

# МОДУС ЗДОРОВ'Я В ФІЛОСОФСЬКОМУ ДИСКУРСІ НАУКИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

Ігор ОЛЕКСИН

*Національний університет фізичного виховання та спорту України*

**Постановка проблеми.** Практична та теоретична актуальність дослідження обумовлюється глобальними проблемами скорочення тривалості життя (особливо чоловіків) в активно-продуктивному віці.

Середня тривалість життя - один з найважливіших інтегральних показників, рекомендований ВООЗ, як критерій стану здоров'я і рівня життя населення того чи іншого регіону, - в Україні за останнє десятиліття зменшилася на 3.5 роки і склала у чоловіків - 61.2 року, у жінок - 72.7 року. За тривалістю життя український чоловік займає 135-те, а жінка 100-те місце у світі. Різниця між тривалістю життя чоловіків і жінок поступається тільки такій же різниці у Росії (14 років). ООН на підставі сталої на протязі десятиліття тенденції зменшення населення України в 1997 році, визнало українців як вимираючу і хвору націю. Особливо хвилює смертність в Україні населення працездатного віку, яка у 2005 році зросла на 12,2%, що майже в тричі перевищує смертність в розвинутих країнах світу. При збереженні в Україні сучасного режиму смертності в працездатному віці із сьогоднішніх 16-річних юнаків до 60 років доживе лише 60%. Незважаючи на те, що в Україні на кожні 10 тис. мешканців вдвоє більше лікарів (39 осіб) і в 2,5 рази більше лікарняних ліжок, чим в розвинених країнах Європи, за останні п'ять років захворюваність населення зросла на 3,2%, а поширеність хвороб на 16,6% [3].

Загальновідомо, що головним фактором розвитку хронічних неінфекційних захворювань є нездоровий спосіб життя, який на 50% визначає стан здоров'я. Серед основних причин катастрофічної ситуації зі станом здоров'я населення України, представник МОЗ України О.М. Орда, виступаючи на конференції по оцінці виконання міжгалузевої комплексної програми «Здоров'я нації» 2002-2011рр., констатує: «відсутній ідеал здоров'я як змісту життя і

суспільного престижу нації, що характеризується значним поширенням факторів ризику захворювань, зростаючої розповсюдженості тютюнопаління, вживання алкоголю і наркотиків, передусім серед молодого покоління [4]».

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** При цьому слід зазначити стрімке зростання розробленості вченими названої проблеми. Праці таких відомих учених як: Казначеева В.П. (аксіологічний і холістичний підхід до здоров'я людини); Брехмана І.І., Апанасенка Г.Л., Кураєва Г.А. (сцієнтичне русло дослідження). Такі українські і російські вчені, як: Волкова С.С., Войтенко В.П., Ізуткін В.А., Матюшин В.Ф., Сідоров В.М., Смірнов І.Н., Троянський В.А., Царегородцев В.І., Сущенко Л.П., Горбунова С.М. та інші, дослідили в своїх працях окремі важливі аспекти понять "здоров'я" та "здоровий спосіб життя". Стандарти та критерії здоров'я знайшли відображення в теоретичних роботах Лавриненка В.Г., Мельникова В.Г., Чікіна С.Я. Значна кількість досліджень присвячена здоровому способу життя у взаємозв'язку з духовними нормативними регуляторами: мораллю, релігією, правом. Спеціальні праці висвітлюють зв'язки "здорового способу життя" з фізичним, психічним та соціальним станом людини. Серед них - роботи Апанасенка Г.Л., Беркмана Л.Ф., Борисенка М.Ф., Булатової М.М., Панкрат'євої Н.В., Платонова В.М., Хруцького К.С., Даниленко О.І., Лісичина Ю.П., Гомілко О.Е., Лісєєва І.К., Попова М.В., Кисельова М.М., Кулініченко В.Л.

Численні дослідники проблеми здоров'я людини і населення в різнобічних галузях знань наголошують на тому, що сьогодення ситуація вимагає розвитку принципово нових підходів покращення здоров'я населення. В останні роки, враховуючи бурхливий розвиток медицини, науки фізичного виховання і спорту, нових галузей знань про індивідуальне (валеології) і суспільне (санології) здоров'я, ще більш загострилась потреба в філософському осмисленні накопиченого матеріалу, визначенні його висхідних теоретико-методологічних принципів, побудові нової парадигмальної системи оздоровлення. Науковці пишуть: «...природа «модусу здоров'я» і його

значення, як елементу здорового способу життя – не дослідженні в повному обсязі, як соціально-філософська проблема» (Копя В.М., автореф. дис. канд. наук. О. – 2006р., Кулініченко В.Л., автореф. дис. докт. наук. К. – 2002р., Горбунова С.М., автореф. дис. канд. наук. С. – 2000р. та інші).

