

VĚDECKÉ, PEDAGOGICKÉ A PRAKTICKÉ ASPEKTY ROZVOJE VALEOLOGIE NA UKRAJINĚ

Maria GONČARENKO

Abstrakt: Příspěvek přibližuje situaci v péči o zdraví na Ukrajině, začleňuje valeologii do systému vzdělávání učitelů. Autorka popisuje představu katedry valeologie o struktuře valeologického vzdělávání (bakalář-specialista-magistr) a do vzdělávání zahrnuje i představitele městských zastupitelství. Ve článku Státní univerzita V. N. Karazina v Charkově, katedra valeologie, navrhuje: studium a specializaci učitelů zdravotní výchovy v těchto formách výuky: druhý stupeň univerzitního vzdělání na úrovni magistra (pedagog-valeolog); kurzy pro zvyšování kvalifikace (na univerzitách a na školách); mistrovské kurzy, školení informující o nových valeologických technikách v rámci mezinárodních valeologických konferencí

Klíčová slova: valeologie, péče o zdraví, systém vzdělávání v oblasti péče o zdraví, struktura valeologického vzdělávání, obsah valeologického vzdělávání, valeologické zdravotní diagnostika, specializace učitelů zdravotní výchovy, duchovní zdraví

Zdravotnická výuka během vývoje na Ukrajině za posledních 15 let prodělala důležitou transformaci. Zhoršení zdravotního stavu a zvýšení úmrtnosti způsobilo, že si společnost začala být vědoma nutnosti vytvoření individuální kultury péče o zdraví a odpovědnosti za vlastní zdravotní stav v rámci systému školského vzdělávání.

Vlastnosti hmotného světa jsou založeny na interakci mezi hmotou a energií, kterou popisuje **Einsteinův zákon – $E = mc^2$** .

Vědecká zkoumání v oblasti fyziky, neurobiologie a fyziologie vedla k vytvoření nového názoru na energii a strukturu přenosu informací v lidském těle.

Koncepce strukturního uspořádání lidského těla

Starověké etnické koncepce	Etoterická doktrína	Moderní filozofické a valeologické koncepce
3. Duch	7. Atmanické tělo (duchovní)	Duchovnost
	6. Buddhistické tělo (duchovní)	Hodnoty
2. Duše	5. Příčinné tělo (duchovní intuice)	Stvoření, příjemnost
	4. Duchovní tělo	Intelekt
1. Tělo	3. Astrální tělo	Emoce
	2. Éterické tělo	Imunitní systém, bioenergie
	1. Hmotné tělo	Hmotné tělo

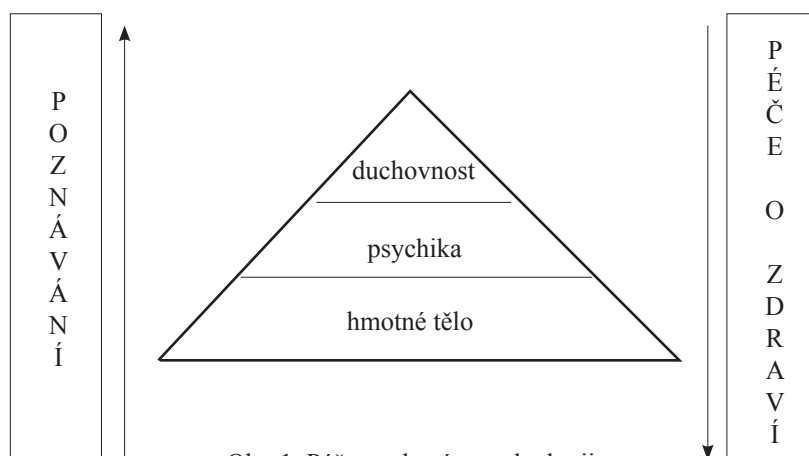
Člověk je harmonická struktura, spojení ducha, duše a těla (energie, informací a hmoty). Nový postoj ke struktuře lidského těla je základem technik péče o zdraví.

Zdraví je proces interakce mezi duchovními, psychickými a fyzickými složkami zdraví.

Seriózní výzkum v oblasti teoretické valeologie, který vedl ke vzniku valeologie pedagogické, umožnil formulování valeologických zásad na základě přístupů:

- holistického (integrita);
- systematického;
- holografického;
- hierarchického.

Ve shodě s holistickým přístupem (obr. 1) zahrnutým do valeologie probíhá lidské poznávání sebe sama odshora dolů, stejně jako řízení zdraví lidského těla.



