

На сегодняшний день проводится экспериментальная работа по организации мониторинга физического здоровья учащихся СМГ. Разработаны средства мотивации к занятиям физическими упражнениями в виде материала для самостоятельного отслеживания учащимися СМГ динамики изменения показателей своего состояния физического здоровья с постоянно функционирующей обратной связью о результатах своей деятельности: 1) паспорт состояния физического здоровья учащегося СМГ, используемый школьником на протяжении всего обучения периода в школе; 2) тетрадь по физической культуре учащегося СМГ «Оцени себя», для применения её в течение одного учебного года.

### ***Роль социальных факторов жизнедеятельности в оздоровлении молодежи***

**Малозёмов О.Ю.**

Уральский государственный педагогический университет,  
г. Екатеринбург

На сегодняшний день проблема отсутствия сформированности у молодёжи потребности в здоровом образе жизни, сохранении и укреплении потенциала индивидуального здоровья видится в том, что такой социокультурный компонент как ценностные ориентации у целого поколения существенно изменились. Очевидно, что проводимые идеологией и закрепляемые экономической политикой способы выживания в современном обществе приводят к потере у большинства молодых людей стимулов к поддержанию здоровья за счёт собственных личностных ресурсов. В обществе, судя по многочисленным публикациям, в целом наблюдается дефицитарный тип валеоустановок. Всё значимее становится фактор нехватки времени для собственного оздоровления. Для большей части населения в погоне за внешней социальной успешностью стимулы и результаты социализации, как правило, не связаны со здоровьесбережением. Более того, они зачастую противоречат как минимум биологически полноценной жизнедеятельности. Физическое благополучие как составляющая здоровья ставится большинством в зависимость от социальной компоненты, и, прежде всего, от материального положения, статусной атрибутики, престижности сферы и успешности деятельности в ней. В рамках адаптационной модели здоровья степень

адаптации и психологический комфорт человека в обществе напрямую связаны с индивидуальным оздоровлением. Но в этом случае необходимо знать, каковы социально-психологические ориентиры в сфере оздоровления нации и каким образом они воспринимаются молодёжью.

По результатам наших социологических исследований в сфере здоровьесбережения, молодёжная среда (старшие школьники, студенты, курсанты) характеризуют общество следующим образом.

Среди критериев, важных для здоровья, молодые люди, вне зависимости от половой принадлежности, в качестве репрезентативных и характерных для современного общества называют следующие: полноценный сон, отсутствие хронических заболеваний, сбалансированное питание, хорошую экологическую обстановку, хорошее материальное положение, хорошее самочувствие, закаливание организма, высокую двигательную активность. Если проанализировать эти критерии в отношении принадлежности к различным сторонам феномена здоровья, то видно, что основная их часть (кроме «хорошего материального положения») характеризует в основном физическое (соматическое) благополучие. То есть в обществе, в представлениях молодёжи, здоровье воспринимается с позиций прежде всего физического благополучия. Это вполне естественно и не вызывает каких-либо излишних вопросов, возражений.

Однако, когда приходится анализировать мнения молодых людей по вопросу значимых в обществе критериев жизнедеятельности, то общая картина резко изменяется. Основу репрезентативных критериев жизнедеятельности (из того же предлагаемого на рассмотрение списка) составляет: хорошее материальное положение; хорошее образование; хорошие отношения в семье; коммуникативность, умение общаться; уверенность в себе; психологическая, эмоциональная устойчивость; наличие друзей; избегание стрессов, психических перегрузок; отсутствие конфликтов; работа, хобби, приносящие удовлетворение. Таким образом, в реальной жизни значимость физического (соматического) компонента здоровья резко снижается. На первый план выдвигаются социально-психологические стороны данного феномена. В соответствии с этим возникает закономерный вопрос (а заодно и вскрывается противоречие): Каким образом вести пропаганду здоровья, здорового образа жизни (имея ввиду, прежде всего, повышение двигательного потенциала, обращение к своей телесности) среди молодёжи, если значимыми в обществе

оказываются социально-психологические критерии. Прямые призывы к повышению двигательной активности, принудительные мероприятия в данном направлении (учебные занятия) оказываются малоэффективными для большинства молодых людей на стадии их перехода во взрослое сообщество.