На шляху побудови нової соціально-філософської парадигми оздоровлення, нової концепції здорового способу життя, **метою** даної статті є намагання модернізувати категоріально-понятійний апарат науки фізичного виховання і спорту сучасною філософською термінологією. При цьому основним **методом** є реконструкція понять в такий смисловий стиль, який б об'єднував вчених різних галузей знань в більш чіткому розумінні поставленої проблеми. Отже, згідно з назви статті виникає питання: що означає поняття «модус здоров'я» і чим обумовлюється потреба у його використанні?

**Результати дослідження та їх обговорення.** Навіть поверховий порівняльний огляд сучасної літератури і публікацій з медицини, науки фізичного виховання і спорту та частково валеології, які досліджують проблему здоров'я в т.ч. і здорового способу життя (ЗСЖ), свідчить, що вони говорять «різними мовами», а це ускладнює процес пошуку істини.

Яскравим прикладом неоднозначності трактування поняття здоров'я є сучасні постійні «перекидання спису» між медициною і наукою фізичного виховання, хоча вони виконують одні і ті ж завдання – охорони і покращення здоров'я.

Термін медицина походить від лат. *medikus*, що означає лікарський, лікувальний, тобто основним її завданням є лікування, позбавлення від хвороб, повернення до первинного стану здорової людини. На питання, що таке здорова людина, має відповісти наука фізичного виховання, яка орієнтована на підтримання функціональної дієвості всіх органів тіла людини і цим вона сприяє збереженню здоров'я і запобіганню хвороб. Сучасні медики-вчені розширюють поняття лікування профілактикою хвороб, але ж на практиці огляд лікаря, який не виявив хвороб, визначає людину як здорову. Тобто сама відсутність хвороб (або тієї патології, яку не виявив лікар) є ознакою здоров'я.

Медики розширили поняття своєї науки на збереження і зміцнення здоров'я людей, попередження хвороб і в цьому науковці з фізичного виховання вбачають зазіхання лікарів на їх терени. Інколи виникають дискусії і в середовищі фахівців з фізичного виховання, які нагадують схоластичний спір про «курку і яйце»: чи фізична культура включає в себе фізичне виховання, чи навпаки?

Як медицина так і фізичне виховання є культурно-цивілізаційними феноменами. Виховання є культивуацією тих чи інших цінностей, процес сходження людського в людині, пізнання нею оточуючого світу і на цій основі не тільки пристосування до нього, а й пристосування світу до своїх власних потреб. Все життя є процесом становлення, що на мові древньої Педєї означає виховання. Досягнення певного етапу в ньому фіксується культурою. Іншими словами, культура є продукт виховання і його основа. А тому на аналогічних підставах можна говорити і про медичне виховання: чим воно менш ефективне, тим нижча відповідальність особи за власний стан свого здоров'я.

При взаємозв'язку медицини і фізичного виховання у виконанні функцій оздоровлення людини, перше спрямоване передусім на підтримання здорового способу життя, а друге - на лікування та подолання хвороб. В даному дискурсі оздоровлення виступає центральною категорією, яка має як теоретичний, так і практичний аспекти і фіксується в понятті «модус здоров'я».

Філософський термін «модус» походить від лат. *modus* – міра, спосіб, «що позначає якість предмета, яка притаманна йому лише в деяких станах, на відміну від атрибута, як невід'ємної властивості предмета [7]». У Б. Спінози «модус» є тотожністю самої субстанції зі своїм інобуттям. Якщо застосувати цей термін до категорії здоров'я, то валеологічне визначення категорії здоров'я констатується в основному у онтологічному плані, в той час як категорія «модусу здоров'я» знімає протиставлення гносеологічного і онтологічного і передбачає розуміння здоров'я людини як певного вітального ресурсу (за зразком Арістотелевої «ентелехії»), яке проявляється у людини, в її суспільній життєдіяльності. Виходячи із розуміння людини як складного та цілісного

біосоціального утворення, «модус здоров'я» розкриває її як цілеспрямовану діяльнісну істоту, життя якої обумовлене зовнішніми обставинами та цілепокладанням. В даному випадку - на благополуччя і довголіття, що забезпечується здоровим способом життя. Інакше кажучи, в «модусі здоров'я» відображається взаємозв'язок суспільного, індивідуального, фізіологічного, інтелектуального і психічного («здоровий глузд» тощо) здоров'я. «Модус здоров'я» також включає морально-етичну відповідальність особи за стан свого здоров'я. Дослідник Копа В.М. пише: «що «модус здоров'я» людства не є незмінною констанцією, а представляє діалектичну інформацію тілесного, душевного та духовного способу буття людини [3]».