Obr. 1. Péče o zdraví ve valeologii

Tento vědecký výzkum umožnil vytvořit nový světový názor a určil vývoj valeo-
logického přístupu k systému vzdělávání v humanitních oborech na Ukrajině.

Výzkum vyšel ze světových zkušeností a znalostí o zdraví člověka a metodách
jeho udržování (Kanada, SSHA – zdravotní vzdělání). Ukrajinská vláda zavedla systém
vzdělávání v oblasti péče o zdraví podle Boloňského vzdělávacího procesu.

Poté, co se Ukrajina stala součástí jednotné Evropy, pojem *valeologie* začal být
používán jako obecný pojem pro *zdraví člověka*. Součástí ukrajinského vládního pro-
gramu všeobecného vzdělání vytvořeného ministerstvem školství a vědy Ukrajiny je
kurs o „lidském zdraví“.

Výuka „základů péče o zdraví“ je realizována v souladu s přijatými normami
ministerstva školství pro 1.–9. třídu základní školy a zahrnuje všechny konstitutivní
složky zdraví: fyzickou, psychickou, duchovní a sociální. Výuka bere v úvahu zásady
následnosti, kontinuity a významu poskytovaných vědomostí o lidském zdraví pro pre-
venci chorob.

Tuto výuku povinně realizují specializovaní učitelé-valeologové a je vedena
dvoustupňově. Tito specialisté jsou absolventy bakalářského studia v tomto oboru, které
musí povinně absolvovat i členové městských rad.

Podle pokynu Ministerstva školství a vědy Ukrajiny č. 277 ze dne 08.05.2003 je
na seznamu specializací pro přípravu vedoucích kurzů zdravotní výuky uvedeno *0101
Pedagogické vzdělání v oboru valeologie* ve stupních:

- 6.010100 – *bakalář*
- 7.010108 – *specialista*
- 8.010108 – *magistr*

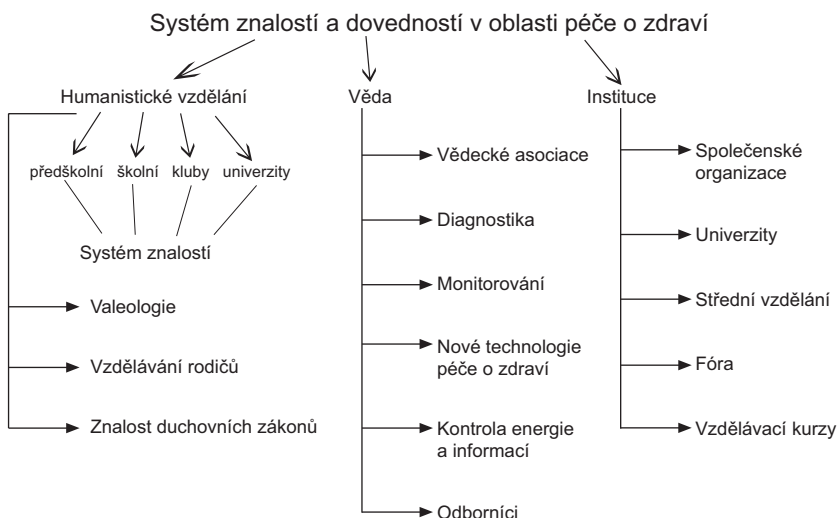
V podobném seznamu pro období 2006-2007 byla uvedena oblast znalostí *Vzdělání
v oblasti fyzické, sportovní a zdraví člověka*:

- 6.010201 – *fyzické vzdělání*
- 6.010202 – *sport*
- 6.010203 – *zdraví člověka*

Výuka na městské radě:

- 8.01020301 *valeologie*
- 8.01020302 *fyzická rehabilitace*
- 8.01020303 *zdatnost a rekreace*

Fyzické zdraví závisí na podmínkách životního prostředí a na přirozených a biologic-
kých rytmech. Duševní zdraví závisí na dodržování morálních zásad. Na tomto základě musí
být struktura humanitního vzdělání založena na vědeckých poznatech v oblasti poznávání
člověka a světa, na znalostech a zavádění duchovních zákonů života pro vytvoření vysoké
úrovně valeologické kultury a na proměně pedagogického procesu ve směru posílení důrazu
na péči o zdraví a seberealizaci lidské osobnosti (obr. 2). Tento proces předpokládá aktivní
a tvůrčí zapojení jak učitelů, tak rodičů i vědců do tvorby nového moderního vzdělání.



Obr. 2. Struktura valeologického vzdělání

Další znalosti o zdraví člověka a zdravém způsobu života jsou poskytovány na univerzitách, kde studenti navštěvují kurzy *Zabezpečení vitálních funkcí*, *Základy zdraví* a *Základy valeologie*. Tyto kurzy jsou zejména určeny studentům pedagogických specializací.

