

widely used for a person's upbringing, education, and development. But there are no specific papers devoted to upbringing possibilities for moral behavior experience for adolescents with game usage. The purpose of the article is to find out the upbringing possibilities of games in the development of moral behavior experience for adolescents. The research methods are generalization, systematization, comparison. The research results are characteristics of various approaches to game classifications highlighting the distinctive features of games, the clarification of different game functions for the development of moral behavior experience for adolescents. The practical value of the paper is determining the effectiveness of games in the development process of moral behavior experience for adolescents. The main criterion for a game efficiency in the development process of moral behavior experience for adolescents is adolescents' readiness for moral activities. It is reflected in moral values, motives, perceptions, moral knowledge, moral skills, and attitudes. The conclusion is the statement that games have great upbringing potential for moral behavior experience for adolescents. The research prospects are searching pedagogical conditions connected with using games and moral behavior experience for adolescents to prevent bullying.

Key words: *game, game activity, upbringing, moral behavior, adolescent.*

УДК 373. 015.31:613(043.5)

Світлана Замрозович-Шадріна

ДВНЗ «Прикарпатський національний
університет імені Василя Стефаника»

ORCID ID 0000-0003-0138-3587

DOI 10.24139/2312-5993/2021.02/094-102

ФЕНОМЕН «КУЛЬТУРА ЗДОРОВ'Я» ЯК НАУКОВА ПРОБЛЕМА

Метою статті є розкриття теоретичних аспектів феномену «культура здоров'я» як актуальної наукової проблеми. Під час підготовки статті використано методи дослідження: теоретичні (аналіз філософської, педагогічної, психологічної літератури); інтерпретаційно-аналітичний метод, узагальнення. Наголошено на необхідності збереження і зміцнення здоров'я людини як однієї з найгостріших проблем сучасного суспільства, головного стратегічного завдання вітчизняної державної політики, що зумовило появу нового напрямку студіювання – «культура здоров'я». Констатовано відсутність єдиного погляду щодо розуміння феномену «культура здоров'я» та його чіткого термінологічного визначення. Відзначено, що термін «культура здоров'я» є не простим поєднанням означених понять, а феноменом, що в сукупності, синтезуючи їх ключові ознаки, утворює нову якість, новий особливий зміст. Внесено уточнення щодо трактування понять «культура», «здоров'я». Проаналізовано провідні наукові позиції, пов'язані з інтерпретацією поняття «культура здоров'я», й запропоновано власне трактування. Зроблено висновок, що культуру здоров'я слід розглядати як нове, якісне утворення особистості, що акумулює її ставлення до власного здоров'я, здорового способу життя, чим, власне, спричиняє свідоме прагнення самостійно й креативно вдосконалювати фізичну, психічну і духовну сферу своєї життєдіяльності, ґрунтовану на самопізнанні та адекватній самооцінці стану здоров'я.

Ключові слова: *життєдіяльність, збереження, здоров'я, здоровий спосіб життя, культура, культура здоров'я, нова якість особистості.*

Постановка проблеми. В умовах сьогодення збереження і зміцнення здоров'я людини є однією з найгостріших проблем сучасного суспільства, головним стратегічним завданням вітчизняної державної політики, що спричинило появу нового напрямку студіювання – «культури здоров'я» у вітчизняній та зарубіжній науковій літературі як соціального явища, що характеризує загальний прогрес суспільства і людини, як невід'ємної складової загальної культури особистості. Попри широту використання феномену «культура здоров'я» в науковому дискурсі, на сьогодні відсутній єдиний погляд на розуміння означеного поняття та його чітке термінологічне визначення.

Аналіз актуальних досліджень засвідчує різноаспектність, міждисциплінарність проблеми формування культури здоров'я, зокрема: у розвідках філософів і соціологів (Ю. Лисицин, О. Сахно, Л. Сущенко, Л. Рубіна) студіюються теоретико-методологічні засади означеної проблеми; у педагогічних – формування здорового способу життя (О. Вакуленко, Л. Жаліло, Н. Комарова, Р. Левін, І. Солоненко, О. Яременко); у працях медиків (М. Амосов, Г. Апанасенко, В. Войтенко та ін.) – специфічні аспекти феномену «здоров'я»; у ракурсі валеології, фізичної культури та спорту (Ю. Драгнєв, С. Кириленко, В. Магін, О. Міхеєнко, В. Скумін та ін.); формування культури здоров'я особистості у площині сучасного гуманітарного знання (А. Баранов, В. Горащук, Г. Кривошеєва, С. Кириленко, С. Лебедченко, Ю. Мельник, В. Скумін та інші); психологічні аспекти формування культури здоров'я особистості (Ю. Сурмяк, Л. Кудрик та ін.).