На думку автора, *поняття «модус здоров'я» можна було б визначити як цілісну систему інваріантних характеристик життєспроможності людини до реалізації нею своєї творчо-продуктивної сутності.* Він завжди детермінований культурно-історичною практикою і є норматизованим суспільним ідеалом, на який цілеспрямована життєдіяльність людини. Основними детермінантами серед елементів „модусу здоров'я” є фізична культура, як складова загальної культури та стан медичного забезпечення. Перед тим як розкрити необхідність використання терміну «модус здоров'я» в теорії фізичного виховання і спорту, слід зауважити, що воно доречно використовується в одному смислово-понятійному ряді поруч з терміном «дискурс».

Започатково лат. термін дискурс (diskurs), що означає розсудливе, на відміну від інтуїтивного, логіко-поняттєве, доказове та аналітично-послідоне, всебічно-обгрунтоване міркування, розвивається сучасною комунікативною філософією. Висунуте постструктуалістами поняття «дискурсу» позначає таке обговорення проблеми, яке виокремлює її в параметрах конкретно-історичного часу, виособлює конкретних учасників, пов'язаних певною ситуацією, в якій відбувається обговорення, що дає змогу з'ясувати інтенційні основи або причини тих чи інших висловлювань. В роботах М. Фуко «дискурс» визначається як соціально обумовлена організація системи мови і дії. Іншими

словами, «дискурс» означає певну деконструкцію понять, а саме: де, як, коли, з ким і про що говориться. Якщо йдеться про «модус здоров'я» в філософському «дискурсі» науки фізичного виховання і спорту, то це означає характеристику здоров'я з точки зору різнобічних наукових знань і уявлень про нього.

Слід зауважити, що у вищеприведеній дефініції акцентувалась його цілісність і інваріативність характеристик, адже здоров'я «взагалі» небуває, воно завжди «комусь» належить (людині чи тварині), є субстанціальною основою життя. Здоров'я протиставляється хворобі, яка теж має безліч проявів. Через хвороби, які кваліфікуються і класифікуються, йде шлях до визначення суті «модусу здоров'я».

З цієї точки зору «модус здоров'я», який притаманний різним способам життя характеризується педагогічною, валеологічною та аксеологічною парадигмами. В такому контексті здоров'я стає визначальним і всеохоплюючим орієнтиром життєспроможності людини у всіх без винятку культурах.

Відомо, що поняття здоров'я – це певна абстракція і в соціокультурному вимірі включає в себе фізичне, психічне, моральне благополуччя як окремого індивіда так і суспільства в цілому. Адже говорять про здоровий морально-психологічний клімат в колективі, маючи на увазі дружньо-турботливі взаємини між його учасниками, націлених на виконання певних завдань; пишуть про «здорову націю», здоров'я населення, де успішно відбуваються популяційні процеси пов'язані з народжуваністю і довголіттям людини. Здоров'я також пов'язується з поняттями благополуччя, творчої активності, працездатності тощо. Але при цьому базовим елементом поняття здоров'я є конкретне здоров'я окремого індивідууму, його фізичний і оптимістичний психоемоційний стан, внутрішня гармонійність функцій і високий енергетичний рівень організму. Е. Буліч, І. Муравов категорично підкреслюють: «Не існує жодного зовнішнього, так само як і внутрішнього (мислення, думки) подразника, який не впливає на здоров'я [2]».

Як наслідок, в природі ідеального здоров'я не існує і не може існувати, а тому «модус здоров'я» можна визначити лише в філософському дискурсі, який

розкриває концептуальний зміст поняття здоров'я в ту чи іншу епоху, того чи іншого народу, нації, країни. Здоров'я забезпечується матеріально-економічними умовами життя, духовно-ціннісними орієнтаціями на нього, існуючими традиціями і звичаями, релігійними віруваннями, медичним та правовим забезпеченням. В цілому – розвитком культурно-цивілізаційних процесів, станом фізичної культури і виховання, всього способу життя людини в певному соціумі.