По этой причине, по-видимому, 60-80% респондентов независимо от возраста ставят здоровье на одно из первых рейтинговых мест. Но в то же время возможности для достижения желаемого уровня здоровья, как правило, не превышают 40%. Под возможностями подразумевается внедрение в повседневную действительность принципов «здорового образа жизни». Вероятно, наше общество ещё не осознало, что только психологическая установка на здоровый образ жизни способна привести к общественному и индивидуальному оздоровлению. Более того, многие вредные привычки сами выступают как механизмы достижения социально-психологического комфорта, самоутверждения личности молодого человека. То есть физическая (соматическая) сторона здоровья в данной ситуации является тем потенциалом, который расходуется для достижения социально-психологических целей. Учтём, что воспитательная здоровьесохранная роль современного общества для молодого человека очень слабая, если не сказать более критично. Добавим, что надеяться на адаптационные механизмы бесперспективно, поскольку стрессогенные ситуации реальной жизни чаще всего связаны не с борьбой за биологическое выживание, а с социальными мотивами. Возникающие в этом случае противоречия между сформированными в ходе эволюции относительно консервативными механизмами адаптации и резко меняющимися условиями существования современного человека ведут к напряжению, а затем - к срыву самих адаптационных механизмов. Надеяться на врождённое чувство самосохранения человека фактически означает сначала дать разрушить молодому человеку своё здоровье, а затем ожидать от него самооздоровительных мероприятий на основе самовоспитания, самоосознавания проблемы нездоровья. Но этого может либо не произойти по различным причинам, либо самооздоровительные мероприятия существенно запоздают и не приведут к полному выздоровлению.

Какой же выход? В нашем понимании результативность физкультурно-оздоровительных мероприятий в молодёжной среде можно существенно повысить, ориентируясь на следующие моменты. Во-первых, большая ориентация на предпочитаемые молодёжью виды двигательной деятельности,

реальный учёт их ценностных ориентаций в данном аспекте. Во-вторых, сама физкультурная деятельность должна являться средством реализации доминирующих социально-психологических мотивов. Но это уже не только педагогическая задача, а скорее проблема оздоровления самого общества. Во всяком случае, адаптационный социокультурный эталон здоровой личности предполагает именно такой путь полноценного индивидуального оздоровления человека.

### ***Структура и сущностные характеристики готовности педагога физической культуры к здоровьесберегающей деятельности***

**Малорошвило Л.Н., Купцова В.Г.**

Оренбургский государственный педагогический университет,  
г. Оренбург

Анализ категории «готовность» в целом (А.Н. Леонтьев) и производных от нее понятий «компетентность» (В.Ф. Жеребкина), «профессиональная компетентность» (Б.С. Гершенский) и, наконец, «профессионально-педагогическая готовность» (В.А. Сластенин, С.Г. Сериков) показывает, что последнее необходимо в отношении педагогической деятельности и должно содержать когнитивный, мотивационно-деятельностный и творческий компоненты, отражающие соответственно систему знаний в избранной сфере педагогической деятельности; комплекс личностных качеств, влияющих на мотивы и результаты деятельности; способность к реализации педагогического процесса.

Вместе с тем, социальной потребностью обусловлена необходимость обеспечения высокой степени готовности педагога физической культуры к здоровьесберегающей деятельности в рамках школьного физического образования, что требует изначально обоснования сколь понятия, столь и структуры этого специфического личностного состояния. При этом, мы исходим из нормативных требований к его деятельности и некоторых концептуальных положений, регламентирующих здоровьесбережение в ходе физического образования.

Нормативно требования к деятельности педагога физической культуры закреплены в “Положении о физическом воспитании учащихся общеобразовательной школы”. Согласно данному положению он: