

## **КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ ЛИЧНОСТИ: РЕТРОСПЕКТИВНЫЙ АНАЛИЗ**

Выдвижение проблемы здоровья в число приоритетных задач общественного развития приобретает ведущее значение среди глобальных проблем современности, определяющих будущее человечества. В статье представлена конкретизация понятий «здоровье», «культура», «культура здоровья», раскрывается контекст формирования культуры здоровья личности на протяжении исторического развития общества и делается вывод об актуальности и значимости рассматриваемой проблематики на сегодняшний день.

здоровье; культура; культура здоровья

## **CULTURE OF HEALTH PERSONALITY: A RETROSPECTIVE ANALYSIS**

Extension of health problems among the priorities of pan-governmental development assumes the leading role among the global challenges of our time pro-defining the future of mankind. The paper put the pre-specification of the concepts of "health", "culture", "health culture", revealed the context of building a culture of health of individuals throughout the historical development of society and the conclusion of the topicalness and relevance of the problem under consideration today.

health; culture; health culture

Психолого-педагогическими, социальными, философскими исследованиями доказано, что проблема формирования культуры здоровья личности берет свои истоки с древних времен. Поэтому для определения сущности понятия «культура здоровья» в историческом контексте подвергнем анализу категории «культура» и «здоровье» по отдельности, а затем рассмотрим их соотношение в интеграции, которое позволит выявить их органичное сочетание и единство.

Обращаясь к термину «культура», следует отметить, что он является фундаментальным в спектре массива наук, изучающих человека. В научной

литературе - философской, социологической, исторической, психологической можно встретить множество, порой различающихся между собой определений культуры, каждое из которых охватывает отдельные, зачастую одни стороны культуры, иногда упуская из виду другие, не менее существенные.

Так, в педагогическом словаре Коджаспировой Г.М и Коджаспирова А.Ю. приводится следующее определение культуры: культура (от лат. *Cultura* – возделывание, развитие, воспитание) – исторически определенный уровень развития общества, творческих сил и способностей человека, выраженный в типах и формах организации жизни и деятельности людей, в их взаимоотношениях, а также в создаваемых ими материальных ценностях<sup>1</sup>.

Аналогичное определение культуры можно встретить и в Большой Советской Энциклопедии. На наш взгляд, культура – это сложная динамическая развивающаяся система, форма бытия человека, выраженная в продуктах материальной и духовной деятельности.

В первобытном обществе уже шел процесс формирования социума, возникал механизм социальной защиты детей, развивались элементы физической культуры. Именно в первобытное время зародились такие отрасли культурной деятельности, как религия, музыка, искусство, поэзия, образование и др. Уже в то время человек говорит и пишет «о здоровье тела и духа». Говоря о древней культуре следует отметить выдающихся мыслителей, таких как Цицерон, Платон, Аристотель, Гиппократ<sup>2</sup>.

В эпоху средневековья дефиниция «культура» потерпела существенные изменения: место человека занимает Бог как высшее благо и совершенство.

В эпоху Возрождения широкое распространение получают идеи гуманизма, когда возникает идея о человеке как творце культуры. Культура понимается как чисто человеческий мир, который отличается и от мира природы (представления Античности), и от божественного мира (восприятие культуры

---

<sup>1</sup> Коджаспирова Г.М., Коджаспиров А.Ю. Педагогический словарь: Для студ. высш. и сред. пед. учеб. заведений. — М.: И; М.: Изда-тельский центр «Академия», 2000. С. 54.

<sup>2</sup> Богомолов А.С. Античная философия. М., 2001., с. 21

в эпоху средневековья). Мыслители Возрождения подчеркивают тот факт, что культура - это сущностная характеристика человека<sup>3</sup>.

В XVIII-XIX вв. в «эпоху разума» и «серебряного века» понятие «культура» прочно вошло в научную литературу и в языки всех стран Европы. Это период расцвета литературы и искусства. Культура стала рассматриваться не только как непрерывный процесс усовершенствования, но и как определенная ступень развития человека. Иными словами, интеллектуальное, эстетичное, нравственное совершенствование человека, процесса его эволюции<sup>4</sup>.