Мета статті полягає в розкритті теоретичних аспектів феномену «культура здоров'я» як актуальної наукової проблеми.

Методи дослідження. Під час підготовки статті використано *методи дослідження*: теоретичні (аналіз філософської, педагогічної, психологічної літератури); інтерпретаційно-аналітичний метод, узагальнення.

Виклад основного матеріалу. Передусім, звертаємо увагу на те, що термін «культура здоров'я» є не простим поєднанням означених понять, а феноменом, що в сукупності, синтезуючи їх ключові ознаки, утворює «нову якість, новий особливий зміст» (за В. Скумінім), а відтак, – зумовлює необхідність внесення уточнення щодо дефініціювання понять «культура» і «здоров'я».

Зауважимо, поняття «здоров'я» має численні трактування через тривалу історію свого вивчення й використання вітчизняними та зарубіжними фахівцями різних наукових напрямів. Однак, ми не ставимо за мету всебічно проаналізувати позиції науковців щодо сутності поняття «здоров'я», а натомість висвітливо власне бачення. При цьому ми

дотримуємося найбільш поширеного визначення, поданого у Статуті Всесвітньої організації охорони здоров'я, де зазначено, що «здоров'я – це стан повного фізичного, духовного та соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб та фізичних вад» (WHO, 2006).

В «Енциклопедії освіти» дефініція «здоров'я» трактується як «динамічний стан організму, який характеризується високим енергетичним потенціалом, оптимальними адаптаційними реакціями на зміни довкілля, що забезпечує гармонійний фізичний, психоемоційний і соціальний розвиток особистості, її активне довголіття, повноцінне життя, ефективну протидію захворюванням» (Кремень, 2008, с. 318).

Конструктивним, на наш погляд, є твердження, згідно з яким здоров'я визначається як «цілісний динамічний стан, який характеризується певними резервами синергетичної, пластичної і регуляторної забезпеченості функцій, стійкості до впливу негативних чинників зовнішнього середовища і є основою для виконання соціальних і біологічних функцій» (Бойчук, 2017).

Відзначимо, що поняття «культура» вивчається різними галузями знань з позицій власних вимог і завдань. До прикладу, у довідкових виданнях, зокрема у Великому тлумачному словнику української мови за ред. В. Бусела, поняття «культура» трактується як «сукупність матеріальних і духовних цінностей, створених людством протягом його історії», «освіченість, вихованість», «рівень, ступінь досконалості якої-небудь галузі господарської або розумової діяльності» (Бусел, 2005, с. 596). Уточнюється також, що в найзагальнішому вигляді культура визначається як сукупний результат продуктивної діяльності людей; у вузькому, особистісному розумінні, – як певні цінності та норми поведінки людини в соціальному й природному оточенні (Горащук, 2003, с. 5).

Попри розмаїття трактувань феномену «культура», для нас вартісним є педагогічний аспект цього поняття як можливість впливу на формування культури здоров'я, адже людські цінності (етичні, моральні, естетичні) зосереджені саме в ній, а людина з достатнім рівнем культури здоров'я є не тільки «споживачем» свого здоров'я, а й «виробником», оскільки постійно піклується про його збереження та зміцнення.

Нам видається, що семантичне ядро інтерпретації поняття «культура здоров'я» корелює з філософським визначенням категорії «культура», у ракурсі якого цей феномен характеризується як з урахуванням особливостей конкретно-історичних форм людської життєдіяльності на різних етапах суспільного розвитку, суспільно-економічних формацій, етнічних і

національних спільностей, так і специфіки поведінки, свідомості й діяльності людей у конкретних сферах суспільного життя. До того ж, трактування культури як «системи програм людської діяльності, поведінки і спілкування людини для зміни та вдосконалення суспільного життя в усіх його основних виявах» (Кремень, 2008, с. 439), вочевидь, має міцне філософське підґрунтя.