З часу переходу людства до інформативно-технотронної стадії розвитку цивілізації, що почалася з другої половини ХХ ст., стала відчутною неспроможність діючої століттями концепції збереження здоров'я, яка була обґрунтована Гіппократом ще до нашої ери. Основу цієї концепції складали засоби профілактики, запобігання захворювань і лікування їх. В останні десятиліття ХХ ст. у вітчизняній медицині були спроби корегування гіпократівської концепції здоров'я в бік розвитку високих потенційних здібностей організму до самовідтворення, самозбереження і самозабезпечення завдяки тренувальним впливам (К. Соопер, 1982; И.В. Мурахов, 1985; Н.М. Амосов, 1987 та ін.). Але як виявилось можливості організму з медичної точки зору не є безкінечними і невичерпними. Експерти ООН зазначають про вичерпність навіть інтелектуальних здібностей людини.

Щоб протистояти прогресуючим ослабленим можливостям організму людини в умовах цивілізації, необхідно виробити нову соціально-філософську парадигму здорового способу життя.

Здоровим способом життя в науковій публіцистиці опікується кожний, але в реальній дійсності більшість рекомендацій або ж залишаються неусвідомленими, або ж вони настільки «стерилізовані», що на практиці нездійсненні. Сучасні лікарі уже відмовились від профілактичних порад змінити спосіб і умови життя і в основному апелюють до медикаментозної терапії. Сучасна спеціалізована медицина, яка диференційована вузькими знаннями, хоч і дає поглиблене знання про функціонування тих чи інших органів людини, все ж таки при лікуванні їх вносить дисбаланс в цілісну

систему організму. Лікарі, очікуючи на найскоріший ефект, використовують сильнодіючі медикаментозні засоби, що призводить до зниження імунологічного і енергетичного потенціалу. Цьому сприяє також голод на мікроелементи, ферменти і його протилежність – рафіноване харчування, яке недостатнє для забезпечення повноцінної діяльності системи організму; фізична перевтома, як і гіпокінезія; температурні перепади в оточенні, як і ізоляція від них. Як уже зазначалось, крайнощі зовнішніх обставин обмежують самовідтворюючі функції організму.

В сучасних умовах посилюються значення оздоровчих заходів, які допомогли б декомпенсувати необхідне природнє перевантаження на організм, або ж його недовантаження. З цього приводу, перед системою фізичного виховання і спорту постають нові завдання, які використовуючи валеологічну методологію, вивчали б і забезпечували оздоровлення різних категорій населення.

Фізичне виховання і освіта, як елемент фізичної культури, спрямовується не тільки на розробку еталонного спортивного майстра, а й на вироблення навичок і вмінь людини підтримувати своє власне здоров'я в належному стані. Для цього необхідно, з одного боку, посилена увага держави, для якої здоров'я нації не може вичерпуватись медичним забезпеченням, а з другого боку, – вироблення концептуально етико-правової відповідальності особи за власний стан здоров'я.

Що стосується першого, то в Україні не бракує різних програм по розвитку фізичного виховання, але як правило не вистачає коштів на їх забезпечення. З приводу етики відповідальності за власний стан здоров'я, то тут крім коштів (як говориться: «ситий голодному не товариш»), залишається традиційною звичкою недбайливе ставлення до стану здоров'я. Останнє є наслідком патерналістської держави радянських часів, коли масове заняття фізичним вихованням пропагувалось, як засобами масової інформації, так і безкоштовним державним профілактичним забезпеченням.



Таким чином, на сьогодні вкрай необхідна наукова розробка етики відповідальності людини за власний стан здоров'я, урізноманітнення засобів пропаганди здорового способу життя, дієвості існуючих методик оздоровлення в більш тісному зв'язку з медичними показниками, а також співставити ефективність оздоровчих заходів у відповідності з міжгалузеву комплексною програмою: «Здоров'я нації» 2002-2011рр.

### **Література.**

1. *Апанасенко Г.Л. Почему вымирают восточные славяне? // «Зеркало недели». - 2007. - №1.*
2. *Буліч Е., Мурахов І. Стратегія активності і оптимізму – валеологічне обґрунтування принципів здоров'я і довголіття // Молода спортивна наука : Зб. наук. праць. – Львів, 2003. – Вип. 7, т. 1. – 6-8 с.*
3. *Кона Вадим Михайлович. Соціальна цінність модусу здоров'я: Автореф. дис... канд. філос. наук: 09.00.03/ Одеський національний університет імені І.І.Мечникова. – О., 2006. – 1-14 с.*
4. *Орда О.М. Основні напрямки державної політики в охороні здоров'я в рамках Міжгалузевої комплексної програми «Здоров'я нації» на 2002-2011 роки // Міжгалузева комплексна програма «Здоров'я нації» на 2002-2011 роки – крок до реформування галузі. – К., 2006. – 17 с.*
5. *Основы валеологии / Под общей редакцией академика В.П. Петленко. – К., 1998. – 435.*
6. *Платонов В.М. Берегите здоровье молододу. // «Зеркало недели». - 2006. - №47.*
7. *Філософський енциклопедичний словник. / Гол. ред. В.І.Шинкарук К.: Абрис, 2002. – 393 с.*