XX в. стал датой рождения многочисленных творческих сообществ, художественных школ, направлений, течений, стилей, подарив отечеству гениальных ученых и исследователей, талантливых художников, писателей, музыкантов, режиссеров. А XXI в – расцвет гуманистической культуры. В современном понимании Глазачев С.Н., Каленская Е.В., Кузьмина Н.В. в рамках наиболее общего представления рассматривают культуру как:

- уровень развития чего-нибудь, степень соответствия образцам и в плане образованности, просвещенности, воспитанности;
- социально-прогрессивная творческая деятельность человечества во всех сферах бытия и сознания;
- глубокое, осознанное и уважительное отношение к наследию прошлого и способность к творческому пониманию и преобразованию действительности в той или иной сфере деятельности и отношений<sup>5</sup>.

Согласно точки зрения Э.А. Орловой, культура фиксирует аспект общественных отношений, представленный, набором ценностей, способов деятельности и взаимодействий индивидов, механизмами организации и регуляции их связей с окружением. Зарубежные исследователи McIvor, O., Napoleon, A., &

---

<sup>3</sup> Торосян В.Г. Культурология. История мировой и отечественной культуры. М., 2005. С. 31-52.

<sup>4</sup> История педагогики и образования. От зарождения воспитания в первобытном обществе до конца XX в. / под ред. А.И. Пискунова. М., 2001, с. 35-36

<sup>5</sup> Лебедченко Светлана Юрьевна. Формирование культуры здоровья будущего учителя в процессе профессиональной подготовки : Дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08 : Волгоград, 2000. 266 с

Dickie, K.M. трактуют понятие «культура» как систему веры, ценностей, традиций, передающихся из поколения в поколение посредством обучения, экологического знания<sup>6</sup>. При таком подходе культура понимается как процесс и как результат.

Несмотря на различные точки зрения в трактовке термина культура, позиции многих ученых совпадают в том, что культура создана человеком и существует для человека, воплощает особенности творческого самовыражения людей, поскольку, согласно взглядам Л.И. Лубышевой, человек – это высшая ступень развития биологической эволюции, элемент живой природы во взаимосвязи с этим человек - творец, активный участник исторического процесса развития материальных и духовных ценностей, участник социальной жизни<sup>7</sup>.

В данном контексте прослеживается идея гармонизации отношений человека и природы, человека и человека, человека и социума, идея равновесного существования человека и общества. Культура выступает в качестве меры осознания человека к самому себе, к обществу и природе.

Таким образом, культура – это и совокупность духовных и материальных ценностей (Д.Н. Ушаков, Е. С. Гапацевич), и социальное наследие человечества (Э. Сепир, Р. Линтон), и система образцов поведения, сознания людей (Н.С. Розов, Э.Ю. Слобьев), и определенный уровень творческих сил и способностей человека, выраженный в типах и формах организации жизни и деятельности людей. Человек в сфере культуры осуществляет деятельность в трех аспектах: познает (потребляет) культуру, действует в общественной среде как носитель определенных культурных ценностей и создает новые ценности, которые становятся базой для развития культуры следующих поколений, «ибо ценности определяют изнутри, из глубин индивидуальной и социальной жизни то, что называется культурой народа и общества, и именно так ценности

---

<sup>6</sup> McIvor, O., Napolean, A., & Dickie, K.M. (2009). Language and culture as protective factors for at-risk communities. *Journal of Aboriginal Health*, 6-25

<sup>7</sup> Лубышева, Л.И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. - 1997. - № 6. - С. 11-15.

становятся ядром этой культуры»<sup>8</sup>. Культура сохраняет единство нации, государства и общества, так как она определяется степенью осуществления ценностей и реализации ценностных отношений во всех сферах человеческой жизнедеятельности. В процессе своей эволюции, создавая новый продукт, культура обобщает все, уже ранее накопленные знания, воплощая их в жизнь в новых формах.

Исходя из вышесказанного, истолкование содержания культуры базировалось на антропологическом подходе, который предполагает рассмотрение жизни человека во всем ее многообразии. Аксиологический подход к объяснению специфики и содержания культуры, как отмечают А.Г. Выжлецов, В.Н. Соловьева позволяет объединить ее бесчисленные свойства вокруг понятия ценности, поскольку ценности определяют из глубин индивидуальной и социальной жизни то, что мы называем культурой народа и общества, и именно так ценности становятся ядром этой культуры. Культура определяется степенью осуществления ценностей и реализации ценностных отношений во всех сферах человеческой жизнедеятельности. Поскольку ценность служит фундаментом любой культуры.