Щодо поняття «культура здоров'я», то звертаємо увагу на те, що на сьогодні відсутнє його однозначне тлумачення. Серед науковців, які започаткували термінологічне вживання означеного феномену, слід назвати Л. Татарнікову. Змістове наповнення поняття «культура здоров'я», на думку вченої-валеолога, включає наявність в особистості валеологічних знань, самокорекцію психологічного стану та залученість особистості до процесу оволодіння відповідними знаннями (Татарникова, 1997, с.194).

Конструктивним уважаємо твердження, згідно з яким культура здоров'я розглядається як «частина загальнолюдської культури, що передбачає знання людиною своїх генетичних, фізіологічних і психологічних можливостей, методів і засобів контролю, збереження та розвиток власного здоров'я, а також уміння передавати здоров'язбережувальні знання іншим» (Вайнер, 2001, с. 176).

У площині порушеної проблеми вартує уваги думка О. Єжової щодо виокремлення двох основних підходів, які зустрічаються в науковій літературі під час обґрунтування використання поняття «культура здоров'я» в педагогічних дослідженнях. Як слушно відзначає науковець, за першим підходом, культура здоров'я особистості розглядається дослідниками (В. Горащук, С. Кириленко, О. Кириченко, В. Оржеховська, М. Голіков, В. Макаренко та ін.) з позиції *освітньої мети*, де ключовими параметрами у визначенні цього феномену є обсяг знань, умінь, навичок і доцільність їх вживання особистістю в соціокультурному середовищі як компонента загальної культури. Проілюструємо цей підхід деякими визначеннями науковців. Так, наприклад, В. Горащук розглядає культуру здоров'я як важливий компонент загальної культури людини, зумовлений матеріальним і духовним середовищем життєдіяльності суспільства, що виражається в системі цінностей, знань, потреб, умінь і навичок людини з формування, збереження і зміцнення її здоров'я (Горащук, 2003).

В. Оржеховською поняття «культура здоров'я» потрактовано як невід'ємна складова загальної культури особистості, що забезпечує певний рівень знань, умінь, навичок з питань формування, відтворення, зміцнення здоров'я й характеризується високим рівнем культури поведінки стосовно власного здоров'я і здоров'я оточуючих (Оржеховська, 2006).

Нам імпонує позиція В. Макаренко щодо характеристики культури здоров'я як сформованості уявлень про здоров'я і здоровий спосіб життя; знання про засоби збереження і зміцнення здоров'я; усвідомлення базових ресурсів свого організму, відповідальності за стан власного здоров'я; розвиток навичок психофізичної саморегуляції й самоконтролю; відсутність шкідливих звичок (Макаренко, 2009).

За другим підходом учені (О. Ахвердова, В. Магін, В. Кожанов та ін.) характеризують феномен «культура здоров'я» як *психолого-педагогічне особистісне утворення*. Зокрема, за О. Ахвердовою та В. Магіним, культура здоров'я є інтегративним особистісним утворенням, проявом гармонійності, багатства й цілісності особистості, універсальності її зв'язків із оточуючим світом і людьми, а також здатності до творчої й активної життєдіяльності (Ахвердова та Магін, 2002).

У цій площині існує також думка, що культура здоров'я є індивідуально-цілісною структурою самосвідомості, що проявляється в єдності фізичних, біологічних, психологічних, соціальних і духовних складових її особистості, що визначають її спосіб життя, персональний зміст і властиво здоров'я (Латишева та ін., 2002).

Ми цілком погоджуємося з Г. Куртовою щодо визначення поняття «культура здоров'я» як «інтегративної характеристики особистості та її діяльності, що відображає синтетичну природу культури, яка об'єднує створення людиною матеріальних і духовних цінностей як результат системи її ставлення до природи, суспільства, самої себе і свого здоров'я, зв'язку людини зі світом і прояву в ньому через створювані нею цінності» (Куртова, 2008, с. 168).

Подібної думки дотримується й С. Кириленко, стверджуючи, що культура здоров'я виявляється як у профілактичній діяльності учнів, так і у веденні здорового способу життя, що забезпечує єдність фізичного, психічного, духовного й соціального розвитку особистості (Кириленко, 2004, с. 20-22).

