

**Валентин Винник,**  
аспірант Черкаського  
національного університету  
імені Богдана Хмельницького

## **СТРУКТУРА, КРИТЕРІЇ ТА ПОКАЗНИКИ ЖИТТЄВОЇ СТРАТЕГІЇ ЕСТЕТИКИ ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

*У статті подано авторське розуміння сутності життєвої стратегії естетики здоров'я майбутнього вчителя фізичного виховання, запропоновано її структуру, що складається з мотиваційно-ціннісного, когнітивно-організаційного та діяльнісно-регулятивного компонентів, позначених належним чином обґрунтованими критеріями й показниками.*

**Ключові слова:** *життєва стратегія, естетика здоров'я, майбутній учитель фізичного виховання, структура, критерії, показники.*

*В статье подано авторское понимание сущности жизненной стратегии эстетики здоровья будущего учителя физического воспитания, предложена ее структура, которая состоит из мотивационно-ценностного, когнитивно-организационного и деятельностно-регулятивного компонентов, обозначенных должным образом обоснованными критериями и показателями.*

**Ключевые слова:** *жизненная стратегия, эстетика здоровья, будущий учитель физического воспитания, структура, критерии, показатели.*

*The article presents the author's understanding of the essence of life strategy in health aesthetics of the would-be teachers of physical education, it proposes its structure, that consists of motivationally-valuable, cognitively-organizational, activitively-regulatory, components that are identified by well-grounded criteria and indicators.*

**Key words:** *life strategy, aesthetics of health, would-be teacher of physical education, structure, criteria, indicators.*

Динамічні зміни соціальних, культурних, економічних умов життя сучасного суспільства зумовлюють зростання значущості фізичного, психічного й соціального здоров'я людини. Останніми роками в Україні назріває незадоволеність станом здоров'я суб'єктів педагогічного процесу, які часто не стільки його зміцнюють, скільки втрачають. З огляду на це, система освіти покликана виховати естетично-ціннісне ставлення кожної людини до здоров'я, що є стрижнем життєвої стратегії щодо постійного вдосконалення власного організму й гармонійного особистісного розвитку.

Естетичний аспект формування життєвої стратегії здоров'я в майбутнього вчителя фізичного виховання особливо актуалізується в

---

зв'язку з тим, що цей процес має бути спрямованим на регуляцію здоров'ятворчої поведінки студентів у навчально-професійній взаємодії та в педагогічній діяльності для досягнення гармонії тіла й духу і її трансляції школярам.

Проблема формування, збереження й зміцнення здоров'я особистості привертає увагу дедалі більшої кількості учених світу. Проте, незважаючи на деякі наукові напрацювання філософів (А. Бусол, М. Сараф, В. Спартін), медиків (А. Будза, А. Копитін, Ю. Шимкявічюс), валеологів (І. Брехман, О. Кучерук, В. Петленко), психологів (О. Васильєва, С. Грофф, Ф. Філатов) і педагогів (А. Федь, О. Федій, А. Цось), естетичний контекст життєвої стратегії естетики здоров'я майбутнього вчителя фізичного виховання залишається недостатньо глибоко дослідженим, зокрема, бракує теоретичних розробок та належного наукового обґрунтування структури, критеріїв та показників цього складного явища.

Мета статті – обґрунтувати структурні компоненти, критерії та показники життєвої стратегії естетики здоров'я майбутнього вчителя фізичного виховання.

Поняття життєвої стратегії переплітається з такими психологічними категоріями, як шляхи, сценарії, перспективи, плани й варіанти для позначення структури буття людини в часі. За своїм змістом цей денотат можна подавати у формі уявлення, схеми, фрейму, сценарію, конструкту, інсайту, гештальту. У семантичному локусі цих термінологем поняття краси здоров'я в загальному розумінні позначає естетичний смисл цього духовно-тілесного явища з його внутрішніми й зовнішніми якостями, що викликають у людській свідомості насолоду й моральне задоволення. Відтак, є підстави розрізняти життєву стратегію естетики здоров'я за предметом його зовнішньої (тілесної) і внутрішньої (духовної) краси, що позначається інтенцією бути привабливим і налагоджувати гарні взаємини, надаючи душевну насолоду собі й іншим особам.