Истоки понимания здоровья как высшей человеческой ценности вне зависимости от времени, места и общественного уклада общества, сформировались еще в контексте античной культуры, при этом философы античного мира выдвигали в качестве ведущей идею оптимального соотношения различных составляющих телесной и душевной природы человека, образующих упорядоченное внутреннее единство. Уже в Древней Индии, за 6 веков до н.э. в «Ведах» были сформулированы основные принципы ведения здорового образа жизни, приводились разумные советы по сохранению здоровья человека.

Суть античного эталона состоит в понимании здоровья как внутренней согласованности элементов человеческой природы: тела, души и духа. Здоровье

---

<sup>8</sup> Выжлецов, А.Г. Аксиология культуры / А.Г. Выжлецов. - СПб.: Изд-во СПб Университета, 1996. - 152 с.

вье приобретает самостоятельное значение и смысл, воспринимается как особая ценность, определяющая индивидуальные характеристики человека. Человек говорит и пишет о здоровье. Об этом свидетельствуют клинописные тексты Древней Месопотамии и другие документы. Необходимо подчеркнуть, что в период античности тема здоровья воспринимается как особая ценность, приобретает не только медицинский, но и философский аспект.

Аксиологический подход к здоровью был предложен Платоном, который в своем труде «Законы» поместил «здоровое состояние души» в иерархию «человеческих и божественных благ». Мыслителем впервые в педагогике была выдвинута идея здоровьесбережения. Великим мыслителем, древнегреческим философом Алкмеоном (V в. до н. э.) было дано одно из первых определений понятия «здоровье»: здоровье - есть гармония противоположно направленных. Гиппократ (около 460-377 до н. э.) акцентирует свое внимание на физическом здоровье человека. Он сформулировал основные правила здорового образа жизни: ежедневные физические упражнения, ежедневные умственные нагрузки, воздержание от употребления алкоголя. Представляют особый интерес его работы «О воздухе, воде и почве», «О здоровом образе жизни», в которых неоднократно подчеркивалась ценность различных методов укрепления здоровья человека. В трудах Аристотеля (384-322 до н. э.) содержатся не только сведения медицинского характера, но и понятие о целостности человеческого организма. Ярким доказательством того, что тело и здоровье являются предметом особой заботы для человека античности, служат Олимпийские игры. Кроме того, в своих трудах он отмечал, что дети с раннего возраста должны заниматься физической культурой, и обязательно должны быть занятия гимнастикой<sup>9</sup>.

Авиценна создал первую в истории медицинскую энциклопедию.

Элементарные правила гигиены, способствующие сохранению здоровья, встречались уже в древних рукописях X-XI вв. Так, в книге XII в. «Поуче-

---

<sup>9</sup> Богомолов А.С. Античная философия. М., 2001., с. 51-53.

ние князя Владимира Мономаха детям», именуемом как архетипическим кодексом культуры здоровья, говорится о необходимости закаливания и дневного сна. В этом первом известном науке русскоязычном тексте педагогического содержания повествуется о целостной философии здорового образа жизни. Различные гигиенические наставления к обучению и жизни широко представлены в таких литературных памятниках, как «Домострой» (XV-XVI вв.), в котором прослеживается стремление привить населению гигиенические навыки и отрицательное отношение к вредным привычкам и «Регламент, или устав духовной коллегии Феофана Прокоповича» (XVII в.).

В средневековую эпоху задачи воспитания сливались с задачами оздоровления души, но в трудах философов-богословов встречались редкие для того времени советы гигиенического характера, рекомендации по укреплению здоровья детей (А. Августин, С. Боэций, И. Златоуст и др.). Кроме того, выдающиеся ученые средневековой медицины (Ибн-Сина, аль Фараби, аз-Захрави и др.) начинают говорить не только о необходимости лечения болезни, но и о сохранении и поддержании здоровья тех, кто им обладает. Происходит установка на здоровье как на необходимый компонент жизнедеятельности человека. В XV-XVI вв. стали известны греческие рукописи Галена, которые существовали ранее только в арабских переводах, были извлечены из забвения труды К. Цельса «О медицине», «О здоровье», труды Плиния, Мондино и других известных авторов.