Суголосною і водночас змістовно глибшою нам видається позиція В. Скуміна, який наголошує на необхідності розгляду культури здоров'я як невід'ємної складової культури духовної і моральної, культури праці й відпочинку, культури особистості та культури взаємин, позаяк вона характеризується вченим як інтегральна галузь знань, що розробляє й вирішує теоретичні та практичні завдання гармонійного розвитку духовних, психічних і фізичних сил людини, формування оптимального біосоціального середовища, що забезпечує вищий рівень життєтворчості (Скумін, 1995, с.15-29).

Відзначається також, що культура здоров'я є усвідомленою системою дій і ставлень, що значною мірою визначають якість індивідуального й суспільного здоров'я, яке складається зі ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших людей, а також ведення здорового способу життя. За твердженням А. Мітяєвої, «культуру здоров'я потрібно визначати не лише як сукупність знань, але і як активно-зацікавлену поведінку, що базується на етичних засадах ставлення людини до фізичного потенціалу свого розвитку» (Митяєва, 2008, с.8).

Існує думка (Ю. Козерук, А. Горбань, О. Нестеров, В. Артеменко, Н. Кваша), що за умови закладення основ програми самозбереження, самореалізації, саморозвитку, що призводять до гармонійної єдності всіх компонентів здоров'я і цілісного розвитку особистості, культура здоров'я визначається як інтегративна особистісна якість, що формується в процесі систематичного, цілеспрямованого виховання і навчання на основі емоційно-ціннісного ставлення до свого здоров'я, домінантності валеологічного мислення, досвіду й навичок у практиці організації здорового способу життя.

З урахуванням предмету дослідження особливого значення для нас набуває наукова розвідка Н. Малярчук «Культура здоров'я педагога», у якій культура здоров'я розглядається у світоглядному аспекті й визначається як неперервно трансформуюча система знань, ціннісно-сміслових настанов, мотиваційно-вольового досвіду особистості та її практичної діяльності, спрямованої на пізнання, розвиток, удосконалення індивідуального здоров'я, необхідного для якісного життя, продуктивного довголіття, радісного виконання обов'язків, покладених на людину життям (Малярчук, 2008).

Як слушно наголошують Ю. Сурмяк і Л. Кудрик, «культура здоров'я особистості виражається у глибині й системності знань, рівні сформованості гуманістичних ціннісних орієнтацій, розвиненості різних типів мислення (логічно-раціонального та образно-інтуїтивного), розумінні виховних можливостей національних культурно-історичних традицій, активності оздоровчої діяльності, в емоційно-ціннісному ставленні до навчання й майбутньої професії, здатності до спілкування на теми здоров'я, умінні розробляти й удосконалювати індивідуальну оздоровчу систему та вести здоровий спосіб життя». При цьому науковці мають рацію, відзначаючи творчу позиція індивіда як вищий показник культури здоров'я, що виявляється в усвідомленні цінності здоров'я і знань про нього, умінні самостійно знаходження й визначення причини хвороби, у тому числі духовно-психологічних, а також змінювати за потреби оздоровчі технології (Сурмяк та Кудрик, 2012, с. 169).

Отже, крізь призму викладених теоретичних позицій культура здоров'я розуміється нами як складова загальної культури особистості, інтегративна якість, що акумулює систему знань про здоров'я як соціально-культурне явище, компоненти здорового способу життя, систему ціннісних орієнтацій, усвідомлення особистісної значущості цінності здоров'я як необхідності особистісного саморозвитку, здатність усвідомленого вироблення індивідуальної стратегії збереження й розвитку здоров'я, що виявляється у здоров'язбережувальній поведінці.

Висновки та перспективи подальших наукових розвідок. Таким чином, на підставі проведеного теоретичного аналізу цілком правомірно стверджувати, що культуру здоров'я слід розглядати як нове, якісне утворення особистості, що акумулює її ставлення до власного здоров'я, здорового способу життя, чим, власне, спричиняє свідоме прагнення самостійно й креативно вдосконалювати фізичну, психічну і духовну сферу своєї життєдіяльності, ґрунтовану на самопізнанні та адекватній самооцінці стану здоров'я. Вочевидь, поняття «культура здоров'я» є інтегративним утворенням, яке включає не лише такі характеристики, як ціннісне ставлення до власного здоров'я, фізичне, психічне й духовне здоров'я, здоровий спосіб життя, але також творчу активність щодо збереження та зміцнення свого організму та свідому соціальну відповідальність. У площині окресленої перспективи подальших наукових розвідок пов'язуємо з дослідженням особливостей формування культури здоров'я дітей дошкільного та молодшого шкільного віку, зокрема, в умовах навчально-виховного комплексу «Школа-садок».