## **МОДУС ЗДОРОВ'Я В ФІЛОСОФСЬКОМУ ДИСКУРСІ НАУКИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ**

Ігор ОЛЕКСИН

*Національний університет фізичного виховання та спорту України*

**Мета роботи:** намагання модернізувати категоріально-понятійний апарат науки фізичного виховання і спорту сучасною філософською термінологією.

**Методи:** реконструкція понять, структурно-функціональний і порівняльний аналіз.

**Анотація.** В статті йдеться про необхідність модернізації категоріально-понятійного апарату науки фізичного виховання і спорту за допомогою сучасної комунікативної філософії, що дозволило б, вибудувати в один понятійно-смісловий ряд наук, які вивчають стан здоров'я людини, населення тощо. Зокрема підкреслюється, що «модус здоров'я» в філософському дискурсі означає цілісну систему інваріантних характеристик життєспроможності людини, реалізації нею своєї творчо-продуктивної сутності. В такому контексті робиться спроба уточнити зміст понять існуючої періодизації постнатального онтогенезу людини, а саме: з біолого-фізіологічної точки зору – «зрілий вік першого і другого періоду»; з соціологічної позиції – «працездатне населення» і у соціально-філософському контексті – «продуктивний вік».

Мова також іде про вироблення нової соціально-філософської парадигми фізичного виховання з врахуванням медичної констатації кризового явища з тривалістю життя населення України.

**Ключові слова:** здоров'я, оздоровлення, здоровий спосіб життя, смертність, модус здоров'я, дискурс, реконструкція.

МОДУС ЗДОРОВ'Я В ФИЛОСОФСКОМ ДИСКУРСЕ НАУКИ  
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА.

Игорь ОЛЕСИН

*Национальный университет физического воспитания и спорта Украины.*

**Цель работы:** попытка модернизировать категориально-понятийный аппарат науки физического воспитания и спорта современной философской терминологией.

**Методы:** реконструкция понятий, структурно-функциональный и сравнительный анализ.

**Аннотация.** В статье речь идет о необходимости модернизации категориально-понятийного аппарата науки физического воспитания и спорта с помощью современной коммуникативной философии, что позволило бы выстроить в один понятийно-смысловой ряд наук, которые изучают состояние здоровья человека, населения и тому подобное. В частности подчеркивается, что «модус здоровья» в философском дискурсе означает целостную систему инвариантных характеристик жизнеспособности человека, реализации им своей творчески-производительной сущности. В таком контексте делается попытка уточнить содержание понятий существующей периодизации постнатального онтогенеза человека, а именно: с биолого-физиологической точки зрения – «зрелый возраст первого и второго периода»; из социологической позиции – «трудоспособное население» и в социально-философском контексте – «продуктивный возраст».

Речь также идет о выработке новой социально-философской парадигмы физического воспитания с учетом медицинской констанции кризисного явления с продолжительностью жизни населения Украины.

**Ключевые слова:** здоровье, оздоровливание, здоровый способ жизни, смертность, реконструкция.

## MODE OF HEALTH IN PHILOSOPHICAL DISCOURSE OF SCIENCE OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT

Igor OLEKSYN

*National University of Physical Education and Sport of Ukraine*

**The aim of research:** to modernize the category-concept vehicle of science of physical education and sport by modern philosophical terminology.

**The methods of research:** reconstruction of concepts, structural-functional and comparative analysis.

**Abstract.** The article is devoted to the necessity of modernization of categorical and conceptual apparatus of science of physical education and sport with the aid of modern communicative philosophy that would allow to range the sciences studying health state of human, population etc. into one conceptual and meaning line. In particular it is underlined that "mode of health" in the philosophic discourse means an integral system of invariant characteristics of human viability, realization of own creative and productive nature. In this context the attempt is made to specify the sense of the conceptions of existing periodization of human postnatal ontogenesis, namely: from biology-physiological view - "maturity age of the first and second period"; from sociological position - "employable population" and in social-philosophical context - "productive age". Also it is considered the creation of new social-philosophical paradigms of physical education taking into account medical statement of crisis phenomenon in the longevity of population in Ukraine.

**Key word:** health, healing, healthy-life style, mortality rate, mode of health, discourse, reconstruction.