в організмі призводять ті або інші фізичні справи, вміти організувати свій здоровий спосіб життя, власну здоров'язберігаючу діяльність.

Відтак, ми доходимо висновку, що самостійна робота сприяє: поглибленню і розширенню знань щодо власного здоров'язбереження; формуванню інтересу до пізнавальної здоров'язберігаючої діяльності; оволодінню відповідними вміннями і навичками.

Творче використання нетрадиційних засобів оздоровлення, що є третьою педагогічною умовою, передбачає застосування зарубіжних та національних традицій формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації студентів-економістів. Незалежно від спеціалізації і характеру роботи, будь-який спеціаліст, який розпочинає свою діяльність, повинен мати фундаментальні знання, професійні вміння і навички згідно

свого профілю і фаху, досвід творчої і дослідної діяльності, а також вміти зберігати власне здоров'я, тобто володіти основами здоров'язбереження, що є базою будь-якої професії в сучасних ринкових умовах.

Поряд із традиційними засобами фізичної культури, такими, як спортивні і рухливі ігри, гімнастичні вправи, плавання та інші, досить популярними серед студентської молоді стали нетрадиційні види рухової активності, які умовно можна розподілити на східні, європейські та американські, що мають різноманітну спрямованість: аеробну, анаеробну, аеробно-анаеробну; на розвиток сили, гнучкості, координації; на розвиток сили окремих м'язових груп, фізіологічних систем; на корекцію стану здоров'я, фігури й усунення недоліків будови тіла тощо [11].

Останнім часом велику популярність мають зарубіжні системи фізичних вправ різноманітної спрямованості: системи силових вправ, аеробіка або ритмічна гімнастика та її модифікації як бодіденс, шейпінг, стретчінг, східні системи фізичних вправ – ушу, йога, карате, цигун, система дихальних вправ.

Ми вважаємо, що популярність нетрадиційних засобів оздоровлення пов'язана з їхньою незвичністю, що підсилює інтерес молоді до них, постійною рекламою таких способів дій через телебачення, відеоматеріали, комп'ютер, тобто заняття нетрадиційними засобами оздоровлення стало модним.

Останньою педагогічною умовою нами визначено культивування еталона здорової, гарної, життєздатної особистості, що містить:

а) особистісний розвиток культури здоров'язбереження на підставі «Я-концепції» («Я-реальне» – уявлення про своє здоров'я; «Я-дзеркальне» – соціальна уява про моє здоров'я інших людей, що включає систему вимог, які пред'являють людині інші особистості; «Я-ідеальне» – уява про те, яке я хочу мати здоров'я). Зазначена «Я-концепція» розроблена Е.В. Лидською, М.О. Мдивані, Р.І. Спектором [18, 13–19]. Так, за визначенням В.Н. Панферова образ «Я» є гідністю особистості, де «Я ідеальне» – «Я хочу» віддзеркалює ціннісні орієнтації особистості, що стосуються питання: Яким би я хотів бути? Воно включає в себе психічне утворення, яке виконує функцію мотивації людської поведінки, що є стимуляторами людської активності, де однією із форм мотивації виступає мрія, що віддзеркалює образ бажаних потреб у віддаленій перспективі, оскільки вона являє собою ідеальний образ реалізації людських потреб, які допомагають підпорядкувати актуальні потреби сьогодення [24, 123].

Взірець стає засобом формування мотивації до фізкультурної діяльності,

коли викладач систематично впливає на свідомість та почуття, тих, хто займається, розповідями про життя та діяльність видатних людей, спортсменів, окрім цього велике значення має особистість людини, яку він бажає наслідувати, тобто його ідеал.

Отже, особистість повинна уявляти еталон здорової, гарної, життєздатної особистості, мати свій ідеал, до якого вона намагається наблизитися.

Становлення Я-ідеального ґрунтується на обстоюванні особистістю психодуховних форм та психологічної готовності збагачувати і розповсюджувати їх, тобто розширювати не лише свій психосоціальний досвід, а й оточення, внаслідок такої мислевчинкової роботи виникає реальна можливість відшукати свій ідеал (за О.Є. Гуменюк) [7, 36]. За визначенням австрійського вченого А. Адлера «особистісний ідеал» є відчуттям спрямованості до абсолютно невідомої мети, що допомагає особі піднятися до індивідуального вдосконалення [1]. Завдяки уявному образу «ідеального Я», через «Я – зараз», «Я – у майбутньому» відбувається знаходження місця світоглядних орієнтацій щодо культури здоров'язбереження у власній життєвій програмі, через оцінку значущості здоров'я.

б) формування самосвідомості студентів щодо важливості здоров'язбереження (ставлення до важливості здоров'язбереження, ставлення до свого тіла, задоволеність ним та своїм здоров'ям, усвідомлення цінності здоров'я для самореалізації в житті);

в) формування моди на культуру здоров'язбереження, оскільки здоров'я особистості – це засіб її життєдіяльності, працездатності та дієвості.