ЛІТЕРАТУРА

- Ахвердова, О. А., Магин, В. А. (2002). К исследованию феномена «культура здоровья» в области профессионального физкультурного образования. *Теория и практика физической культуры*, 9, 5-7 (Akhverdova, O. A., Magin, V. A. (2002). To the study of the phenomenon of "health culture" in the field of professional physical education. *Theory and practice of physical culture*, 9, 5-7).
- Бойчук, Ю. Д. (2017). *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків. (Boichuk, Yu. D. (2017). *General theory of health and health*. Kharkiv).
- Бусел, В. Т. (уклад. і гол. ред.) (2005). *Великий тлумачний словник сучасної української мови*. Київ; Ірпінь: Перун (Busel, V. T. (ed. and editor-in-chief) (2005). *Large explanatory dictionary of the modern Ukrainian language*. Kyiv; Irpen: Perun).
- Вайнер, Э. Н. (2001). *Валеология*. Москва: Флинта; Наука (Weiner, E. N. (2001). *Valeology*. Moscow: Flint; The science).
- Горащук, В. П. (2003). *Формирование культуры здоровья школьников (теория и практика)*. Луганск: Альма матер (Horashchuk, V. P. (2003). *Formation of school health culture (theory and practice)*. Luhansk: Alma Mater).
- Кириленко, С. В. (2004). *Соціально-педагогічні умови формування культури здоров'я старшокласників* (дис. ... канд. пед. наук:13.00.07). Київ (Kyrylenko, S. V. (2004).

- Socio-pedagogical conditions for the formation of a culture of health of high school students* (PhD thesis). Kyiv).
- Кремень, В. Г. (гол. ред.) (2008). *Енциклопедія освіти*. Київ: Юрінком Інтер (Kremen, V. H. (ed.) (2008). *Encyclopedia of Education*. Kyiv: Yurinkom Inter).
- Куртова, Г. Ю. (2008). Здоровий спосіб життя як пріоритетна цінність виховання сучасних дітей та молоді. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету*, 55, 168-170 (Kurtova, H. Yu. (2008). Healthy lifestyle as a priority value of education of modern children and youth. *Bulletin of Chernihiv State Pedagogical University*, 55, 168-170).
- Латишева, Т., Манжелеєв, Г., Тарапата, М. (2009). *Культура здоров'я старшокласника (ліцеїста-медика)*. Режим доступу: www.nbu.gov.ua/portal/Soc_Gum/PPMB/texts/2009_8/09tvmtme.pdf (Latysheva, T., Manzhelieiev, H.; Tarapata, M. (2009). *Health culture of a high school student (medical lyceum student)*, 8/09).
- Макаренко, В. К., Григорьева, О. Д., Тома, Ж. В. (2009). *Культура здоровья как приоритетная задача общественного развития молодежи*. Режим доступу: <http://lib.sportedu.ru/Press/SP/2009N2/p63-67.htm> (Makarenko, V. K., Григорьева, О. Д., Thomas, J. W. (2009). *Culture of health as a priority task of social development of youth*, 2, 63-67).
- Малярчук, Н. Н. (2008). *Культура здоровья педагога*. Тюмень (Maliarchuk, N. N. (2008). *The culture of the teacher's health*. Tiumen).
- Митяева, А. М. (2008). *Здоровьесберегающие педагогические технологии*. М.: Академия (Mitiaieva, A. M. (2008). *Health-saving pedagogical technologies*. M.: Academy).
- Оржеховська, В. М. (2006). Педагогіка здорового способу життя. *Проблеми освіти*, 48, 3-7 (Orzhekhovska, V. M. (2006). Pedagogy of a healthy lifestyle. *Problems of education*, 48, 3-7).
- Скумин, В. А. (1995). *Культура здоровья – фундаментальная наука о человеке*. Новочебоксарск: ТЕРОС (Skumin, V. A. (1995). *Health culture is the fundamental science of man*. Novocheboksarsk: TEROS).
- Сурмяк, Ю. Р., Кудрик, Л. Г. (2012). Психологічні аспекти формування культури здоров'я особистості як складової національної безпеки. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*, 2 (1), 169 (Surmiak, Yu. R., Kudryk, L. H. (2012). Psychological aspects of forming a culture of personal health as a component of national security. *Scientific Bulletin of Lviv State University of Internal Affairs*, 2 (1), 169).
- Татарникова, Л. Г. (1997). *Педагогическая валеология: Генезис. Тенденции развития*. СПб.: Петроградский К. (Tatarnikova, L. H. (1997). *Pedagogical valeology: Genesis. Development trends*. SPb.: Petrogradskii K).
- WHO. *Constitution of the World Health Organization* (2006). Retrieved from: https://www.who.int/governance/eb/who_constitution_en.pdf.

