

Р. И. Купчинов
R. I. Kupchinov
*УО «Минский государственный
лингвистический университет», Минск, Беларусь*
Minsk State Linguistic University, Minsk, Belarus
r.kupchinov@yandex.ru

ПСИХОФИЗИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ОСНОВА ПОЛНОЦЕННОГО ЗДОРОВЬЯ

PHYSICAL EDUCATION AS THE BASIS FOR FULL HEALTH

Аннотация. Основным фактором формирования здоровья является организованная двигательная нагрузка, так как низкая нагрузка не дает положительного оздоровительного результата, сколько ее не повторяй. Поэтому только педагогическая система и ее главный компонент физическое воспитание могут способствовать оптимальному психофизическому развитию подрастающего поколения и формированию полноценного здоровья.

Abstract. The major factor of health development is organized by motional strain, as a low strain does not give a positive health-improving result, no matter how often it is done. That is why only pedagogical system and physical education as its main component can contribute to optimal psychophysical development of growing generation and the formation of full health.

Ключевые слова: физическое образование, формирования здоровья, организованная двигательная нагрузка, физическое воспитание, духовное и физическое здоровье, воспитание.

Keywords: physical education, health development, organized motional strain, spiritual and physical health, education.

Эффективность воспитания и обучения подрастающего поколения зависит от здоровья. Здоровье – важный фактор работоспособности и оптимального развития организма человека.

Сегодня проблемами здоровья занимаются преимущественно медицинские службы, ориентированные на диагностику и лечение болезни. В определенных обстоятельствах такой подход может иметь успех. Однако из-за высокой стоимости такая помощь доступна не всем даже в развитых странах. Такое положение дел сформировало у большинства членов общества убеждение, что за здоровье человека отвечает медицина. К этому следует добавить твердое убеждение в этом врачей.

Попробуем ответить на вопросы: кто несет ответственность за здоровье человека? Здоровье – сфера деятельности в первую очередь медицины или педагогики?

Чтобы ответить на эти вопросы, сначала рассмотрим сферы деятельности каждой из этих наук. Медицина – совокупность наук о болезнях, их лечении и предупреждении. Педагогика – наука о воспитании и обучении. Воспитание – планомерное воздействие на развитие (в первую очередь психофизического состояния), образа мыслей, чувства и поведение.

Врачи знают норму и патологию, могут лечить патологию и предупредить ее (прививки и санитарный контроль), приводить к норме и кон-

тролировать норму. Норма и отклонения от нормы понятие относительные. Поэтому с позиций медицины здоровье есть отсутствие болезней. Например, нет повышенной температуры, вам врач не выпишет справку, тем более больничный. Значит вы – здоровы.

Врачи помогают рождению высшей общечеловеческой ценности – человека, предотвращают и лечат болезни, спасают от смерти и этим отодвигают смерть, продлевают жизнь.

Педагоги физического воспитания знают норму и резервные возможности организма, могут формировать здоровье за счет использования биологического закона адаптации к двигательной нагрузке, окружающей внешней среде при соблюдении санитарно-гигиенических норм и воспитании противостояния к факторам риска для здоровья. Основным фактором формирования здоровья является двигательная нагрузка, так как низкая нагрузка не дает оздоровительного результата, сколько ее ни повторять. Поэтому только педагогическая система и ее главный компонент физическое воспитание могут способствовать оптимальному психофизическому развитию подрастающего поколения во взаимосвязи с родительским воспитанием, создавать резервные возможности организма, поддерживать высокий уровень работоспособности на длительный жизненный период и противостоять старению организма [1].

Психофизическое образование – составная часть общей жизнедеятельности человека и общества, одна из сфер биологосоциальной деятельности, являющаяся фундаментом духовного и умственного развития человека, направленная на формирование полноценного здоровья (психофизическое состояние), развитие двигательной подготовленности человека и использование их в соответствии с потребностями личности и общественной практики.

Такой подход требует изменения психологии человека и общества в целом к пониманию значимости здорового образа жизни. Воспитание основа здоровья. Здоровье – сфера деятельности педагога физического воспитания.

Занятия здоровьем это очень тяжелый труд, связанный с самоорганизацией человека, с умением заставлять себя делать то, что надо для счастливой жизнедеятельности, которой не бывает без здоровья, а делать, не то, что хочется. Это позволяет говорить о том, что физическое воспитание в настоящее время является одним из главных специфических средств воспитания полноценного здоровья [2; 3].

Для полноценной психофизической, духовной и нравственной жизнедеятельности человека здоровье в общем недостаточно. Для этого требуются резервные возможности организма, определяемые уровнем работоспособности – функционированием организма на «высшем уровне», адаптационных возможностей к окружающей среде (включая противостояние психологическим стрессам), способность к восстановлению работоспособности после учебно-трудовой деятельности. Такое здоровье может дать человеку только психофизическое образование.