У психологічному аспекті здоров'я також актуальною є його естетична домінанта, адже прагнення людини підтримати психічну рівновагу свого організму із середовищем, бути зовні виразною й внутрішньо цілісною шляхом самозахисту себе від емоційних та інформаційних перенавантажень постає провідним чинником життєдіяльності у всіх її сферах.

У професійному контексті життєдіяльності вчителя фізичного виховання стратегія естетики здоров'я, на наш погляд, складається з мотиваційно-ціннісного, когнітивно-організаційного та діяльнісно-регулятивного компонентів.

Щодо *мотиваційно-ціннісного компонента*, то, беззаперечно, важливою антропологічною подією в розгортанні сценарію життя кожної людини постає творення його цілісної довершеності, що відбувається на стадії цілепокладання, тобто визначення ключової життєвої мети – сформувати в інших осіб приємне враження про свою зовнішність та особистісні якості з позицій повноцінної й здорової людини. У

---

професійному контексті це особливо актуалізується у вчителя фізичного виховання, котрий зобов'язує себе завдяки самопрезентації ефективно здійснити педагогічні впливи на вихованців.

Самопрезентація – це короткочасний, специфічно вмотивований та організований процес представлення інформації про себе у вербальній і невербальній формах [3, с. 317–318]. В естетичному полі здоров'я можна виокремити принаймні два типи самопрезентації вчителя фізичного виховання: 1) стратегічна (іміджева), спрямована на створення перспективного образу тілесно, духовно й інтелектуально розвиненого педагога-фахівця, здатного активно формувати гармонійну особистість учня; 2) ситуативна (локальна), націлена на створення певного естетичного враження під час педагогічного впливу на учнів або в процесі демонстрування фізичних вправ, розминок для унаслідування ними рухових алгоритмів.

З погляду соціальної перцепції сильне враження в дітей і дорослих від сприйняття професійного образу вчителя фізичного виховання виникає унаслідок естетичної виразності його зовнішності та її аналогії згідно з історично сформованим еталонам здоров'я, що в гендерному аспекті відповідають ідеалам краси здорового тіла чоловіка й жінки. Такий процес завжди має цільовий характер, який полягає в прагненні однієї людини правильно зрозуміти мотивацію самопрезентації іншої особи й на цій підставі усвідомити спрямованість їх спільної діяльності. Це відбувається в три етапи: формування першого враження про людину, отримання й аналіз додаткової інформації, а також формулювання певних висновків про неї. При цьому люди, як правило, користуються двома джерелами інформації: зовнішніми даними й експресією поведінки. Саме ці відомості формують у свідомості реципієнта естетичний образ здоров'я людини. У локусі прекрасного зазвичай виявляється шовковисте й натуральне забарвлення волосся, радісний відблиск очей, гладенька шкіра, виразна міміка й адекватна жестикуляція, красномовство, помірна рухливість, струнка постава. Протилежні риси свідчать про хворобливий стан організму й навіть указують на шкідливі звички людини, наприклад, наркоманію, алкоголізм, тютюнопаління, переїдання, зловживання медичними препаратами тощо.

Стратегія естетичної самопрезентації здоров'я вчителя фізичного виховання може містити низку окремих тактик, тобто прийомів створення бажаного образу, наприклад: інграціяції (бажання здаватися фізично привабливим); адонізації (красування для підкреслення своєї зовнішності); самопросування (підтвердження професійної компетентності); зразковості (прагнення здаватися фізично, морально, психічно й інтелектуально бездоганним); асоціювання (ідентифікація себе з видатними спортсменами або спортивними педагогами); залякування (демонстрація влади й сили); самознищення (показ своїх слабостей, аби одержувати підтримку і допомогу).

Щоб виконати функцію самопрезентації, майбутній учитель

---

фізичного виховання має бути зорієнтованим на індивідуальні естетичні цінності здоров'я, що складають одну з важливих ланок структури його особистості й водночас є критерієм сформованості життєвої стратегії.

