

УДК.378.037.1

Жуков В. О.

ЗДОРОВ'Я ВИКЛАДАЧА ЯК ГУМАНІТАРНА СКЛАДОВА ЕФЕКТИВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

У статті аналізується проблема здоров'я викладачів НаУКМА як гуманітарна цінність у контексті педагогічного процесу.

Сучасна парадигма трансформації системи національної освіти в Україні базується на фундаментальних загальнолюдських гуманістичних засадах, пов'язаних зі всебічним гармонійним розвитком особистості.

Процес навчання передбачає гармонійне поєднання духовного, інтелектуального і фізичного розвитку людини, формує здатність її до саморозвитку, стимулюючи усвідомлення важливості підвищення рівня здоров'я.

Реалізація власних інтелектуальних, творчих і фізичних можливостей прямо залежить від рівня здоров'я з урахуванням закономірних вимог зовнішнього середовища.

Головним чинником підвищення рівня здоров'я студентів і викладачів є фізкультурно-спортивна діяльність у поєднанні зі здоровим способом життя. Але переважна більшість студентів і викладачів визнають недостатність знань з основ гігієни, медицини та фізичної культури. Частіше домінує декларативне проголошення позитивного ставлення до занять фізичними вправами, а не практична реалізація власних устремлень та бажань щодо поліпшення здоров'я паралельно з природно закладеною програмою життя. На жаль, глядацька активність відносно фізичної культури і спорту домінує над руховою

Дефіцит гуманітарних цінностей в українському сучасному суспільстві негативно впливає на формування фізичної культури особистості, зужує діапазон рухових можливостей. Зазначена тенденція яскраво свідчить про ослаблення зв'язків фізичної культури з іншими галузями культури. Поновлення втрачених зв'язків у системі освіти залежить від конкретної організації процесу навчання як умови просування викладача та студента ієрархією цінностей [3; 5].

Здоров'я викладачів, так само як і студентів, це гуманітарна цінність, яка не може розглядатися поза зв'язками з іншими компонентами освіти: адміністративно-правовими, змістовно-організаційними, соціально-економічними, матеріально-технічними та ін.

Головна мета педагога - формування здорової людини, яка зможе за допомогою набутих знань і умінь реалізувати інтелектуальний і фізичний потенціал. Для її досягнення педагог сам повинен мати достатньо високий рівень здоров'я. І це стосується не лише викладачів кафедри фізичного виховання, а кожного педагога навчального закладу. Флеш-імідж сучасного педагога відіграє не менш важливу роль у навчальному процесі, ніж глибокі знання та вміння їх донести до розуму і серця студента.

У рамках дослідження проблеми «здоров'я викладача - гуманітарна цінність» нами була розроблена соціологічна анкета, яка складалася з 15 запитань, спрямованих на визначення суб'єктивної оцінки стану здоров'я та чинників, що впливають на нього.

За результатами проведеного соціологічного дослідження, у якому взяв участь 131 викладач НаУКМА, було встановлено, що лише 60 % респондентів вважають себе практично здоровими людьми, а задоволені своїм теперішнім фізичним станом 39 %. Крім того, 49 % викладачів мають хронічні захворювання. Періодично 1-2 рази на рік хворіють 63 % респондентів, 3 - 4 рази - 20 %, а 5 разів і більше хворіють 5 % викладачів. Відчувають втому наприкінці робочого дня 71 %, протягом робочого дня - 17 % респондентів.

Більшість педагогів усвідомлюють, що низький рівень власного здоров'я негативно впливає

на педагогічний процес, що призводить до неадекватних психологічних реакцій: близько 27 % респондентів відчувають апатію, 7 % перебувають на межі емоційного зриву, а для 21 % характерне роздратування.

Доцільно проаналізувати і головні чинники в житті викладача, що впливають на його власне здоров'я. На думку респондентів, великою мірою сприяють зміцненню здоров'я такі фактори (іноді до одного приєднують два і більше):

- здоровий сон - 46 %;
- заняття фізичними вправами — 36 %;
- повноцінне харчування - 23 %;
- оптимальна організація робочого дня - 20 %;
- прогулянки на свіжому повітрі — 16 %;
- якісне медичне обслуговування - 8 %.

Фізичною культурою і спортом у студентські роки займалися 62 % респондентів, а нині продовжують займатись лише 40 %. Активно відпочивають (фізична робота, заняття різними формами фізичної культури та видами спорту) 63 % викладачів. Приємно відзначити, що 85 % респондентів не палять. Педагоги усвідомлюють значимість наведених факторів для власного здоров'я, але при цьому визнають, що повною мірою їх не використовують.

Аналіз результатів анкетування свідчить про те, що викладачі, сіючи розумне й вічне, відчувають негативний вплив негараздів власного здоров'я і тому не можуть приділити належної уваги популяризації здорового способу життя серед студентів.

Сучасне життя яскраво демонструє, що флеш-імідж майбутнього спеціаліста і, відповідно, кар'єрний успіх, формуються на засадах гармонійного поєднання фахової підготовки з міцним здоров'ям і належним фізичним станом. Тому кожен викладач як наставник студента повинен планувати і застосовувати педагогічні засоби, необхідні не тільки для формування професійних знань і умінь, але й для того, щоб стимулювати студентів до вибору здорового способу життя, до постійного професійного та фізичного самовдосконалення. Крім того, викладачеві слід піклуватися про власне здоров'я, вважаючи його головним чинником ефективної професійної діяльності у соціокультурному просторі навчального закладу.

1. Виїєнський М. Я. Студент как субъект физической культуры // Теория и практика физ. к-ры. - 1999. - № 10. - С. 2-5.
2. Ерофеева Т. М. Физическая культура в учебном процессе вуза // Физ. культура: воспитание, образование, тренировка - М., 1995. - С. 27-35.
3. Пенатьев А. С. Теоретико-методологические аспекты

физической культуры студентов. - Воронеж, 1999.

4. Магльований А. М., Софронова Г. Б. Працездатність студентів: оцінка, корекція, управління. - Львів, 1997. - С. 126.
5. Розов Я. С. Философия гуманитарного образования: ценностные основания и концепция базового гуманитарного образования в высшей школе / Новосибир. гос. ун-т. М., 1993.

V. Zhukov

THE TEACHER'S HEALTH AS THE HUMANITARIAN COMPONENT IN THE CONTEXT OF THE EFFICIENT PROFESSIONAL ACTIVITY

This article analyzes health problem of the NaUKMA teachers in the context of pedagogical process.