

СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

SOCIAL AND EDUCATIONAL ACTIVITY

А. А. Попов

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ ТВОРЧЕСКОГО ВУЗА

На основе анализа научно-теоретических источников различных наук (философии, педагогики, социологии и др.) в статье предпринимается попытка выявить основополагающие аспекты формирования ЗОЖ студентов в условиях вуза; осуществляется поиск факторов, оказывающих влияние на организацию ЗОЖ студентов в условиях творческого вуза; осуществляется анализ значения понятий «здоровье», «здоровый образ жизни».

Ключевые слова: здоровье, факторы, аспекты, здоровьесберегающая педагогика, блок-модули формирования ЗОЖ студентов.

А. А. Попов

FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE OF STUDENTS IN A CREATIVE UNIVERSITY

The article based on the analysis of scientific and theoretical sources of the various sciences (philosophy, pedagogy, sociology, etc.) attempts to identify the fundamental aspects of formation of HLS students in high school; searches for factors that influence the organization of HLS students in a creative institution, shall An analysis of the concepts of «health», «healthy lifestyle».

Keywords: health, healthy lifestyle (HLS), factors, aspects, health teaching, block modules forming HLS of students.

В настоящее время профессиональное образование находится на этапе принципиальных нововведений, что определяется общими экономическими и социальными переменами, происходящими в России. Во время перехода к рыночной экономике радикально изменяются требования к специалистам, работающим в различных областях, в том числе и в сфере культуры и искусства. Значительная роль отводится таким качествам работника, как психическая устойчивость, физическая выносливость, профессиональная мобильность. Поэтому

большое внимание уделяется формированию здорового образа жизни студентов в условиях вуза.

Анализ ряда литературных источников, осуществленный нами, показал, что на современном этапе здоровье обучающихся и здоровьесберегающее обучение являются предметом многочисленных исследований в области медицины, гигиены, физиологии, психологии и, особенно, педагогики. Идеи здоровьесберегающей педагогики нашли отражение в трудах Р. И. Айзмана, Н. П. Абаскаловой, В. П. Беспалько,

М. М. Безруких, И. П. Волкова, Г. К. Зайцева, Н. А. Зарубы, В. Н. Ирхина, В. В. Колбанова, Э. М. Казина, Г. А. Кураева, Т. С. Паниной, Н. А. Скляновой, Н. К. Смирнова, Л. Г. Татарниковой, Т. И. Шамовой и др.

Проведенный анализ позволил сделать вывод, что необходимо рассматривать проблему организации ЗОЖ в условиях вуза в рамках построения концепции непрерывности процесса формирования здоровья. Такой взгляд обусловлен новым педагогическим мышлением, в основе которого – «понимание человека как сложнейшей социально-биологической системы, которая предъявляет ряд требований: овладение методологией системно-интегративного подхода; сформированность системного мышления, позволяющего глубже понять взаимосвязь самосознания, социального поведения человека с его индивидуальными творческими способностями, с одной стороны, и с другой – биологических закономерностей своего организма, его связи с Биосферой» [7, с. 174].

По мнению ряда исследователей [9], решение таких задач требует особой деятельности преподавателей по формированию ЗОЖ. В основе ее лежат механизмы по переводу организма на новый, более высокий уровень самопознания, самопонимания, самореализации.

Исходя из этого, исследователи предлагают [7, с. 174], и нам это кажется целесообразным, осуществлять отбор и построение содержания образования по различным учебным дисциплинам (валеология, ОБЖ, психология, социальная психология, культурология и др.) в вузе с целью формирования ЗОЖ на основе комплекса гуманистически направленных социальных, социально-психологических, педагогических, биоэтических и философских креативных факторов, которые можно объединить в следующие модули:

1. Социально-педагогический модуль характеризуется тем, что современные социальные потребности в образовании человека нового века определены

- ориентацией образования и воспитания на общечеловеческие ценности, сохранение здоровья обучающихся, на гармонизацию личности с самой собой и окружающим миром как способ защиты человека от разрушения, развития сознания и ментальности с ориентацией на ЗОЖ;
- интеграцией различных образовательных программ в единое образовательное поле на основе валеологического сознания и ментальности;
- исследованием учебных блокомодулей, валеологическая целесообразность которых достигается за счет образовательной доминанты (И. А. Аршавский, А. А. Ухтомский), интеграции научных исследований из разных областей научного знания;
- структурированием учебно-воспитательного процесса на основе интеграции по горизонтали (историко-культурологический системный подход) и вертикали (на основе системного принципа по П. К. Анохину).