Традиційно розрізняють життєві (здоров'я, радість, життя), культурні (матеріальні, соціально-політичні, духовні) і естетичні (краса, насолода, очищення) цінності. Згідно із цим, розгортаючи естетико-аксіологічну ідею здорової людини й соціуму, відомий мислитель сучасної Росії А. Субетто переконаний, що здоров'я й гармонія є до певної міри тотожними категоріями, що дають змогу глибше оцінити зв'язок здоров'я людини, глобального здоров'я людства, гармонії, краси й творчості в ноосферному суспільстві [12]. Це узгоджується з позицією видатного російського філософа й письменника Ф. Достоевського про те, що краса є вираженням здоров'я й вищого розвитку.

Трактуючи індивідуальні цінності з позиції особових рис глибинного рівня, американський психолог минулого століття Р. Олпорт звертає увагу на цінність форми й гармонії, що в аспекті життєвої стратегії людини виявляється в зацікавленому сприйнятті здоров'я з погляду його привабливості й джерела насолоди. У класифікації основних ціннісних орієнтацій учений виокремлює естетичну аксіосферу здоров'я. На це також звертає увагу американський психолог того часу А. Маслоу, розглядаючи вищі цінності як свого роду детермінанти здорового й повноцінного розвитку індивіда. Інший сучасник і співвітчизник А. Маслоу Д. Роджерс аксіологічний аспект здоров'я уявляв у формі динамічної моделі «повноцінно функціонуючої людини, яка постійно перебуває в процесі всебічної самоактуалізації» [8, с. 233–251].

Узявши до уваги ці аспекти ціннісного орієнтування, є підстави констатувати, що мотивація на гармонію в конструюванні власної життєвої стратегії є тією спонукальною силою, яка здійснюється в умовах ідентифікації певним еталоном краси здорової людини. Для майбутнього вчителя фізичного виховання цей процес має особливу значущість, оскільки прагнення дотримуватися певного соціокультурного зразка естетики здоров'я набуває статусу смислоутворювальної функції й стає серйозним підґрунтям для організації професійної діяльності.

У публікації російського дослідника проблеми естетики здорового способу життя С. Мальцевої виокремлено три рівні культури тілесності: зразок, мода й еталон. Автор статті правомірно вважає, що першим ступенем сходження до гармонії тілесності й духовності є зразок як вища цінність і досконалий стан здорової людини; другим – мода як панування певного стилю або способу в конкретній сфері життя; третій – еталон як міра, ідеал, який слугує зразком для відтворення найвищого гармонійного стану здорової людини [4]. У цій позиції простежується певна аналогія в ієрархії таких мотиваційно-ціннісних критеріїв стратегії естетики здоров'я майбутнього вчителя фізичного виховання, як: прагнення до естетичної самопрезентації здоров'я – це зразок; спрямованість на цінності його краси – мода; прагнення дотримуватися певного ідеалу естетики здоров'я –

---

еталон. Як бачимо, зразок перебуває на вершині мотивації в естетосфері здоров'я. Проте в контексті різноманітності соціокультурних еталонів здоров'я зріла особистість стикається з дилемою вибору з урахуванням процесу ідентифікації власної тілесності, закладеної на генетичному, етнічному й гендерному рівнях.

Пройшовши стадію вибору, людина формує мотивацію досягнення обраного еталону естетики здоров'я. У цьому процесі плідним є атрибутивний підхід, у якому акцентується увага на те, як людина усвідомлює, що саме відбувається з нею за допомогою пошуку зв'язку із власними спроможностями. Інтерпретація індивідом своїх успіхів і невдач може бути різною. Людина з високою мотивацією досягнення в разі успіху керується переконанням «Я здатний», а в разі невдачі – «Я не постарався або я втомився». Для низької мотивації досягнення характерна позиція «Я не здатний» або «Мені заважають обставини». Відтак, слід розрізняти песимістичну (передбачення неблагоприятних чинників), оптимістичну (надія на краще) і очікувальну (досягнення успіху, ідеалу) види казуальної атрибуції.

Як бачимо, окреслені критерії мотиваційно-ціннісного компонента життєвої стратегії естетики здоров'я майбутнього вчителя фізичного виховання тісно переплітаються з вимірами її *когнітивно-організаційного складника*, до яких ми зараховуємо: усвідомлення естетичної сутності здоров'я, знання методології його розвитку та самопрограмування естетичної цілісності здорового організму.