Эпоха Возрождения именуется появлением книгопечатания. В трудах педагогического характера вопросы гармоничного умственного и физического развития ставились наряду с организацией разумного образа жизни ребенка в соответствии с его возрастными и индивидуальными особенностями (Ф. Рабле).

Великие педагоги прошлого (Я.А. Коменский, Д. Локк, И.Г. Песталоцци) включали нормы здорового образа жизни в правила нравственного поведения детей и рассматривали их как важную характеристику стиля жизни, поддерживающего здоровье.

В XVIII в. были открыты детские учреждения закрытого типа. И.И. Бецким были написаны труды, в которых пропагандируют передовые для того времени мысли о гигиене и физическом воспитании детей, тем не менее школы того времени не содействовали получению таких знаний, а наоборот, подавляли у учащихся интерес к учению и знанию основ «О здоровье». С середины XVIII века проблеме сохранения здоровья в России уделяется особое внимание. В этот период заслуживают внимания работы великого ученого М.В. Ломоносова. Меры по сохранению и укреплению здоровья были предложены им в обращении «О сохранении и размножении российского народа», цель которых было улучшение благосостояния народа путем распространения культуры, научных и медицинских знаний.

XIX в. ознаменован первым упоминаниями о курортологии как о науке.

С середины XIX-начала XX вв. проблема здоровья человека в педагогике рассматривалась как составляющая культуры человека. Огромный вклад в теорию зарождения здорового образа жизни внесли работы великих русских врачей: И.М. Сеченова, В.М. Бехтерева, Н.И. Пирогова и др. Так, известный ученый Н.И. Пирогов (1810-1881 гг.), заложил основы педагогической валеологии. В его работах были выделены такие важные аспекты здоровья, как духовный, нравственный, социальный и соматический.

Н.Г.Чернышевский указывал на важность и необходимость физического и духовного развития человека. Видное место отводил ежедневным физическим упражнениям, закаливанию организма, которые рассматривал положительно и с точки зрения воспитания воли. Для правильной постановки физического воспитания А.Н. Добролюбов, в свою очередь, предлагал использовать разнообразные средства физического развития, соответствующие возрасту и силам детей, чередовать физические и умственные упражнения, труд и отдых, обеспечить нормальное питание и сон ребенка.

Проблемой изучения состояния здоровья и динамики физического развития подрастающего поколения начинают заниматься отечественные и зарубежные гигиенисты, педиатры, психологи. Так, ученые В.Г. Нестеров, И.И.

Быстров, А.В. Беляев, А. Кей и многие другие выявили различные отклонения в состоянии здоровья детей, обусловленные большой нагрузкой<sup>10</sup>.

Внимания заслуживают также труды и деятельность выдающихся советских педагогов Н.К. Крупской, А.С. Макаренко, В.А. Сухомлинского, которые большой вклад внесли для научного обоснования физического воспитания, заложили здоровые сберегающие элементы в учебно-педагогический процесс образовательных учреждений.

Необходимо также подчеркнуть, что великим событием стало открытие в 1889 г. П.Ф. Лесгафтом Института человека, первого в мире института, занимавшегося комплексными проблемами человека, далее именован в Институт физкультуры им. П.Ф. Лесгафта, который стал заниматься проблемами физического образования в России.

Ценны идеи и мысли о правильном отношении к своему здоровью великих ученых-педагогов прошлого К.Д. Ушинского, П.Ф. Лесгафта, В.П. Каптерева, А.С. Макаренко, В.А. Сухомлинского и др.

Понятие «здоровье» в настоящее время является дискуссионным, не имеет общепринятого унифицированного толкования, характеризуется многозначностью и неоднородностью состава. Здоровье человека определяют с точек зрения: медико-биологической (Н.М. Амосов, В.И. Бондин; социологической (И.М. Быховская, И.С. Ларионова, Л.И. Лубышева); психолого-педагогической (Э.И. Байнер, Л.П. Матвеев, С.И. Филимонов и др.), экологической (Д.Д. Венедиктов) и пр. Здоровье как философскую и гуманитарную проблему самоорганизации человека исследовали такие авторы, как Д.И. Дубровский, Р.С. Карпинская, В.М. Розин, Б.Г. Юдин и др. В.П. Петленко и Д.Н. Давыденко, анализируя феномен здоровья отмечают тот факт, что здоровье отражает качество приспособления организма к условиям внешней среды и представляет итог процесса взаимодействия человека и среды обитания и также состояние здоровья формируется в результате взаимодействия экзогенных

---

<sup>10</sup> Сайко Э.В. Здоровье как явление социального бытия и основание действенной силы человека в его эволюции // Мир психологии. 2000. № 1. с. 5-3.

(природных и социальных) и эндогенных (наследственность, конституция, пол, возраст) факторов.

Современные ученые (И.В. Вершинина, О.Н. Волкова, М.Я. Якунчева и др.) едины в своих взглядах, определяя здоровье человека как динамичное состояние сохранения, развития биологических, физиологических и психических функций и выделяют следующие основные компоненты: соматический (текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития); физический (уровень роста и развития органов и систем организма, представляющий морфологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции); психический (состояние психической сферы, общего душевного комфорта, обеспечивающего адекватную поведенческую реакцию); нравственный (комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информационной сферы жизнедеятельности, базирующихся на системе ценностей, установок и мотивов поведения индивида), социальный (мера социальной активности, форма деятельностного отношения к миру)<sup>11</sup>.

Зарубежные исследователи Cargo, M., Peterson, L., Lévesque, L. представляют понятие «здоровье» «колесом медицины», символизирующим «баланс, взаимозависимость и комплексность»<sup>12</sup>. Однако при этом Wilson, K. представляет это «колесо медицины» в виде комбинации четырех аспектов здоровья (физический, умственный, эмоциональный, и духовный), каждый из которых символизирует своего рода баланс, взаимозависимость между собой<sup>13</sup>. Judith P. P., Shonkoff, J. P., Almqvist, L., Kyla A. U., в свою очередь, отмечают, что многообразие интерпретаций понятия «здоровье» отражается через призму различных подходов к данному феномену (социально-политический,

---

<sup>11</sup> Дыхан, Л.Б., Кукушин, В.С., Трушкин, А.Г. Педагогическая валеология. М.: ИКЦ «Март»; Ростов н/Д, 2005. - С.8-10.

<sup>12</sup> Cargo, M., Peterson, L., Lévesque, L., & Macauley, A. (2007). Perceived wholistic health and physical activity in Kanien'kehá:ka youth. Pimatisiwin, 87-110

<sup>13</sup> Wilson, K. (2003). Therapeutic landscapes and First Nations peoples: An exploration of culture, health and place. Health & Place, 9, 83-93.

биомедицинский, культурологический, плюралистический и пр.), а также подчеркивают влияние социокультурной среды в формировании здоровья.

Рассматривая различные характеристики здоровья, ученые выделяют: «здоровье как состояние», «здоровье как норма», «здоровье как способность», «здоровье как ценность».

Ценность здоровья - это наивысшее и абсолютное значение здоровья для человека, общества, обеспечивающее их культуру на основе осмысления биологического, социально-экономического, эстетического, морально-нравственного и иных компонентов общественных отношений. На ценности здоровья ориентируется поведение современного общества, выраженное в конкретных формах своего существования. Ученые подчеркивают, что по аксиологической иерархии здоровье относится к разряду высших, универсальных ценностей, так как имеет непреходящее, всеобъемлющее и вневременное значение.

Вышеизложенное дает нам основание для уяснения понятия «культура здоровья».

Термин «культура здоровья» предложил в 1968 году В. А. Скумин. С тех пор нововведенное понятие прочно вошло в научную и научно-популярную литературу, в повседневную речь. В научном исследовании, посвященном анализу современных подходов к изучению феномена культуры здоровья, на Восьмой Международной научно-практической интернет-конференции «Научный потенциал 2012» приведено определение культуры здоровья, данное В. А. Скуминым в 1995 году: «Культура здоровья — фундаментальная наука о человеке и его здоровье, интегральная отрасль знания, разрабатывает и решает теоретические и практические задачи гармоничного развития духовных, психических и физических сил человека, его оптимальной биосоциальной адаптации к среде обитания»<sup>14</sup>.

