

Литература

1. *Вавилова, Е.В.* Основы международного туризма [Текст]: учеб. пособие / Е.В. Вавилов. — М.: Гардарики, 2005. — 160 с.
2. *Гуляев, В.Г.* Организация туристской деятельности [Текст]: учеб. пособие / В.Г. Гуляев. — М.: Нолидж, — 1996. — 312 с.
3. *Гуляев, В.Г.* Туризм: экономика и социальное развитие [Текст] / В.Г. Гуляев. — М.: Финансы и статистика, 2003. — 304 с.
4. *Гуляев, В.Г.* Формуляры, контракты, соглашения в туристской деятельности [Текст]: учеб.-практ. пособие / В.Г. Гуляев. — М.: ПРИОР, 1998. — 336 с.
5. *Зорин, И.В.* Методика планирования и учета научно-методической работы преподавателей [Текст] / И.В. Зорин // Актуальные проблемы туризма '98: Ежегодный сб. науч. тр. РМАТ. — М.: Сов. спорт, 1999. — Вып. 2. — С. 138—141.
6. *Зорин, И.В.* Педагогика туризма как наука [Текст] / И.В. Зорин // Актуальные проблемы туризма '99: Социальные проблемы туризма в малых и средних городах. Перспективы развития туризма в Северо-Восточном Подмоскowie. — М.: РМАТ, 1999. — С. 106—113.
7. *Исмаев, Д.К.* Маркетинг иностранного туризма в Российской Федерации: Теория и практика деятельности туристических фирм [Текст]: учебное пособие для вузов / Д.К. Исмаев. — М.: Мастерство, 2002. — 192 с.
8. *Кабушкин, Н.П.* Менеджмент туризма [Текст]: учебное пособие / Н.П. Кабушкин. — Мн.: БГЭУ, 1999. — С. 567—575.

Найн А.А.

РЕТРОСПЕКТИВНЫЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ ШКОЛЫ

Коренные изменения, затрагивающие все сферы жизнедеятельности в социально-экономической структуре общества, обуславливают особое внимание специалистов к валеологическому воспитанию подрастающего поколения, испытывающего негативные влияния социальных условий жизни на состояние здоровья. Актуальность проблемы валеологического воспитания учащихся средствами физической культуры становится особенно острой у подростков, в возрасте наиболее активных физиологических перестроек. Известно, что средства физической культуры могут быть как эффективными факторами здоровьесбережения и формирования валеологической культуры, так и,

при чрезмерных физических напряжениях, источником функциональных расстройств [7, с. 96].

Сегодня до 90 % детей официально выходят из нынешней школы больными. По данным Госсанэпидслужбы, за последние пять лет в 1,6 раза возросла заболеваемость детей болезнями системы кровообращения, на 30 % увеличились показатели заболеваемости эндокринной и мочеполовой систем. Проблемы со зрением, как отмечает М.В. Антропова, встречаются у каждого десятого первоклассника, а в старшей школе очки требуются уже каждому пятому [2, с. 35].

На современном этапе валеология — наука о здоровье, становится все более приоритетной для каждого человека и общества в целом. Проблемы здоровья исследуют врачи-гигиенисты, экологи, философы, социологи, генетики, физиологи, психологи, педагоги (Г.Л. Апанасенко, И.И. Брехман, Э.Н. Вайнер, О.В. Гринина, Э.М. Казин, В.П. Казначеев, Г.А. Кураев, В.Л. Леви, В.А. Лищук, И.М. Смирнов и др.). Ученые пришли к выводу: поскольку здоровье формируется под влиянием множества внутренних и внешних факторов, оно является не только медико-биологической, но и социально-педагогической категорией.

Валеологическое воспитание в современной общеобразовательной школе обеспечивает ориентацию учащихся на здоровый стиль жизни. Однако, усилия школы не подкрепляются пока деятельностью средств массовой информации, пропагандой здорового образа жизни. Их влияние на уровень здоровья населения, продолжительность жизни, морально-психологический климат в обществе и, в особенности, на валеологическое воспитание, остается недостаточным.

П.А. Виноградов, А.П. Душанин и В.И. Жолдак приводят данные о том, что в США примерно 85 % респондентов в числе важнейших личностных качеств человека называют его телесные качества, физический имидж. В нашей стране такой позиции придерживаются 25 % мужчин и 40 % женщин. Это значит, — утверждают авторы, — что в нашем обществе, где господствовала идеология незаинтересованности в индивидуальном, собственно личностном поведении, обнаруживается безразличие общества и человека ко всем формам проявления и утверждения этого личностного начала, в том числе и физической культуры личности [4, с. 167].

Школьники как социальная структура, представляют собой группу, находящуюся в зоне действия многих факторов риска. Проведенные в последние годы исследования (В.Д. Бутурханов, Ю.И. Григорьев, О.В. Гринина, Э.А. Житницкая, А.Н. Иванец, Д.И. Кича, Т.Н. Маляренко, А.И. Маркова, С.И. Тамм, А.Г. Щедрина и др.) показывают, что учащиеся 5—9 классов чаще, чем их сверстники из других социальных групп, страдают различными заболеваниями. При сопоставлении полученных данных выявляется довольно однотипная картина динамики и структуры заболеваемости с некоторыми вариациями в зависимости от экологической обстановки и климатогеографических особенностей регионов. Отметим и то, что одной из причин ухудшения состояния здоровья школьников является их безразличие к своему здоровью и валеологическая безграмотность. Богатейший арсенал средств физической культуры в профилактике заболеваний, формировании здорового образа жизни остается невостребованным в жизнедеятельности школьников [1, с. 8].

Мы разделяем мнение профессора Г.Л. Апанасенко, что валеологию, как науку о здоровье, нельзя считать наукой о здоровом образе жизни, ибо образ жизни — «это не только наличие или отсутствие вредных привычек, это: уровень производства, благосостояния (доход на душу населения, жилье, личный автотранспорт), культуры, образования, медицинская активность и многое другое. Влияние образа жизни на здоровье — предмет исследования социальной гигиены» [3, с. 4]. Но валеология, несомненно, влияет на формирование образа жизни. Валеологическая образованность — знания и умения в сфере конкретных проблем валеологии позволяют избрать соответствующий стиль жизни (например — спортивный, здоровьесберегающий). Задачи педагога школы в этом случае расширяются от простого вооружения школьника валеологическими знаниями и умениями до формирования потребностей, мотиваций, психологической установки на здоровьесберегающий стиль жизни.

Отметим при этом, что диалектическая сущность феномена валеологического воспитания (здоровья) представляет собой единство ряда таких противоположностей, как:

- природное начало, которое функционирует стихийно, без включения воли и сознания человека, т. е. не поддается управлению со стороны человека;

- культурное (которое управляется самим человеком в процессе его сознательной самостоятельной деятельности (самодеятельности));

- генетическое (т. е. наследственное, то, что заложено в индивиде при рождении от родителей, рода);

- приобретенное (т. е. то, что приносит в состояние своего здоровья сознательно или бессознательно сам человек в процессе жизни и деятельности;

- биологическое (т. е. тот потенциал здоровья, который дан индивиду от природы, задан ему как представителю рода *homo sapiens*);

- социальное (то, что формируется в индивиде в процессе его общественной жизни и является результатом его взаимодействия с окружающим миром во всем его многообразии;

- личное (та объективная составляющая здоровья индивида, которая определяет его личностную ценность для каждого отдельно человека и не зависит от изменения его отношения к здоровью);

- общественное (что определяет бесспорную значимость и общественную ценность здоровья человека для человечества как одного из важнейших условий сохранения человеческой жизни на Земле);

- уникальное (те характеристики здоровья, в которых отражаются индивидуальные особенности только данного конкретного субъекта);

- типическое (т. е. те составляющие здоровья, которые присущи любому человеку как представителю своего вида).

Таким образом, в валеологическом воспитании можно констатировать наличие двух неразрывных начал — одного, которое не зависит от человека, и другого, которое регулируется сознанием индивида и зависит от уровня его образованности, от условий его целенаправленного воспитания и самовоспитания, от степени воли к здоровью, что позволяет говорить о здоровье человека как феномене культуры. Такой, можно сказать, культурологический подход к здоровью позволяет ввести его в состав педагогических категорий, а становление здоровья рассматривать как педагогическую задачу (Т.Ф. Орехова).

При этом считается, что:

- валеологическое воспитание школьника определяет процесс его адаптации, поскольку является «автономной и культурно очерченной реакцией на социально созданную реальность»;

- оно «актуально во все периоды онтогенеза человека»;
- оно проявляется в «способности организма человека к совершенной саморегуляции, поддержанию гомеостаза, самосохранению и совершенствованию соматического и психического статуса»;

- в отличие от здоровья как атрибута любой живой системы оно определяется «способностью человека его обеспечить»; уровнем «обучаемости здоровью» (В.А. Пузынин).