Вибір критерію усвідомленості естетичної сутності здоров'я обґрунтовується когнітивними процесами в структурі особистості. Як зазначає Е. Фромм, здоров'я базується на переживанні свого Я, усвідомленні реальності поза нами й у нас самих, тобто розвитку об'єктивності й розуму [15, с. 188]. На це також звертав свою увагу американський психолог Р. Олпорт. Розуміючи здорову особистість як цілісну й досконалу психофізичну систему, учений наголошує на єдності в ній елементів розуму й тіла, тобто «пропріуму» – позитивна, творча й прагнуча до зростання властивість людської природи, призначення якої полягає в «самозбагаченні». Він виокремив такі пропріотичні функції здорової особистості, як відчуття власного тіла, самоідентичність, самоповага, самозбагачення, самообраз, раціональне управління самим собою та постановка й досягнення перспективних цілей у процесі самовдосконалення [16, с. 283–285]. На наш погляд, ці функції можна визнати головною умовою естетичного розвитку здоров'я особистості. Проте не менш важливим є й критерій здоров'я А. Маслоу щодо повноти актуалізації можливостей людини. Психолог переконливо стверджував, що особи, котрі досягли вершин самоактуалізації, можуть розцінюватися як еталони здоров'я [5, с. 8]. «Люди з високим рівнем самоактуалізації – найздоровіші в психологічному сенсі люди – мають дуже високі показники розвинених когнітивних і перцептивних здібностей» [5, с. 19]. Тобто йдеться про знання механізмів повноцінного розвитку й емоційного

---

ставлення до здоров'я або «когнітивний простір», який відображає особливості пізнавальних процесів людини в галузі досягнення фізичної й духовної краси.

Отже, збагачення фонду естетичних знань про своє здоров'я ґрунтується на постійних потоках інформації, яка здатна координувати гармонійний розвиток людини. У системах, що самоорганізуються, інформація може виступати причиною зміни в її субстраті й структурі, слугувати чинником управління. Більше того, до найважливіших властивостей інформації належить здатність керувати фізичними, хімічними, біологічними й соціальними процесами. Саме з цих позицій критерій знання естетичного розвитку здоров'я ми використовуємо як: здатність людини відтворити у власній свідомості основні ознаки зовнішньої й внутрішньої краси свого організму; позначення гносеологічного образу досконалості власного здоров'я у формі сприйняття, уяви, поняття або концепту; спосіб гносеологічного зв'язку людини з естетичною дійсністю.

У контексті розвитку суб'єкта здоров'я важливо також відзначити самооцінювання з позиції об'єктивності естетичної думки про параметри здоров'я (естетично позитивне, негативне, нейтральне й т. ін.), що, з кута зору акмеології, допомагає просунутися до вершини краси здоров'я, визначаючи індивідуальну стратегію в її досягненні, тобто самопрограмування естетичної цілісності здорового організму.

За твердженням Р. Мира, «самопрограмування» – термін, запозичений із технічних дисциплін для пояснення сутності множини дій фізичного й психічного порядку щодо самого себе, здійснюваних з метою вдосконалення [7]. Автор навчального посібника по психології здоров'я М. Секач вважає, що протягом життя людина засвоює різні норми й цінності (погано – добре, красиво – потворно, справедливо – несправедливо, гідно – принизливо тощо). На його думку, це і є самопрограмуванням. Особливу увагу вчений звертає на процес зміни уявлень про себе для випередження реальних змін щодо власної зовнішності й стану здоров'я [10, с. 164–168]. У цьому процесі важливе місце посідає естетичний аспект цілісності здоров'я, розуміння якого може ґрунтуватися на концепції салютогенезу (з лат. *salus* – здоров'я, добре самопочуття, щастя й *genesis* – творіння, походження). Наріжним каменем цієї концепції є питання щодо отримання знань про те, яким чином організм людини може залишатися в здоровому стані, як зміцнити себе настільки, аби негативні зовнішні й внутрішні фактори давали поштовх естетичному розвитку.

Салютогенетичний підхід до стратегії здоров'язбереження властивий американо-ізраїльському медичному соціологові А. Антоновському. Учений вважає, що когеренція (зв'язність, послідовність доказів, аргументів) – це головне щодо переміщення себе по лінії в напрямі до вершини здоров'я, яку слід розглядати як деякий континуум, тобто його неперервність, неподільність, нерозчленованість. Така цілісність

---

ґрунтується на принципах: подолання конфліктних ситуацій, зокрема, хвороб (у тілесних сфері); відчуття взаємозв'язку всього, що відбувається (у душевній сфері); резієнтності – духовної міцності, пружності, яка виникає завдяки довірі до просування й сенсу людського розвитку [17].

З позиції синергетичної парадигми, здоров'я – це узгодженість і цілісність усіх функційних систем організму, забезпечити які здатна лише самоорганізована особистість. Тому в структурі стратегії естетики здоров'я майбутнього вчителя фізичного виховання доцільно виокремити *діяльнісно-регулятивний компонент*, що позначається критеріями вибору певного еталону, естетичної самореалізації здоров'я та використанням естетотерапії.

Загально визнано, що люди схильні повторювати ті стереотипи поведінки, які дають задоволення. Тому часто уникають учинків, що є наслідками неприємності. Але, на жаль, руйнівні для здоров'я дії на короткий проміжок часу викликають приємні відчуття. Саме з цим пов'язаний вибір того чи того еталону естетики здоров'я для його успадкування, оскільки це важливо для опосередкованого оцінювання подій, пошуку аналогу відтворення смислу життя, якому слугує ситуація «захопленого наслідування», коли конкретна людина стає прикладом завершеного гештальту краси, що виконує функцію «міри» для зіставлення. Р. Мейлі вважає, що такий еталон або ідеальний образ постає в якості більш або менш прийняттого замітника інстанції «зверх-Я» [6]. Однак часто «ідеальне Я» пов'язане з засвоєнням норм здоров'я конструктивної поведінки, що супроводжується деякою ідеалізацією обраного еталону естетики здоров'я, тобто завищення його рівня до невідповідного реальним спроможностям конкретної людини. Такий еталон може мати риси стереотипу, тобто характеризуватися спрощеністю, схематизмом. На противагу цьому внаслідок творчого акту осмислення суб'єктом свого життєвого шляху, діяльнісних можливостей подій виникають індивідуалізовані взірці. У процесі такого синтезу формується відчуття власної ідентичності на терені самооцінювання протиріч між ідеальним (еталон) і реальним компонентами естетичного образу власного здоров'я. При цьому висока міра співпадання вважається показником досягнення обраного еталону. Саме від неї залежить випадковість, обумовленість і виваженість вибору.

Загально визнано, що людина тоді активно залучається до діяльності, коли сприймає її не як нав'язану, а як значущу й цікаву, вибрану нею самою. У цьому процесі особливе місце посідає естетична самореалізація здоров'я – шлях до свободи й до справжніх задовольень. Вона стає необхідною на тлі помилок, згубних звичок на фоні будь-якого роду деформацій. Однак різниця між самореалізацією й свободою виявляється при аналізі змісту вибору: він може бути істинним або хибним.

Справжня свобода, постаючи основою естетичної самореалізації здоров'я особистості, передбачає і її відповідальність за вчинки. Адже за австрійським філософом і психіатром В. Франклом, свобода, якщо вона не

---

проживається під кутом зору відповідальності, може вилитися в просте свавілля [14]. Тому специфіка відповідальності в локусі естетичної самореалізації здоров'я полягає в готовності зробити правильний вибір здорового способу життя й неухильно дотримуватися його норм, досягати таких результатів здоров'ятворчості, якими б милувалися інші особи. Із цим міцно пов'язана оздоровча самореалізація, спрямована на внутрішнє й зовнішнє відтворення краси здоров'я. Адже, як зазначає С. Рубінштейн, включення тіла в особистість ґрунтується на взаємовідносинах між фізичною й духовною сторонами людини на основі їх єдності й внутрішнього взаємозв'язку [9, с. 242]. З цього випливає, що по суті неможливо відокремити психічне здоров'я від фізичного й духовного, оскільки загалом воно утворює своєрідний психосоматичний модус людини як фізичного тіла, організму й особистості.

Отже, є підстави розрізняти езотеричну (з грецьк. *esoterikos* – внутрішній) та екзотеричну (з грецьк. *exoterikos* – зовнішній) види самореалізації. Мета езотеричної самоорганізації – самозміна, самовдосконалення й самотворчість всередині себе (психічне й духовне здоров'я); зовнішньої – формування краси тілесного образу здорової людини на суб'єктивному й об'єктивному рівнях. За мірою досягнення поставленої мети обидва типи самореалізації, на нашу думку, своїми параметрами можуть бути невдалими, достатньо продуктивними й ідеальними («акме» – досягнення вершини).

Результати здоров'ятворчої самореалізації залежать від естетотерапевтичних умінь, пов'язаних з подоланням внутрішньої й зовнішньої дисгармонії. У руслі теорії зверхкомпенсації А. Адлера, що ґрунтується на здатності людини здолати відчуття своє неповноцінності шляхом актуалізації своїх творчих потенцій [1], такі вміння полягають у застосуванні художніх явищ для психофізіологічного впливу на себе, оскільки створення, сприйняття й переживання прекрасного викликає почуття любові, радості, відчуття свободи. На цьому наголошено в колективній науковій праці «Сучасні концепції естетичного виховання: теорія й практика» за редакцією Н. Кияценка: «Сприйняття краси організовує внутрішній світ людини, створює порядок у її душі, породжує відчуття й емоції переважно позитивного характеру, роблячи доступними гармонії, що лежать в основі світу, але недосяжні іншими способами сприйняття й розуміння» [11, с. 243]. «Здатність естетичного досвіду поєднувати напругу реальної життєвості з гармонією людського «я» дає змогу людині в найскладніших умовах зберегти здоров'я [11, с. 245]. Саме це, на переконання авторів книги, стає основою естетотерапії.

Естетотерапія – поняття, що поєднує два складники: «естетичне» (з грецьк. *aisthetikos* – чуттєвий) та «терапія» (з грецьк. *therapeia* – лікування). Це – природна система інтегративної терапії, яка передбачає лікування звуком, природою, рухом, драмою, малюнком, кольором, спілкуванням тощо й несе в собі приховані інструкції збереження цілісності людської

---



особистості, її духовного ядра. Сучасна вітчизняна дослідниця О. Федій виокремлює такі функції естетотерапії, як катарсична, саногенна, гармоніювальна, творчо-стимулювальна, активізуєчно-пізнавальна, соматерапевтична, духовно-збагачувальна [13, с. 381–382]. Окрім цих функцій, можна виокремити й антропотехнологічну функцію рухових дій в естетотерапії, що за концепцією російського науковця в галузі фізичної культури С. Дмитрієва, полягає в «здатності конструювати, удосконалювати кататимно-емоційну сферу особи (експресивний відгук у душі – естетичний катарсис), інтелектуальну сферу людини (здатності мислити й діяти), тілопсихічну сферу суб'єкта рухової дії («ментально-тілесна свідомість»)). Дослідник особливо акцентує на важливості смислової конгруентності (від *congruentis* – відповідний, співпадаючий) – збіг того, що розуміється людиною вербально з мовою тіла («образ тіла», «тілесне Я») і структурами (механізмами) тілосвідомості (метафоризація свідомості, семантична ідеомоторика, імаготерапія). Автор вважає, що тілесно-смислова конгруентність – це вторгнення «художньо-естетичних переживань» в понятійно-рухову сферу; засобів «чуттєвості» – у сферу смислової організації дії; емоцій і творчої уяви – у сферу інтелекту [2, с. 65].

Отже, функціональний спектр естетотерапії надзвичайно широкий і залежить від сформованості вмінь самооздоровлення, які ми диференціюємо на маніпулятивні, імперативні (директивні) і розвивальні.