Відомо, що сучасна система здоров'язбереження американської нації стверджувалася у США протягом більш як 200-літньої історії цієї держави і в її основі головним стрижнем є особиста зацікавленість кожного американця у збереженні та зміцненні власного здоров'я. У зв'язку з цим, не випадково серед завдань у галузі фізичної підготовки американської молоді головними є: навчити її визначати рівень своєї фізичної підготовленості та планувати необхідні комплекси фізичних вправ для її вдосконалення і виявити фактори її мотивації до занять фізичними вправами та реалізувати їх.

Потреба в гарному здоров'ї визначається суспільним устроєм та ідеологією. Так, безробіття підстьобує слабких і стимулює сильних, завдяки ринковій конкуренції й виникає потреба у здоров'ї, з'являється попит на профілактику захворювань, а не їхнє лікування. У США, наприклад, наука досліджує проблеми оздоровчого тренування, друкується маса літератури, зі присвячення питань здоров'я, існує велика мережа доступних спортивно-оздоровчих закладів, формується мода на культуру здоров'язбереження. Для американців піклування про своє здоров'я є сформованою модою. Виникає еталон способу життя й поведінки – заняття спортом, активний спосіб життя, некалорійне харчування, заборона на паління й т.ін., що знаходить висвітлення в демографічних показниках, чого не можна сказати про українців.

Тобто формування культури здоров'язбереження як світоглядної

орієнтації американців відбувається завдяки трансформації процесу виховання, самовиховання та постійного культивування еталона здорової, життєздатної особистості, у тому числі велика увага цьому питанню приділяється у засобах масової інформації.

На нашу думку, зміст фізичного виховання студентів повинен передбачати, окрім знань, обов'язковий розвиток у майбутніх фахівців умінь і навичок культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації. Так, за визначенням Ю.В. Менхіна, О.В. Менхіна, фізичні вправи, з одного боку, сприяють збереженню здоров'я студентів (знижують ризик деяких захворювань, регулюють роботу організму, підвищують «життєвий тонус», активність, працездатність, покращують настрої та самопочуття); покращують фігуру (знижують кількість жиру, виправляють поставу, змінюють пропорції тіла) і т. ін., а з іншого – некваліфіковане їхнє використання може привести і до негативних наслідків (травмування суглобів кінцівок і хребта, виникнення м'язових болів, погіршення сну та самопочуття, викликати перенапруження серця, пригнічення імунної системи, порушення в роботі внутрішніх органів, взагалі викликати стійке негативне ставлення до всіх форм і видів фізичної активності) [21, 19]. Саме тому, сформована на достатньому та високому рівнях культура здоров'язбереження як світоглядна орієнтація майбутніх фахівців дозволить їм запобігти негативних наслідків від фізичних вправ, а звернення до кваліфікованого спеціаліста дозволить ефективно покращити і зберегти своє здоров'я.

Формування моди на культуру здоров'язбереження у майбутніх фахівців можливе завдяки: формуванню у студентів світоглядної установки на фізичне вдосконалення та збереження здоров'я, еталона здорової, гарної, життєздатної особистості через візуалізацію образу; забезпечення оптимального навчального навантаження протягом заняття з фізичного виховання з урахуванням їхньої працездатності, вікових та індивідуальних особливостей, з урахуванням стану їхнього здоров'я, фізичного розвитку; культивування краси здорового людського організму, гарного тіла, способу життя як основи доброго здоров'я.

У загальноприйнятому розумінні поняття «еталон» це досконалість, до якої людина прагне максимально наблизитися. Без еталонів неможливо досягти порівняння, результатів вимірів, виконуваних за допомогою різних приладів, у різних місцях і в різний час.

Отже, культивування еталона здорової, гарної, життєздатної особистості розглядається нами як педагогічна умова, оскільки вона є обставиною, що впливає на формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації майбутніх фахівців-економістів і необхідна для підвищення ефективності цього процесу.

Відтак, підсумовуючи вищезазначене, ми дійшли висновків, що формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації майбутніх фахівців-економістів під час навчання у вищому навчальному закладі найбільш ефективно здійснюватиметься, якщо впроваджувати такі педагогічні

умови, як формування стійкої мотивації до здоров'язбереження; організація здоров'язберігаючої самостійної роботи студентів; творче використання нетрадиційних засобів оздоровлення; культивування еталона здорової, гарної, життєздатної особистості. Перспективу подальших розвідок ми вбачаємо у розгляді технології реалізації зазначених педагогічних умов формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації майбутніх фахівців-економістів у навчально-виховному процесі ВНЗ.