Отсюда в качестве специфических черт валеологического воспитания можно обозначить:

- ◆ атрибутивность (так как это свойство живого организма);
- ◆ интегральность (так как здоровье человека можно рассматривать только в единстве здоровья тела, души и разума, ибо изменение какой-либо одной сферы закономерно влечет за собой изменение других сфер);

- ◆ динамизм (поскольку здоровье, как состояние функционирующего во времени организма человека, характеризуется постоянной изменчивостью своих показателей);

- ◆ управляемость (так как состояние здоровье человека может изменяться под воздействием его сознательных волевых усилий);

- ◆ индивидуальность нормы здоровья человека (в силу безусловно признаваемой уникальности каждого конкретного индивидуума).

Здоровье формируется под влиянием многих факторов: социально-экономического состояния страны и ее отдельных территорий, качества окружающей среды, доступности и качества медико-социальной помощи, семейного уклада жизни, условий воспитания и обучения. Для детей наиболее важны особенности их микроокружения в семье и образовательных учреждениях. Анализ структуры заболеваемости школьников убедительно показывает, что по мере обучения в школе растет частота таких заболеваний, как болезни дыхательных путей, патология органов пищеварения, болезни опорно-двигательного аппарата, нарушение осанки, заболевания глаз, пограничные нервно-психические расстройства. Все это является следствием отсутствия системы валеологического воспитания, в которой элементарные знания учащихся о здоровьесбережении не становятся убеждениями, а потребность в его сохранении не раскрывается, будучи лишённой внешних целенаправленных воспитательских воздействий.

вий педагога, владеющего методикой валеологического воспитания [5, с. 74].

Накопленный в системе воспитательной работы общеобразовательных школ, наш опыт валеологического воспитания подростков позволяет утверждать, что реализация основных положений валеологического воспитания становится возможной, если [6, с. 28]:

- содержание валеологического воспитания будет соответствовать функциональным возможностям и возрастным особенностям учащихся;
- будут реализованы программы формирования здорового стиля жизни;
- педагогический и административный персонал будет включен в систему валеологического воспитания учащихся;
- станет доступным для каждого учащегося и педагога валеологическое и психологическое консультирование;
- будут обеспечены межпредметные связи между физической культурой и предметами педагогического цикла.

Содержание опытно-экспериментальной работы, проведенной нами на базе двух муниципальных образовательных учреждений с инновационным режимом учебной деятельности — МОУ школа-лицей № 11 Советского района г. Челябинска и МОУ средняя школа № 123 Центрального района г. Челябинска, заключалась в такой организации учебной деятельности учащихся 5—9 классов, которая отражала бы научно-познавательные цели, а также позитивные практические результаты валеологического воспитания школьников. В данном случае, таким результатом должно быть повышение уровня валеологической культуры учащихся, творческого отношения к использованию средств физической культуры, рефлексивного мышления, как оправданного достижения психической уравновешенности и душевного комфорта. В процессе изыскания нам необходимо было [6, с. 31]:

- привести в систему наиболее значимые теоретические знания и практические умения здоровьесбережения учащихся, которые они приобрели в процессе занятий физической культурой;
- используя методы наблюдения, анкетирования и интервьюирования, установить уровень валеологической воспитанности учащихся 5—9 классов;

- разработать методику оценки показателей валеологической культуры учащихся;
- выявить, теоретически обосновать и в опытно-экспериментальной работе проверить педагогические условия валеологического воспитания и формирование умений и навыков валеологической культуры.

В исследовании разработан и апробирован на практике интегративный курс, который включает в себя две основные учебные дисциплины медико-биологического цикла «Основы безопасности жизнедеятельности» и «Анатомия и физиология детского организма». Спецкурс охватывает вопросы педагогики и психологии, теории и методики физического воспитания, предполагает интеграцию общего и среднего профессионального образования в аспекте здоровьесбережения. На всех этапах обучения осуществляется контроль качества усвоения учащимися учебного материала. Это способствует своевременной коррекции усвоения знаний, умений и навыков. При этом, используется контроль текущий, промежуточный, итоговый и заключительный. После изучения каждого раздела, проводится промежуточный контроль в виде тестирования, письменной контрольной работы, семинара, устного зачета.

Теоретические основы и методические предпосылки интеграции валеологических знаний, получаемых учащимися в процессе занятий физической культурой, школьными предметами, дающими представление об основах жизнедеятельности и здорового образа жизни мы попытались реализовать при разработке и последующем внедрении факультативного спецкурса для учащихся 5—9 классов «Основы валеологического воспитания».