2. Научно-теоретический модуль – научное обоснование валеологических требований к развитию образовательной системы вуза, обусловленных новейшими достижениями науки, являющимися междисциплинарной интегральной основой принципа «дуальности управления», а в нашем случае – принципа «дуальности организации», т. к. организацию мы рассматриваем как функцию управления; взаимосвязь методологической, валеоло-

гической и профессиональной подготовки. Ключевая цель этого модуля заключается в развитии у будущего специалиста сферы культуры и искусства системно-целостного представления о здоровье, здоровом человеке, ЗОЖ.

3. Функциональный модуль – функциональные обязанности по специальности и их особенности в парадигме ЗОЖ. Рассматривая функциональные факторы, определяющие содержание образования в условиях вхождения в парадигму ЗОЖ, нужно подчеркнуть необходимость всестороннего охвата всех функций, выполняемых специалистом в сфере культуры и искусств: коммуникативных, информационных, коммуникационных, педагогических, управленческих и др.

4. Потребностно-личностный модуль – осваиваемые личностно-ориентированные знания и практические умения ЗОЖ, реализация которых целесообразна лишь для креативных условий: содержание и характеристика проблем. В этом модуле целесообразно рассматривать и генезис личностно-ориентированного и личностно значимого образования и практики в парадигме ЗОЖ.

5. Дидактический модуль, позволяющий обосновать отбор и содержание образования на основе общих и специфических, в том числе с учетом профиля вуза, для парадигмы ЗОЖ дидактических принципов: осуществить преемственность с базовым образованием, научность, проблемность, взаимосвязь теории и практики (связи с имеющимся опытом), привлекательность, системность, ортобиотичность, комплексность, интегративность и др.; предусмотреть креативные условия и дифференциацию, взаимосвязь обучения и самообразования, используя для этого принцип синергетики.

6. Экзистенциально-философский модуль, который предусматривает реализа-

цию личностно-ориентированной потребности в знаниях в кризисное время, так как педагогике XXI в. необходимы новые критерии, определяющие идею профессиональной ценности – идею созидания здорового человека, его ЗОЖ на Земле [7, с. 175].

Мы пришли к выводу, что исследованиями проблемы ЗОЖ и разработкой педагогических технологий и моделей здоровьесбережения студентов занимается целый ряд ученых: Н. П. Абаскалова, В. П. Зайцев, Э. М. Казин, И. Л. Левина, С. И. Петухов, Н. К. Смирнов, А. И. Федоров и др.

Разработанные учеными педагогические технологии и модели здоровьесбережения позволяют выделить аспекты формирования потребности в ЗОЖ, но в условиях динамично меняющейся социально-экономической ситуации практически невозможно осуществлять их эффективное внедрение в практическую жизнь, т. к. проблема здоровья студентов является комплексной и напрямую связана с образом их жизни.

Развитие научных представлений о здоровье шло по многочисленным направлениям, исходя из многомерности и сложности настоящей категории.

Здоровье – одна из важнейших фундаментальных проблем, решить которую человечество стремилось всегда. Здоровье человека отражает одну из наиболее приоритетных сторон жизни общества и тесно переплетается с фундаментальным правом человека на физическое, духовное, социальное благополучие при максимальной продолжительности его активной жизни.

Понятие «здоровье», его философско-методологическая и социальная интерпретации, несмотря на многочисленные толкования, остаются во многом неясными и трудными.

Существуют традиционные взгляды на определение здоровья, которое рассматривают как:

- область человеческой культуры и способность производить, поддерживать и сохранять себе подобных, а также культурные, духовные и материальные ценности;

- результат собственной деятельности и способность увеличивать длительность полноценной жизнедеятельности;

- способность к самосохранению и увеличению жизненных сил человека, а также способность улучшать возможности, свойства и способности своего организма;

- уровень адаптационных возможностей организма и способность приспособляться к среде обитания и своим возможностям, сохраняя для себя искусственную и естественную среду обитания;

- способность созидать адекватное самосознание, морально-этическое отношение к себе, своему окружению и будущим поколениям через систему воспитательно-образовательных учреждений посредством формирования здоровьесберегающей образовательной среды и медико-физиологического сопровождения процесса обучения [7, с. 16].