По нашему мнению, современная гуманистическая воспитательная система должна быть целенаправлена на стимулирование здорового образа жизни как основное, стержневое направление формирования личности подрастающего поколения.

С позиций современной теории управления единый педагогический процесс понимается как воздействие на объект (субъект), которое выбрано с учетом цели (целеполагания). По вопросу о цели воспитания, как это ни удивительно, даже у классиков педагогики не существует единства взглядов.

Целью воспитания является психофизическое и духовное здоровье воспитанника и его человеческое счастье. Целью образования являются знания направленные на умственное развитие человека. Целеполагание воспитания направлено на формирование здорового образа жизни.

В возрастном аспекте первично рождается тело человека, на втором – месте – душа, на третьем – разум.

Рассмотрение значения составляющих здоровья позволяет утверждать, что по законам диалектики в возрастном аспекте, воспитание должно изначально быть направлено на тело (психофизическое здоровье) как фундамента духовного и умственного развития. В процессе воспитания на первое место в различной деятельности человека должен выйти разум, на второе – духовность и третье – тело. Если в процессе воспитания у человека на первом месте будет тело, на втором – разум, а третьем – душа, как правило, это плохой человек. Для женщины-матери характерно душа – разум – тело. И эта последовательность важна потому, что женщина мать есть самый главный воспитатель-педагог.

Воспитание – планомерное воздействие на развитие (в первую очередь психофизического состояния) образа мыслей, чувства и поведение. Можно утверждать, что здоровье – воспитательная сфера деятельности в первую очередь родителей (пока ребенок мал), во взаимосвязи с учителями, педагогами и врачами. Поэтому именно родители несут ответственность за здоровье своего ребенка. Эта ответственность начинается задолго до рождения ребенка и зависит от образа жизни, который ведут будущие родители до зачатия ребенка.

Рассматривая физическое воспитание в виде педагогического процесса, всегда подразумевается то, что этот процесс в основном отражает закономерности тренировочной (тренинг [англ. training] специальный тренировочный режим) деятельности, обеспечивающей упорядоченное формирование и совершенствование двигательных умений и навыков, развитие двигательных способностей и возможностей, обуславливающих психофизическую дееспособность человека. Это и отличает физическое воспитание от других видов педагогической системы воспитания и общеобразовательных предметов, а ее содержательная сторона предоставляет большие возможности для воспитания социальных качеств личности, в том числе трудолюбия, силы воли и характера, связанных с преодолением бо-

левых ощущений, застенчивости, страха, самоотверженности, дисциплинированности.

Список литературы

1. Третьякова Н. В. Динамика развития современного профессионального образования и здоровьесберегающая деятельность / В.А. Федоров, Н.В. Третьякова // Нижегородское образование. 2016. № 4. С. 85-91
2. Третьякова Н. В. Теоретические аспекты управления качеством здоровьесберегающей деятельности в образовательных учреждениях: монография / Н.В. Третьякова. Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2013. 128 с.
3. Третьякова Н. В. Качество здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений: понятийный аспект / В.А. Федоров, Н.В. Третьякова // Образование и наука. 2013. № 4 (103). С. 112-132.

УДК 378.032.5+378.12

О. В. Кушнарёва

O. V. Kushnareva

*ФГБОУ ВО «Пермский национальный
исследовательский политехнический университет», Пермь
Perm National Research Polytechnic University, Perm
ovk.delo@mail.ru*

ФОРМИРОВАНИЕ РИСК-ОРИЕНТИРОВАННОГО МЫШЛЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ НА ОСНОВЕ АКМЕОЛОГИЧЕСКОГО ПОДХОДА FORMATION OF RISK-ORIENTED THINKING OF STUDENTS ON THE BASIS OF ACMEOLOGICAL APPROACH

Аннотация. В статье указывается на успешное применение акмеологического подхода при подготовке аспирантов на примере дисциплины «Формирование риск-ориентированного мышления студентов».

Abstract. The article points to the successful application of the acmeological approach in the preparation of graduate students on the example of the discipline "Formation of risk-oriented thinking of students".

Ключевые слова: акмеологический подход, образовательная среда, риск-ориентированное мышление, педагогическая технология.

Keywords: acmeological approach, educational environment, risk-oriented thinking, pedagogical technology.

Для решения проблем обеспечения промышленной безопасности и охраны труда необходимы специалисты с высоким уровнем культуры безопасности жизнедеятельности, с особым типом мышления – риск-ориентированным, для которых обеспечение социальной, экологической и производственной (профессиональной и промышленной) безопасности является императивом.

В ходе исследования мы определили, что риск-ориентированное мышление – это способность индивида определять ситуацию с позиции риска, идентифицировать, анализировать и оценивать риск, выявлять закономерности, его порождающие, и, используя полученные знания, на основе системного подхода, обеспечивать безопасность, в том числе в нестан-