---

<sup>14</sup> Скумин, В.А. Культура здоровья – фундаментальная наука о человеке / В.А. Скумин. – Терос: Новочебоксарск, 1995. – Вып. 1. –132с.

Теория и практика формирования культуры здоровья – многосторонний процесс, результаты которого проявляются в различных масштабах и направлениях. В настоящее время сложился ряд подходов к пониманию сущности культуры здоровья (Г.К.Зайцев, В.В.Колбанов, Т.А.Берсенева, Л.Г.Татарникова, С.В.Васильев), её содержания и структуры (И.Ю.Глинянова, Э.Н.Вайнер, Е.Е.Мамаева, А.М.Митяева), определению принципов формирования культуры здоровья педагога (Л.И.Уткина).

Отечественными и зарубежными учеными изучаются проблемы формирования культуры здоровья в самых многообразных аспектах:

- медико-биологические основы здоровья и здорового образа жизни (Р.И. Айзман, М.М. Безруких, В.П. Казначеев);
- социальные аспекты сохранения здоровья и формирования культуры здоровья (М.Ю. Абросимова, А.В. Мудрик, А.М. Осипов);
- сохранение и укрепление психического и психологического здоровья (Я.Л. Коломинский, Е.А. Панько, Е.М. Семенова, Е.П. Чеснокова).

С позиций современных научных представлений, культуру здоровья рассматривают как: «степень совершенства», «форма бытия», «сознательная система действий», «практикоориентированная система валеологических знаний», «сложноструктурное образование личности», «продукт педагогической суперпозиции культур», «синтез понятий». Более подробно сущностные характеристики понятия «культура здоровья» представлены в табл. 1.

Культура здоровья личности является одним из видов общечеловеческой культуры и обладает теми существенными чертами, которыми обладает культура вообще. Она, как и другие виды культур, представляет собой целостную систему, состоящую из ряда взаимосвязанных элементов:

- системы знаний: экологических, валеологических, медицинских, гигиенических; о безопасности и возможных рисках;
- системы потребностей к экологически целесообразному, безопасному и здоровому образу жизни;
- системы способов развития и разумной траты своего здоровья;

- системы ценностных ориентаций по отношению к среде: внешней-природной, социальной, культурной; внутренней-организму человека и к своему здоровью<sup>15</sup>.

Таблица 1

*Сущностные характеристики понятия «культура здоровья»*

Сущностные характеристики понятия «культура здоровья»	Словарная (справочная) литература, авторы научных исследований	Место и год издания
Интегративное личностное образование», являющееся выражением гармоничности, богатства и целостности личности, универсальности ее связей с окружающим миром и людьми, а также способности к творческой и активной жизнедеятельности	О.А. Ахвердова, В.А. Магин «К исследованию феномена «культура здоровья» в области профессионального физкультурного образования»	Москва, 2002
Культура здоровья является составной частью общей культуры человека, определяющей социализацию и социальную успешность личности в процессе жизнедеятельности	З.И. Кольчев «Культура здоровья и социальное развитие»	Сургут, 2002
Исторически закрепленная программа организации безопасной жизнедеятельности и преемственности воспитания здорового поколения	С.Н. Горбушина «Мировоззренческие детерминанты формирования культуры здоровья будущего учителя»	Ижевск, 2005
Сложноструктурное образование личности, характеризующееся определенным уровнем валеологической образованности и развития личности	В.Н. Ирхин «Методические рекомендации по организации воспитания культуры здоровья учащихся»	Белгород, 2015
Совершенство знаний, ценностей, норм, идеалов, связанных с представлениями о здоровье, выражающих отношение к нему как к ценности; система установок, выполняющих регулятивно-ориентирующие функции в отношении тех видов деятельности, которые обеспечивают формирование, поддержание и укрепление здоровья; совокупность результатов этой деятельности	И.М. Быховская «Образование и культура здоровья»	Москва, 2005
Важнейшая человеческая ценность, обуславливающая более полное и целостное осмысление природы и сущности человека как потенциальной основы здоровья	М.С. Каган «Введение в историю мировой культуры»	Санкт-Петербург, 2003

<sup>15</sup> Малярчук, Н.Н. Концептуальные подходы к понятию «культура здоровья» / Н.Н. Малярчук // Вестник Тюменского государственного университета. –2006. – № 1. – С. 255-263.