Интересным является положение о том, что *здоровье – категория не только медицинская и биологическая, но философская и социальная*, поэтому содержание понятия «здоровье» зависит от целенаправленности использования этого термина [4, с. 19].

Философия стремится к целостному осмыслению здоровья через природу человека, гармонию его отношений с окружающим миром, а также между собственным телом и духом, дает представление о мере и норме жизни; философия здоровья призвана изучать и рекомендовать наиболее целесообразные методологические подходы к пониманию здоровья [1, с. 187].

Социология имеет дело со здоровьем как с социальным феноменом. Она изучает проблемы укрепления и разрушения здоровья людей на всех уровнях – от индивида до общества в целом; функционирования социальных институтов, направленных на укрепление или разрушение здоровья; социально-культурные факторы труда, быта, отдыха, образа жизни, способствующие укреплению или разрушению здоровья индивида, социального слоя, этноса, общества, всего человечества. Иначе говоря, социология исследует связи и взаимодействия человека с социальной средой по поводу здоровья [6, с. 21].

Авторы научных трудов по-разному трактуют содержание феноменов «здоровье», «здоровье людей», «ЗОЖ» [4, с. 19].

И. И. Брехман считает, что «здоровье человека – это его способность сохранять соответствующую возрасту устойчивость в условиях резких изменений количественных и качественных параметров триединого потока сенсорной, вербальной и структурной информации» [1, с. 19].

В Большой медицинской энциклопедии здоровье индивидуума определяется как «естественное состояние организма, характеризующееся его полной уравновешенностью с внешней средой и отсутствием каких-либо болезней» [1, с. 20].

В. П. Казначеев рассматривает здоровье человека «как динамическое состояние сохранения и развития его психофизиологических функций, оптимальной трудоспособности и социальной активности при максимальной продолжительности активной жизни» [8]. Это определение вызывает наш интерес в силу ухудшающихся социально-экономических условий, требующих особого напряжения различных регуляторных систем, которое выражается в растущей затрате психических, физических резервов организма, направленных

на предотвращение патологических процессов.

Анализ литературы показал, что очень распространено определение здоровья, данное Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ): «Здоровье – это состояние физического, духовного (психического) и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков» [4]. Ученые, предложившие такое определение, выделяют несколько составляющих феномена «здоровье»: оно, как правило, представлено *физическим (соматическим), психическим, духовным (душа и разум) и социальным* компонентами.

Физический компонент здоровья включает нормальное анатомо-физиологическое функционирование организма и всех его систем. *Психический (эмоциональный)*

аспект здоровья подразумевает нормальное психоэмоциональное состояние и способность его контролировать. *Духовный компонент здоровья*, который является в настоящее время определяющим фактором формирования целостного здоровья, отражает целевые установки личности и общества и пути их реализации. *Социальный компонент здоровья* включает осознание личностью своего пола и позиции в обществе, взаимодействие с окружающими [4].

Таким образом, осуществленный нами анализ терминов «здоровье» и «ЗОЖ», представленных в научной литературе, позволяет говорить о том, что, во-первых, они носят контекстный характер, во-вторых, многозначность толкований свидетельствует о развитии этих терминов, что, безусловно, положительно для движения педагогической науки.

Примечания

1. Большая медицинская энциклопедия / гл. ред. Б. В. Петровский. 3-е изд. М., 1978. Т. 8. С. 355–357.
2. Брехман И. И. Философско-методологические аспекты проблемы здоровья человека // Вопросы философии. 1982. № 2. С. 48–53.
3. Булич Э., Муравов И. От понимания сущности здоровья к его диагностике и целенаправленной стимуляции // Валеология. 2004. № 1. С. 4–12.
4. ВОЗ // Основные документы ВОЗ. 36-е изд. Женева, 1986. С. 1.
5. Димов В. М. Философия и социология здоровья. Алматы, 1998.
6. Журавлева Н. В., Антонов А. И., Шилова Л. С., Бабин Е. Б. Отношение человека к здоровью и продолжительности жизни. М., 1989. С. 21.
7. Здоровье и образование: материалы Международного конгресса валеологов Третьей Всероссийской научно-практической конференции «Педагогические проблемы валеологии» / под ред. В. В. Колбанова. СПб., 1999. 250 с.
8. Казначеев В. П. Основы общей валеологии. Воронеж: НПО «МОДЕК», 1997. 48 с.
9. Татарникова Л. Г. Педагогическая валеология. Генезис. Тенденции развития. СПб., 1997. 416 с.