

НАУЧНО-ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ ЛИЧНОСТИ В СИСТЕМЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ЗНАНИЯ

Шебеко Валентина Николаевна

докт. пед. наук, доцент БГПУ имени М. Танка,

Латыговская Ольга Викторовна

аспирант БГПУ имени М. Танка

Аннотация

Одним из идейных ориентиров формирования модели устойчивого социально-экономического развития Республики Беларусь в период до 2030 года является приоритетное развитие систем здравоохранения, образования и культуры, как важнейших сфер жизнедеятельности общества, факторов творческого развития личности, источников социальной стабильности и здоровья нации. Целью статьи является научно-теоретическое исследование основ культуры здоровья личности в системе педагогического знания. Раскрыта сущность культуры здоровья личности, обоснована ее понятийная структура (валеологическая образованность, валеологическая сознательность, валеологическое поведение), способствующая становлению у индивидуума активной жизненной концепции: осознание здоровья в высшей позиции иерархии общечеловеческих ценностей (акме – здоровье).

Ключевые слова: культура здоровья личности, образование, интегративное личностное качество, валеологическая образованность, валеологическая сознательность, валеологическое поведение, акме-здоровье.

В последние десять лет система педагогического образования в Республике Беларусь претерпела значительные перемены, характеризующиеся гуманизацией и демократизацией образовательного процесса, провозглашением личностно ориентированной парадигмы воспитания. Приоритетным направлением в

тематике проблем инновационной деятельности стала разработка системы воспитания и обучения здоровьесберегающей и оздоровительной направленности. В связи с этим одной из актуальных задач современной системы образования – сохранение и укрепление здоровья личности, формирование ценностного отношения к своему здоровью. Решение данной задачи является особенно значимой в современных социокультурных условиях, определяющих пути достижения нового качества современного образования, в котором культура здоровья выступает как предпосылка не только физического, но и личностного развития индивидуума.

Феномен «культура здоровья» впервые обосновал и ввел в употребление в 1968 году выдающийся русский мыслитель, доктор медицинских наук, основоположник Учения о Культуре Здоровья, В. А. Скумин. По мнению ученого, культура здоровья — фундаментальная наука о человеке и его здоровье, интегральная отрасль знания, которая разрабатывает и решает теоретические и практические задачи гармоничного развития духовных, психических и физических сил человека, его оптимальной биосоциальной адаптации к среде обитания [1].

Культура здоровья представляет собой многоуровневое образование, входящее в состав общей культуры и характеризующее глубину освоения валеологического опыта «содержит в себе бесконечное множество смыслов и значений, в диалоге с которыми человек самоорганизует собственную деятельность, поведение и общение в русле безопасности жизни, охраны и укрепления здоровья [1, с. 175-176; 3, с. 221-226]. На сегодняшний день научно-теоретическое обоснование культуры здоровья представлено в философских (Б. Г. Акчурин, К.А. Оглоблин), социальных (З.И. Колычева, А.В. Мудрик), культурологических (И.М. Быховская, Н.Е. Полтавцева), медико-биологических (В.А. Скумин, Ю.С. Малов, Ю.Е. Маляренко, Ю.С. Митин, М.В. Розин) исследованиях. Единогласно ученые признают, что, как часть общечеловеческой

культуры, понятие «культура здоровья» является не только качественной характеристикой валеологических, педагогических и культурологических знаний, но и как система целостного развития личности.

Осмысление научно-теоретических основ культуры здоровья личности позволяет констатировать ее несомненную значимость и важность в системе педагогического знания. Ученые (А.И. Жук [5, с. 4-10], А.В. Торхова [5, с.81-83]) отмечают, что образование «как социальный институт», «как процесс развития и саморазвития личности» является «неотъемлемой частью общества и механизмом трансляции культуры, воплощенным в эмоционально-ценностном отношении к миру», ключевой задачей которого, как дополняет С.И. Гессен, служит «превращение природного человека в культурного» [4, с. 36]. Эти обстоятельства позволяют утверждать, что культура и образование – это симметричные понятия, зеркально отражающие друг друга, следовательно, образование служит проводником для человека в мир культуры, обеспечивая формирование ценностного отношения личности к окружающему миру, к самому себе. Основным средством передачи культуры является межличностные отношения педагога, как индивида, транслирующего культурные ценности и обучающегося, как личности усваивающего передаваемую информацию. В этой корреляционной взаимозависимости культура выступает предпосылкой и результатом образования личности. Акцентируя особое внимание на усиление культурологической направленности образования И.Д. Бех и Н. Крылова отмечают, что культуре здоровья необходимо учить, формировать, поскольку она отражает уровень образованности людей в сфере их жизнедеятельности.

Дефинируя сущностные характеристики основ культуры здоровья личности, исследователи (А.К. Басте, Е.Г. Диканова) дополняют, что культура здоровья – это область культуры, которая связана, главным образом, с социальным преобразованием и сохранением здоровья личности, включающая в себя реальность, существующую в виде форм и способов укрепления здоровья, а также

качественные стороны поведенческих форм деятельности, отношений и взаимодействий людей, от которых зависит степень реализации потенциала здоровья индивидуума и здоровье нации. Так, рассматривая сущность культуры здоровья через призму валеологической активности личности, Л. И. Безуглая отмечает, что «в системе мероприятий по формированию культуры здоровья индивида важным условием является его собственная активность как следствие осознанной потребности к ведению здорового образа жизни» [2, с. 3]. Однако, феномен «культура здоровья личности» отражает качественно иную форму жизнедеятельности человека, и представляет собой не только деятельность индивидуума по сохранению и укреплению здоровья, но и сложное интегративное личностное качество. И это качество является тем личностным образованием, которое обуславливает не только эффективность ее психофизического развития, но и формирует валеологическое поведение личности в обществе. Так, В. В. Кожанов, определяя культуру здоровья как интегративное личностное качество, формирующееся в процессе систематического, целенаправленного воспитания и обучения на основе ценностного отношения к здоровью, и организации здорового образа жизни, подчеркивает, что содержание культуры здоровья состоит из трех компонентов интеллектуального – знания как организовать здоровый образ жизни, сберечь и поддержать здоровье; ценностного – позитивное отношение к своему здоровью; действенно-практического – применение знаний, умений и навыков в практике организации здорового образа жизни [6, с. 12-14].

Следовательно, культура здоровья личности является системообразующим и жизнеобеспечивающим компонентом здоровья и важнейшей качественной характеристикой уровня ее развития, воспитания и оздоровления в мире культуры.

Являясь одним из видов общечеловеческой культуры, культура здоровья обладает теми существенными чертами, которыми обладает культура в целом:

- реализация программы самосохранения, самореализации, саморазвития, ведущей к целостному гармоничному развитию личности;

- грамотное и осмысленное отношение к природе, обществу;
- организация здорового образа жизни, позволяющей активно регулировать состояние человека с учетом индивидуальных особенностей организма.

Однако феномен «культура здоровья» имеет и свои специфические отличительные черты. Мы согласны с выводами исследователей (О.Ю. Масалова [8], З.Н. Литвинова [7, с. 14-49]) о том, что в понятие «культура здоровья» необходимо включать не только большой объем знаний о сущности человека и его взаимодействие с окружающим миром, но и формирование знаний и представлений о здоровье, мотивации к стремлению быть здоровым, ценностных ориентаций на здоровье, а также становление на основании этого соответствующей смысловой сферы валеологической деятельности.

Вышесказанные концептуальные представления о культуре здоровья личности позволяют нам представить ее как целостную систему, состоящую из трех основных взаимосвязанных элементов: валеологическая образованность, валеологическая сознательность, валеологическое поведение (рис.1).

Валеологическая образованность предполагает создание такой информационной среды, которая обеспечивала бы возможность личности познать свои физические, физиологические, психологические, социально-нравственные особенности, а также способствовала созданию условий для решения проблем, связанных с пониманием сущности здоровья. Валеознания и валеопредставления, как составляющие валеологической образованности, раскрывают меру отражения в сознании личности поступающей извне информации о культуре здоровья. В свою очередь, они способствуют развитию валеологического сознания личности.

Валеологическая сознательность предполагает систему убеждений личности, которые чаще всего реализуются в форме оценочных суждений: глубокая заинтересованность и потребность личности в деятельности, направленной на сохранение и укрепление здоровья (валеопотребности); мотивация на сохранение и укрепление здоровья, готовность к совершению

валеопоступков (валеомотивы); осознание ответственности за свое здоровье, понимание его ценности (валеомышление).



Рисунок 1. Понятийная структура феномена «культура здоровья личности»

Исследователи (О.А. Бутакова, А.Г. Маджуга, М.В. Кабаева) подчеркивают, что важным компонентом валеологической сознательности являются также валеочувства, выражающие субъективное переживание личностью своего отношения к усваиваемым и реализуемым нормам валеоповедения. Именно в ходе развития валеочувств складывается валеологическая убежденность личности, которая представляет собой психическое состояние личности, когда осознанный человеком жизненный опыт вызывает потребность в валеологическом поведении и выступает как руководство к действию. Важнейшим элементом валеологической

сознательности выступают валеологические отношения. Они проявляются во взаимоотношениях с окружающими людьми: уважение другого человека; умение противостоять стрессовой ситуации и помочь справиться с ней другому; положительное влияние на людей, имеющих вредные привычки; пропаганда здорового образа жизни среди окружающих личным примером и разъяснительными действиями. Такие отношения предполагают направленность внимания личности на другого человека и оказание ему помощи, ориентацию на сохранение собственного здоровья и здоровья окружающих людей.