Obsah valeologického vzdělání:

1. Formování nového světového názoru na základě fungování světa.
2. Formování nové představy o složité multidimenzionální holistické struktuře člověka.
3. Pochopení vůdčí úlohy duchovnosti v procesu tvorby lidského zdraví jako odrazu vyšších zákonů vesmíru.
4. Uvědomování si vnitřní harmonie fyzického, psychického a duchovního stavu člověka a rovněž harmonie s přírodním a společenským prostředím.
5. Stanovení priority opatření a odpovědnosti za péči o zdraví během celého lidského života.
6. Výuka nových technologií budování zdraví.
7. Učení se sebeuvědomění, vědomí a aspektu tvoření.

Zapojení vědy a zavádění nových vědeckých objevů do systému znalostí o zdraví člověka a do vzdělávacího procesu má na starosti Ministerstvo školství Ukrajiny společně s mezifakultní výzkumnou laboratoří a katedrou valeologie Státní univerzity V. N. Karazina v Charkově za přispění veřejně prospěšné ukrajinské organizace *Ukrajinská asociace valeologů*. Za účelem představování a rozšiřování znalostí o lidském zdraví a rozvoje kultury zdraví pořádá katedra valeologie každoroční mezinárodní konferenci *Valeologie: moderní stav, směry a vyhlídky vývoje*.

Nové vědecké a praktické poznatky z valeologie vycházejí ve zvláštním vydání vědeckého *Věstniku: Edice Valeologie* Karaziny státní univerzity v Charkově.

Zaměstnanci Státní univerzity Karazina v Charkově během deseti let práce vytvořili různé metodické postupy diagnostického zkoumání duchovních, psychických a fyzických složek zdraví a monitorování zdravotního stavu. Značná pozornost je věnována prostředkům výuky různých valeologických směrů.

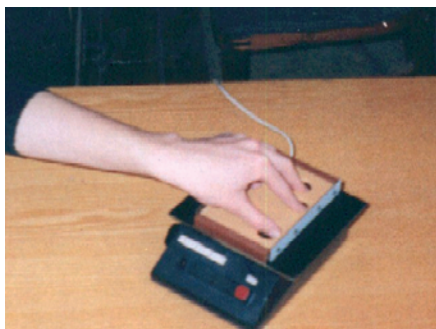
Výstupem z tohoto projektu byla rovněž sada vzdělávacích materiálů „Lidské zdraví“ pro školní knihovny, třídy a kabinetů.

Projektový tým se rovněž zabývá valeologickými sledováním zaručujícím zdraví školních dětí.

Valeologická zdravotní diagnostika

<i>Úroveň tělesné struktury</i>	<i>Metody</i>
Molekulární	Obsah buněk
Buněčná	Zkoumání lidských slin
Orgánová	Určení srdečních rytmů
Systematická	Indexy srdečního, duchovního a nervového systému
Organismus	Biorytmy
Energicko-informační	Aurografie
Psychický stav	Diagnostika rozumových kapacit člověka, poznávací testy
Duchovní stav	Testy

Diagnostika uplatňující Kirlianův efekt



Energicko-informační technologie uplatňující se ve vzdělávacím procesu:

- Kostky s runami
- Kaleidoskop
- Runové ornamenty pro oblast harmonizace ve třídě
- Runové vrstvy na školních lavicích
- Rouna se symboly
- Harmonická zrcadla
- Pracovní sešit pro malování run

- Harmonizace (neutralizace) počítačového vyzářování
- Harmonizace vody runami
- Práce se vzhledem

Zvláštní pozornost je věnována varování před škodlivými návyky a také práci s dětmi s fyzickým nebo duševním handicapem. O této práci budou hovořit ve svých přednáškách zaměstnanci naší katedry. Na Ukrajině našly výsledky této práce široké uplatnění ve školském zdravotním systému, kde se výuka péče o zdraví kombinuje s valeologickým přístupem k pedagogickému procesu. Katedra valeologie zavádí inovační technologie monitorování a posilování zdraví v rámci evropské sítě *Pomoci škol v péči o zdraví* a také ve středisku tvůrčí činnosti dětí a mládeže.

Státní univerzita V. N. Karazina v Charkově, katedra valeologie, navrhuje:

Studia a specializaci učitelů zdravotní výchovy:

- Dosažení druhého stupně univerzitního vzdělání na úrovni magistra (pedagog-valeolog).
- Kurzy pro zvyšování kvalifikace (na univerzitách a na školách).
- Mistrovské kurzy, školení informující o nových valeologických technikách v rámci mezinárodních valeologických konferencí.