На данном этапе мы посчитали целесообразным уделить значительное внимание развитию у учащихся глубины понимания учебного материала по физической культуре; формированию умений осознано оперировать основными научными понятиями, анализировать, обобщать материал валеологического характера; повышению гибкости мышления. Нам важно было добиться умений учащихся правильно ориентироваться в получаемой информации валеологической направленности средств физической культуры. Большое внимание мы уделяли развитию у школьников навыков самостоятельной работы с литературными источниками валеологической направленности. Особая роль в опытной работе отведена овладению учащимися контрольно-оцени-

вающими действиями в форме прогнозирующей самооценки, самоконтроля своей валеологической образованности и на этой основе — приемов самообразования по валеологической проблематике.

Методами педагогической диагностики, адекватными проверке уровня сформированности валеологической компетентности при обучении являются:

а) поэтапная проверка валеологической информированности школьников (методика И.В. Варкина);

б) проверка уровня валеологической грамотности через коэффициент усвоения валеологических знаний (методика А.А. Кыверялга);

в) проверка уровня валеологической компетентности (методика Н.Н. Суртаевой).

Педагогический и медико-биологический мониторинг, как условие эффективного формирования ценностных ориентаций школьников на здоровьесбережение в процессе обучения обеспечивает как контрольную функцию за состоянием здоровья, так и возможность текущей коррекции приемов и средств учебного процесса которыми можно добиться снятия негативных или усиления позитивных влияний на функциональное состояние ученика.

Формирование здорового стиля жизни является важнейшей частью гуманистического содержания валеологического воспитания. Необходимыми предпосылками формирования здорового стиля жизни являются:

а) система валеологических знаний;

б) убежденность в необходимости здорового стиля жизни;

в) постоянно стимулируемая потребность и мотивация к практическому претворению валеологических знаний в практической сфере здоровьесбережения;

г) сформированная потребность в ежедневных занятиях физическими упражнениями с целенаправленностью на укрепление здоровья, достижение высокой физической кондиции.

Таким образом, валеологическое воспитание учащихся, с использованием огромных возможностей физической культуры, в сочетании со здоровьесберегающей организацией образовательного процесса в целом является доступным и эффективным фактором оздоровления учащихся, формирования у них потребности и мотиваций к здоровому стилю жизни.

Литература

1. Айзман, Р.И. Здоровье населения России: медико-социальные и психолого-педагогические аспекты его формирования [Текст] / Р.И. Айзман. — Новосибирск: САРАМН, 1996. — 28 с.
2. Антропова, М.В. Физиолого-гигиеническая характеристика развивающего обучения в начальных классах [Текст] / М.В. Антропова [и др.]. — Педагогика. — 1999. — № 8. — С. 35—41.
3. Апанасенко, Г.Л. Валеология: первые итоги и ближайшие перспективы [Текст] / Г.Л. Апанасенко // Теория и практика физической культуры. — 2001. — № 6. — С. 2—9.
4. Виноградов, П.А. Основы физической культуры и здорового образа жизни [Текст] / П.А. Виноградов, А.П. Душанин, В.И. Жолдак. — М.: Сов. спорт, 1996. — 592 с.
5. Калачев, Г.А. Правда и ложь о валеологии [Текст] / Г.А. Калачев // Педагог: наука, технология, практика. — 2000. — № 1(8). — С. 73—79.
6. Найн, А.А. Нетрадиционные подходы к оздоровлению детей и подростков [Текст]: учеб.-метод. пособие / А.А. Найн. — Челябинск: 2004. — 76 с.
7. Сериков, С.Г. Здоровьесбережение учащихся в общеобразовательных процессах [Текст] / С.Г. Сериков. — Челябинск—Шадринск: Изд-во ПО «Исеть», 2001. — 320 с.

Померанцева Ю.К.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНО-РЕФЛЕКСИВНАЯ СРЕДА КАК ОСНОВА РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА

Динамичные социокультурные и экономические процессы, смена ценностных ориентиров в современном российском обществе обострили проблему несформированности педагогической культуры выпускника физкультурного вуза. Предполагаемое вступление России в Болонский процесс инициирует подготовку педагога, культуросообразно действующего, работающего не только на уровне действий и операций (когда цель задана и рефлексии не подлежит), но и на уровне деятельности (когда цель освещается смыслом и у педагога возникает возможность выбора). В программе развития образования до 2010 г. подчеркивается роль педагогической культуры обучающихся как условия его модернизации, указывается на подготовку