По мнению А.М. Митяевой [9, с. 7-38] из системы валеологической образованности и валеологической сознательности личности, именно валеологическая направленность выступает как интеграционная характеристика валеологической позиции личности по отношению к здоровью. Валеологическая направленность личности как специфическое целостное образование находит свое проявление в деятельности. Другими словами, речь идет о валеологическом поведении, компонентами которого являются валеологические поступки и привычки. В поступках раскрывается отношение личности к здоровью и здоровому образу жизни, систематическое совершение которых вырабатывает автоматизированное действие, выполнение которого в определенных условиях становится потребностью (привычка).

Результатом и обобщенным выражением устойчивых отношений личности, ее деятельности и поведения становятся валеологические качества личности (отзывчивость, серьезность, смелость, целеустремленность, непримиримость к вредным привычкам). Формирование валеологических привычек характеризует высший уровень культуры здоровья личности и предопределяет субъектное ценностное отношение к здоровью. Такое отношение предполагает наличие у индивидуума активной жизненной позиции: осознание здоровья в высшей позиции иерархии общечеловеческих ценностей (акме – здоровье). Исходя из этой

объективной логики, результатом сформированности культуры здоровья должна стать позиция «человек – субъект здоровьесозидания».

Таким образом, промежуточные результаты научной рефлексии культуры здоровья личности в системе педагогического знания позволяет сформулировать следующие выводы:

1. Культура здоровья – полноправная, социально-значимая составляющая общей культуры личности, личностное интегративное качество, формирующееся в процессе систематического, целенаправленного воспитания и обучения на основе ценностного отношения к своему здоровью, а также накопления опыта применения знаний, умений и навыков в активной жизнедеятельности, что способствует раскрытию потенциальных способностей и возможностей личности.

2. Понятийная структура культуры здоровья личности в системе педагогического знания представляет собой целостную систему, состоящую из трех основных взаимосвязанных элементов: валеологическая образованность, валеологическая сознательность, валеологическое поведение.

3. Результатом сформированности культуры здоровья должна стать позиция «человек – субъект здоровьесозидания», которая предполагает наличие у индивидуума активной жизненной концепции: осознание здоровья в высшей позиции иерархии общечеловеческих ценностей (акме – здоровье).

Список использованной литературы:

1. Багнетова Е.А. Культура здоровья студентов педагогического ВУЗа как необходимое условие будущей профессиональной деятельности [Текст] / Е.А. Багнетова // Успехи современного естествознания. – 2004. – №4. – 175-176 С.

2. Безуглая Л. И. Организация самостоятельной работы по формированию культуры здоровья студентов высших педагогических учебных

заведений: Автореф. дис. ... канд. пед. наук: (13.00.04) / Луган. нац. ун-т. - Луганск, 2009. - 3 С.

3. Березовская Р.А. Исследования отношения к здоровью: современное состояние проблемы в отечественной психологии [Текст] / Р.А. Березовская // Вестник СПбГУ. Сер. 12. Вып. 1. – 2011. – 221-226 С.

4. Гессен С.И. Основы педагогики. Введение в прикладную философию: учеб. пособ. / С.И. Гессен. – М.: Школа-Пресс, 1995. – 36 С.

5. Жук А.И. Образование как основа обеспечения национальной безопасности Республики Беларусь [Текст] / А.И. Жук // Адукацыя і выхаванне. – 2014. – №3. – 4-10 С.

6. Кожанов В.В. Саморазвитие культуры здоровья студента в процессе спортивно-ориентированного физического воспитания [Текст] / В.В. Кожанов // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 2. – 12-14 С.

7. Литвинова З.Н. Формирование ценностного отношения личности к культуре здоровья в образовательном процессе вуза : Дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 : Северо-Кавказский соц институт. Ставрополь, 2004 – 14-49 С.

8. Масалова О.Ю. Физическая культура: педагогические основы ценностного отношения к здоровью: учебное пособие / О.Ю. Масалова ; под ред. М.Я. Виленского. – М.: КНОРУС, 2016. – 184 с.

9. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / А. М. Митяева. – 2-е изд., стер. – М. : Издательский центр «Академия», 2010. – 7-38 С.

10. Торхова А. В. Содержание образования как средство формирования базовой культуры личности и ее развития [Текст] / А.В. Торхова. Педагогика современной школы: Основы педагогики: Дидактика: учеб. - метод. пособие / И. И. Цыркун, А. И. Андарало, Е. Н. Артеменок и др.; под общ. ред. И. И. Цыркун. – Минск: БГПУ, 2012. – 81-83 С.