Обобщая взгляды исследователей, занимающихся изучением проблемы формирования культуры здоровья, мы считаем необходимым выделить следующие признаки, характеризующие культуру здоровья индивида:

- глубокая заинтересованность в деятельности, направленной на оздоровление собственного организма, раскрытия его резервных возможностей;

- наличие знаний о здоровье человека и методах его формирования, наличием позитивных целей и ценностей, а также грамотное и осмысленное отношение к своему здоровью, природе, обществу;

- целостное единство способностей, потребностей, знаний, навыков, ценностных ориентаций, детерминирующих формирование здоровья, здорового образа жизни;

- здоровьесохрannое поведение, способствующее организации здорового образа жизни, позволяющего активно регулировать состояние человека с учетом индивидуальных особенностей организма, реализовывать программы самосохранения, самореализации, саморазвития, приводящих к гармоничному единству всех компонентов и целостному развитию личности.

Необходимо также подчеркнуть, что в понятие «культура здоровья» необходимо включать не только большой объем знаний о сущности человека и его взаимодействии с окружающим миром, но и формирование мотивов к стремлению быть здоровым, формирование соответствующей смысловой сферы деятельности, полезных и нужных привычек и стереотипов поведения, умения ориентироваться в потоках внутренних и внешних событий.

Таким образом, ретроспективный анализ подходов к феномену «культура здоровья» показал, что данное понятие является составной частью общей культуры и отражает уровень образованности личности. Феномен «культура здоровья» является полноправной, социально-значимой составляющей общей культуры личности, личностным интегративным качеством, формирующимся в процессе систематического, целенаправленного воспитания и обучения на основе эмоционально-ценностного отношения к своему здоровью, к организа-

ции здорового образа жизни, валеологического мышления, а также накопления опыта применения знаний, умений и навыков в активной жизнедеятельности, что способствует раскрытию своих потенциальных способностей и возможностей. И когда происходит переход общества в новое историческое состояние, требуются иные подходы в исследовании проблем здоровья и выработка иных парадигм.

Библиографический список:

1. Cargo, M., Peterson, L., Lévesque, L., & Macauley, A. (2007). Perceived holistic health and physical activity in Kanien'kehá:ka youth. *Pimatisiwin*, 87-110.
2. McIvor, O., Napoleon, A., & Dickie, K.M. (2002). Language and culture as protective factors for at-risk communities. *Journal of Aboriginal Health*, 6-25
3. Wilson, K. (2003). Therapeutic landscapes and First Nations peoples: An exploration of culture, health and place. *Health & Place*, 9, 83-93.
4. Богомолов А.С. Античная философия. М., 2001., С. 21-53
5. Выжлецов, А.Г. Акциология культуры / А.Г. Выжлецов. - СПб.: Изд-во СПб Университета, 1996. 152 с.
6. Дыхан, Л.Б., Кукушин, В.С., Трушкин, А.Г. Педагогическая валеология. М.: ИКЦ «Март»; Ростов н/Д, 2005. С.8-10.
7. Коджаспирова Г.М., Коджаспиров А.Ю. Педагогический словарь: Для студ. высш. и сред. пед. учеб. заведений. — М.: И; М.: Издательский центр «Академия», 2000. С. 54.
8. История педагогики и образования. От зарождения воспитания в первобытном обществе до конца XX в. / под ред. А.И. Пискунова. М., 2001, с. 35-36.
9. Лебедченко Светлана Юрьевна. Формирование культуры здоровья будущего учителя в процессе профессиональной подготовки : Дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08 : Волгоград, 2000. 266 с.

10. Лубышева, Л.И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. 1997. № 6. С. 11-15.
11. Малярчук, Н.Н. Концептуальные подходы к понятию «культура здоровья» / Н.Н. Малярчук // Вестник Тюменского государственного университета. 2006. № 1. С. 255-263.
12. Сайко Э.В. Здоровье как явление социального бытия и основание действенной силы человека в его эволюции // Мир психологии. 2000. № 1. с. 5-3.
13. Скумин, В.А. Культура здоровья – фундаментальная наука о человеке / В.А. Скумин. –Терос: Новочебоксарск, 1995. Вып. 1. 132с.
14. Торосян В.Г. Культурология. История мировой и отечественной культуры. М., 2005. С. 31-52.