Valeologové Státní univerzity V. N. Karabina v Charkově vyvinuli 16 doplňků stravy ratifikovaných ministerstvem zdravotnictví Ukrajiny a doporučených pro dětskou výživu a vlastní 19 patentů na techniky péče o zdraví.

Svědectví o uplatnění	Doplňky stravy
Sezónní péče o zdraví	Bylinný čaj podzimní věnec, zimní ráno, jaro, letní ochlazení, jarní sirupy, podzimní věnec
Varování před přepínáním, doporučení odstraňovat napětí, strach, harmonizovat nervový systém, eliminovat stres, normalizovat fungování centrálního nervového systému	Bylinný čaj sedativ, glycin-valeotonové bonbóny, glycinové tabletky
Varování před alergiemi	bylinný protialergický čaj
Profylaxe v oblasti chorob břišních orgánů	Bylinný čaj žaludeční

Spolupráce a vývoj nových paradigmat během vývoje valeologického přístupu se odrážejí ve vzdělávacím procesu: jedná se především o holistické a humanistické paradigma.

Pokud holistické paradigma klade hlavní důraz na chápání moderního navzájem provázaného světa, ve kterém člověk žije, humanismus je orientován na odhalování

duchovnosti člověka žijícího v moderním neustále se měnícím světě. Humanistické ideály – dobro, krása, pravda a spravedlnost, stejná práva ve vztazích mezi lidmi – se již dávno staly součástí zlatého fondu lidské kultury.

Problém spočívá v uvědomování si humanistických ideálů v moderní masové škole a jejich fungování v dynamicky se měnícím světě se všemi jeho rozpory globálního charakteru, s hrozbou společensko-ekonomické krize, humanizace a odcizení osobnosti a celospolečenského vývoje a pracovní oblasti.

Skutečným úkolem moderního vzdělání není jen rozšiřování zkušenosti humanistického vzdělání, ale také rozvoj jeho koncepcí, pochopení perspektivy teoretických prezentací a nových myšlenek a jejich odrazu v práci učitelů.

Zvláštní pozornost je třeba věnovat rozvoji kvalit a dovedností člověka, které charakterizují rozvoj duchovního a duševního zdraví, jako jsou:

- schopnost duchovní komunikace a spolupráce;
- humanistická orientace na harmonický rozvoj a sebezdokonalování;
- rozvoj charakterových vlastností člověka jednajícího účelně, tvůrčím způsobem a na vysoké morální úrovni,
- rozvoj odpovědného postoje k vlastnímu organismu

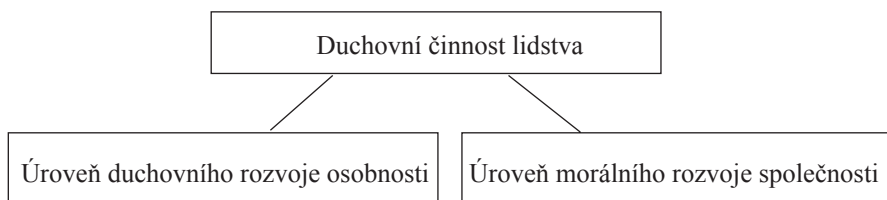
Rozvoj duchovnosti je nutnou součástí dokonalého vzdělávacího procesu.

Cesty duchovního rozvoje lidstva musí zahrnovat:

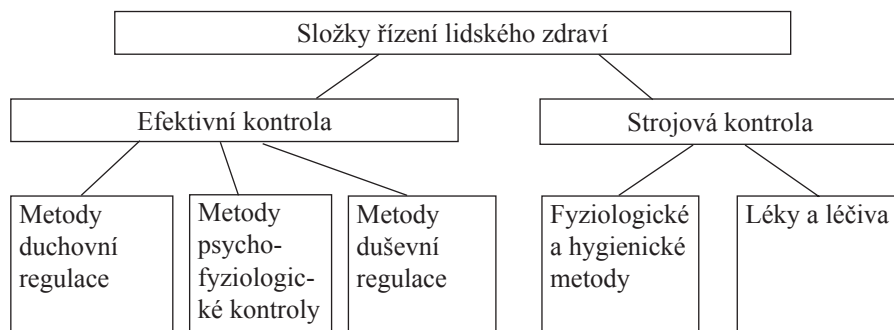
- Převážně duchovní orientaci všech druhů vzdělávání; sebezdokonalování a vlastní rozvoj jsou tvořeny několika po sobě jdoucími fázemi morální transformace vlastní osobnosti.
- Pojem tvorby duchovna zahrnuje sdělování pozitivních myšlenek a jejich spojení s pozitivními činy, moudrostí, vůlí a láskou.