РЕЗЮМЕ

Замрозович-Шадріна Светлана. Феномен «культура здоров'я» как научная проблема.

Целью статьи является раскрытие теоретических аспектов феномена «культура здоров'я» как актуальной научной проблемы. При подготовке статьи использованы методы исследования: теоретические (анализ философской, педагогической, психологической литературы), интерпретационно-аналитический метод, обобщение. Отмечена необходимость сохранения и укрепления здоров'я как одной из самых острых проблем современного общества, главной стратегической задачи отечественной

государственной политики, что обусловило появление нового направления изучения – «культура здоровья». Констатировано отсутствие единого взгляда относительно понимания феномена «культура здоровья» и его четкого терминологического определения. Отмечено, что термин «культура здоровья» является не простым сочетанием указанных понятий, а феноменом, который в совокупности, синтезируя их ключевые признаки, образует новое качество, новый особый смысл. Внесены уточнения относительно трактовки понятий «культура», «здоровье». Проанализированы ведущие научные позиции, связанные с интерпретацией понятия «культура здоровья», и предложена собственную трактовка. Сделан вывод, что культуру здоровья следует рассматривать как новое, качественное образование личности, аккумулирующее ее отношение к собственному здоровью, здоровому образу жизни, чем, собственно, вызывает сознательное стремление самостоятельно и креативно совершенствовать физическую, психическую и духовную сферу своей жизнедеятельности, основанную на самопознании и адекватной самооценке состояния здоровья.

Ключевые слова: *жизнедеятельность, сохранение, здоровье, здоровый образ жизни, культура, культура здоровья, новое качество личности.*

SUMMARY

Zamrozevich-Shadrina Svetlana. Phenomenon “culture of health” as a scientific problem

The purpose of the article is to reveal the theoretical aspects of the phenomenon of “health culture” as an urgent scientific problem. In preparing the article, research methods were used: theoretical (analysis of philosophical, pedagogical, psychological literature), interpretation and analytical method, generalization. The need to preserve and strengthen health is noted as one of the most acute problems of the modern society, the main strategic task of the national state policy, which led to the emergence of a new direction of study – “health culture”. The absence of a unified view regarding the understanding of the phenomenon of “culture of health” and its clear terminological definition was stated. It is noted that the term “health culture” is not a simple combination of these concepts, but a phenomenon that, together, synthesizing their key features, forms a new quality, a new special meaning. Clarifications have been made regarding the interpretation of the concepts of “culture”, “health”. The leading scientific positions related to the interpretation of the concept of “health culture” are analyzed, and their own interpretation is proposed. It is concluded that the culture of health should be considered as a new quality of the individual, accumulating his attitude to his own health, a healthy lifestyle, which, in fact, causes a conscious desire to independently and creatively improve the physical, mental and spiritual sphere of his life, based on self-knowledge and adequate self-assessment of health status. It is concluded that the concept of “health culture” is an integrative quality, which includes not only such characteristics as values of one’s own health – physical, mental and spiritual, healthy lifestyle, but also creative activity to preserve and strengthen one’s body and conscious social responsibility. In the plane of the outlined perspective of further scientific research we connect it with features of formation of the culture of health of children of preschool and primary school age, in particular, in the conditions of an educational complex “School-kindergarten”.

Key words: *vital activity, preservation, health, healthy lifestyle, culture, health culture, new personality quality.*