Структура життєвої стратегії естетики здоров'я майбутнього вчителя фізичного виховання складається з мотиваційно-ціннісного, когнітивно-організаційного та діяльнісно-регулятивного компонентів. Перший складник позначений критеріями прагнення до естетичної самопрезентації здоров'я (показники частоти вияву – рідкісне, ситуативне, постійне) зорієнтованості на цінності краси здоров'я (за параметрами повноти – поодинокі, вибіркова, цілковита) та мотивації досягнення еталону естетики здоров'я (за атрибутами песимізму, оптимізму й успіху). Мірилами другого складника є усвідомлення естетичної сутності здоров'я (за глибиною вияву – поверхнєве, неглибоке, глибоке), знання естетичного розвитку здоров'я (за параметрами якості – збіднені, розгорнені, збагачені), самопрограмування естетичної цілісності здоров'я (за показниками типовості – спонтанне, коригувальне, конструктивне). У діяльнісно-регуляторному компоненті виокремлено критерії вибору еталона естетики здоров'я (за показниками доцільності – випадковий, зумовлений, виважений), естетичної самореалізації здоров'я (за успішністю – невдалою, продуктивною, «акме») та естетотерапевтичних умінь (маніпулятивних, імперативних, розвивальних).

Перспектива подальших досліджень полягає у використанні запропонованої структури, критеріїв та показників життєвої стратегії естетики здоров'я для діагностики та розроблення педагогічної системи її формування в студентів – майбутніх учителів фізичного виховання.

---

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Адлер А. Смысл жизни / А. Адлер // Философские науки. – № 1. – 1998. – С. 15–26.
  2. Дмитриев С. В. Эстетотерапия и артпластика в технологиях преподавания оздоровительной и адаптивной физической культуры / С. В. Дмитриев, Е. М. Каулина, Е. Н. Фомичева // Проблемы и перспективы развития физической культуры в России и странах ближнего зарубежья : сборник научных статей / под ред. В. Л. Крайника, П. Г. Воронцова. – Барнаул : АлтГПА, 2010. – С. 64–66.
  3. Куницына В. Н. Межличностное общение / В. Н. Куницына, Н. В. Казаринова, В. М. Погольша. – СПб. : ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2003. – 320 с.
  4. Мальцева В. В. Гармония телесности и духовности как условие здорового образа жизни [Электронный ресурс] / В. В. Мальцева. – Режим доступа : <http://www.nauteh-journal.ru>.
  5. Маслоу А. Дальние пределы человеческой психики / А. Маслоу. – СПб.: Евразия, 2006. – 430 с.
  6. Мейли Р. Структура личности / Р. Мейли // Экспериментальная психология / под ред. П. Фресса, Ж. Пиаже. – М., 1975. – С. 196–283.
  7. Мир Г. Исцеление духа и тела. Духовное преодоление неизлечимого [Электронный ресурс] / Геннадий Мир. – Режим доступа : <http://genmir.ru>.
  8. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / Карл Роджерс. – М. : Издательская группа «Прогресс», Универс, 1994. – 480 с.
  9. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии : в 2 т. / С. Л. Рубинштейн. – М. : Педагогика, 1989. – Т. 2. – 328 с.
  10. Секач М. Ф. Психология здоровья : учебное пособие для высшей школы / М. Ф. Секач. – М. : Академический проект, 2003. – 192 с.
  11. Современные концепции эстетического воспитания: теория и практика / за ред. Н. И. Киященко. – М. : ИФРАН, 1998. – 302 с.
  12. Субетто А. И. Творчество, жизнь, здоровье и гармония (Этюды креативной онтологии) / А. И. Субетто. – М. : Логос, 1992. – 204 с.
  13. Федій О. А. Функціонально-процесуальні засади естетотерапевтичної компетентності сучасного педагога / О. А. Федій // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. – № 1(11). – 2011. – С. 380–389.
  14. Франкл В. Э. Психотерапия на практике / В. Э. Франкл. – СПб : Речь, 2000. – 256 с.
  15. Фромм Э. Мужчина и женщина / Э. Фромм. – М. : АСТ, 1998. – 512 с.
  16. Allport G. W. Pattern and growth of personality / G. W. Allport. – N.Y. : Holt, Rinehart and Winston, 1961. – 593 p.
  17. Antonovsky A. Health, Stress and Coping / A. Antonovsky. – San Francisco : Jossey-Bass, 1979. – 225 p.
-