Duchovní zdraví se realizuje

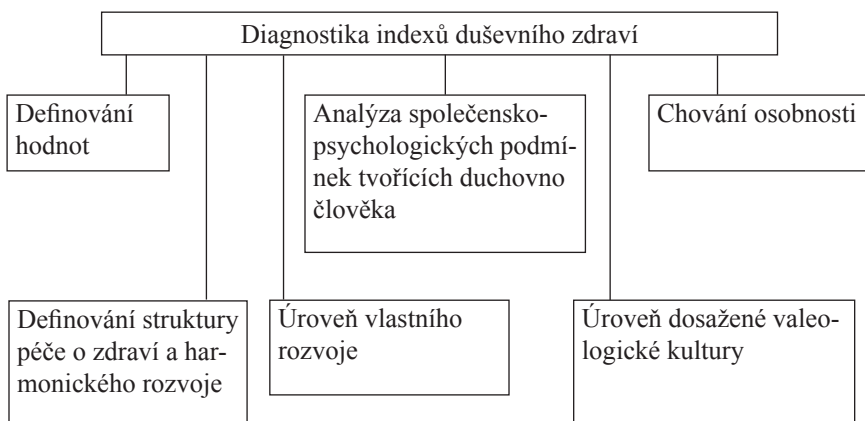
- Vysokou úroveň světového názoru.
- Formulováním životních cílů.
- Formulováním zásad a hodnot.
- Rozvojem intelektuálních schopností prostřednictvím vývoje logického myšlení a chápání věcí, které jsou podmíněny poznáním sebe sama.
- Tvorbou emocionální kultury, kultury chování a svobody svědomí, znalostmi dovedností péče o zdraví a valeologické kultury osobnosti. Duchovní činnost člověka má dvě úrovně: úroveň vlastního rozvoje člověka a úroveň rozvoje společenské morálky. Obr. 3 ukazuje, jak společnost, rodina a lidstvo tvoří valeologickou kulturu každého člověka.



Lidské zdraví je řízeno efektivní kontrolou a strojovou kontrolou.

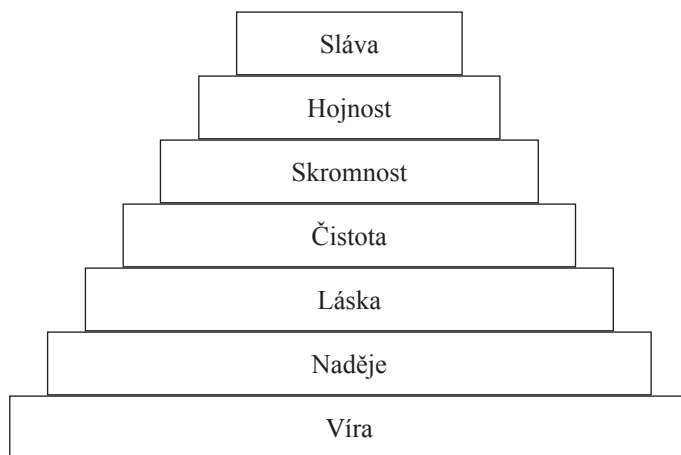


Formování morálních a duchovních kvalit člověka je hlavním cílem vzdělání. Dynamiku tohoto vývoje ukazují další obrázky.



Humanizace vzdělání znamená reformu strategie vzdělávání směrem k vytváření podmínek pro rozvoj schopností studentů.

Tento cíl může být vyjádřen jako vytváření podmínek pro profesní a osobní rozvoj osobnosti. Symbolické větve duchovního rozvoje (katedrála Sv. Sofie v Kyjevě).



Scientific, pedagogical and practical aspects of development valeology in Ukraine

Abstract: This report outlines the current situation of healthcare in Ukraine and places valeology in the system of pedagogical education. The author describes the concept which the Department of Valeology has in terms of the structure in valeologic education (bachelor-expert-Master) and includes the representatives of Municipal Corporation into education too. In the article “State University V. N. Karazina in Charkov”, the Department of Valeology suggests studies and specialization of teachers in the area of health education in the following forms of education: second grade in education in Master degree (pedagogue-valeolog); courses for requalification (universities and schools); master courses, trainings providing information about new valeologic techniques in terms of international valeologic conferences.

Keywords: valeology, healthcare, education system in the area of healthcare, structure of valeologic education, education, content of valeologic education, valeologic health diagnosis, specialization of teachers of health education, mental health