ЛІТЕРАТУРА

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. – М.: За экономическую грамотность, 1995. – С. 12.
2. Вовк В.М. Шляхи вдосконалення фізичного виховання студентів: Монографія. –Луганськ: Вид-во СУДУ, 2000. – 176 с.
3. Воронін Д. Є. Формування здоров'язберігаючої компетентності студентів вищих навчальних закладів засобами фізичного виховання: Автореф. дис... на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: Спец. 13.00.07 «Теорія та методика виховання» / Д.Є. Воронін.— Херсон, 2006. – 20 с.
4. Глухов В.И. Физическая культура в формировании здорового образа жизни. –К.: Здоровья, 1989. – 71 с.
5. Горащук В.П. Формирование культуры здоровья школьников – задача современной школы // Сб. ст.: История, педагогика. – Луганск: ЛГПИ, 1996. – Вып. 2. – Ч. 2. – С. 82–92.
6. Грабовська Т. Формування позитивної мотивації діяльності особистості / Т. Грабовська, О. Киричук / Рідна школа. – 2002. – № 4. – С. 12–14.
7. Гуменюк О.Є. Спонтанно-духовна організація Я-концепції універсума: Лекція. – Тернопіль: Економічна думка, 2003. – 40 с.
8. Домашенко А.В. Організаційно-педагогічні засади системи фізичного виховання студентської молоді України: Автореф. дис... на здобуття наук. ступеня канд. наук з фізичного виховання і спорту: Спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / А.В. Домашенко. – К., 2003. – 17 с.
9. Драгнев Ю.В. Компоненти формування культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Наукова монографія / За редакцією проф. Єрмакова С.С. – Харків: ХДАДМ (ХХПІ), 2007. – № 1. – 176 с.
10. Дубогай О.Д. Фізкультура як складова здоров'я та успішного навчання дитини. – К.: Вид. дім «Шкільний світ»: Вид. Л. Галіцина, 2006. – 128 с. – (Б-ка «Шкіл. світу»).
11. Жабокрицька О.В., Язловецький В.С. Нетрадиційні методи й системи оздоровлення: Навчальний посібник. – Кіровоград: РВЦ КДПУ ім. Володимира Винниченка. – 187 с.

12. Зайцева І.В. Формування мотивації учіння студентів вищих економічних навчальних закладів: Автореф. дис... канд. пед. наук: Спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / І.В. Зайцева. – Тернопіль, 2001. – 20 с.
13. Кадырбаева Д.Р. Субъективная ценность занятий физической культурой и формирование самосознания в подростковом возрасте // Формирование образа «Я» и проблемы физвоспитания: Сб. науч. тр. / Под ред. П.А. Жорова. – М.: Изд. АПН СССР, 1990. – 96 с.
14. Каченовский М.Б. Введение в валеологическую педагогику. – Минск: НИО, 1996. – 68 с.
15. Кириленко С.В. Соціально-педагогічні умови формування культури здоров'я старшокласників: Автореф. дис... на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: 13.00.07 «Теорія та методика виховання» / С.В. Кириленко. – К., 2004. – 21 с.
16. Кривошеєва Г.Л. Формування культури здоров'я студентів університету: Автореф... дис... на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: Спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / Г.Л. Кривошеєва. – Луганськ, 2001. – 20 с.
17. Леонтьев А.Н. Мотивы и эмоции. – М., 1972. – 39 с.
18. Лидская Э.В., Мдивани М.О., Спектор Р.И. Структура физического Я и её влияние на физическое развитие школьника // Формирование образа «Я» и проблемы физвоспитания: Сб. науч. тр. / Под ред. П.А. Жорова. – М.: Изд. АПН СССР, 1990. – 96 с.
19. Лубышева Л.И. Инновационная технология формирования культуры здоровья старшеклассниц в системе физического воспитания // Физическая культура (воспитание, образование и тренировка). 2007. – № 5. – С. 5–12.
20. Маслоу А. Мотивация и личность. – СПб.: Евразия, 1999. – С. 77–105.
21. Менхин Ю.В., Менхин А.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика. – Ростов н/Д: Феникс, 2002. – 384 с.
22. Нові технології навчання: Науково-методичний збірник / Гол. ред. Б.І. Холод; Ред. кол.: О.Я. Савченко, О.І. Ляшенко, А.М. Федяєва та ін. – К.: НМЦВО, 2000. – Вип. 27. – 256 с.
23. Новиков А.М. Профессиональное образование в России. – М.: ИЦП НПО РАО, 1997. – С. 45.
24. Панферов В.Н. Психология человека: Учебное пособие. 2-е издание. – СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 2002. – 253 с.
25. Педагогіка вищої школи: Навч. посіб. / З.Н. Курлянд, Р.І. Хмельюк, А.В. Семенова та ін.; За ред. З.Н. Курлянд. – К.: Знання, 2007. – 495 с.
26. Рішення колегії Міністерства освіти і науки України протокол № 13/1-2-10-11/1 від 11 листопада 2008 року «Про реформування системи фізичного виховання учнів та студентської молоді у навчальних закладах України», 2008. – 5 с.
27. Рибковський А.Г., Канішевський С.М. Системна організація рухової активності людини. – Донецьк: ДонНУ, 2003. – 436 с.
28. Скаткин М.Н. Проблемы современной дидактики. – М.: Педагогика, 1984.

– 96 с.

29. Соловьева Н. И. Здоровьесберегающая система образования в обеспечении формирования культуры здорового образа жизни учащихся: Автореф. дис... на соискание ученой степени канд. пед. наук: Спец. 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / Н.И. Соловьева. – Ставрополь, 2005. – 24 с.