

Описанная динамика вегетативной регуляции от начала к концу учебного года может быть расценена как весьма благоприятная и является, по-видимому, результатом довольно широкого охвата регулярными занятиями спортивно-физкультурной деятельностью.

Изучение вегетативной регуляции по данным математического анализа сердечного ритма у детей с различными двигательными режимами позволило определить «группы риска» с одной стороны, а с другой - выявить наиболее предпочтительные из этих режимов, позволяющие совмещать учебные и физкультурно-спортивные занятия в целях укрепления здоровья. С практической точки зрения наиболее важным представляется возможность обеспечения высокой степени адаптации организма средствами оздоровительной физической культуры в самостоятельных формах организации занятий.

Регулярные обследования с использованием математического анализа сердечного ритма позволят объективно оценить уровень адаптации организма каждого ученика к повышенной учебной и физическим нагрузкам, дать рекомендации по разработке индивидуализированных методик физического воспитания, активизации здоровьесберегающих ресурсов лица.

Франц А.С.

ГОУ ВПО «Российский государственный профессионально-педагогический университет» (РГППУ), г. Екатеринбург

УСТАНОВКА НА УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ КАК ВАЖНЕЙШЕЕ НАПРАВЛЕНИЕ КОРПОРАТИВНОЙ КУЛЬТУРЫ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ

Закон РФ «Об образовании» 1992 г. (и его версия 1996г.) выдвинули в качестве одного из новых принципов организации образования **принцип децентрализации образования**. В свою очередь, децентрализация образования в совокупности с нарастанием конкуренции между образовательными учреждениями в вопросах привлечения к ним обучающихся обострили потребность в формировании корпоративной культуры каждого образовательного учреждения.

Вопрос ознакомления российской общественности с корпоративной культурой каждого университета актуален как для самих университетов, так и для обучающихся и их родителей. Неизбежно в этом случае решение образовательным учреждением вопроса об избрании основных направлений своей корпоративной культуры.

В процессе отбора определяющих направлений корпоративной культуры университета необходимо предусмотреть вопросы сохранения и обогащения здоровья как обучающихся, так и профессорско-преподавательского состава

и учебно-вспомогательного персонала. Естественно, вопросы поддержания здоровья обучающихся для руководства образовательных учреждений не новы, навыки здорового образа жизни так или иначе студентам прививаются.

В то же время нельзя не отметить имеющее место у ряда студентов пренебрежительное отношение к своему здоровью, наличие у некоторых из них привычек асоциального поведения (систематическое распитие пива, приобщение к наркотическим веществам и т.п.). К сожалению, вопросы формирования как у студентов, так и у профессорско-преподавательского состава, ценностного отношения к своему и чужому здоровью требуют значительного большего внимания.

Формирование ценностного отношения людей к тому или иному явлению требует прежде всего постоянной работы по созданию и подкреплению их морально-психологических установок по отношению к этому явлению как ценности. Формирование морально-психологических установок является, как известно, прерогативой нравственного воспитания, ибо только нравственная культура является единственным надежным инструментом сохранения личности от саморазрушения.

Нравственная культура российского общества с давних времен считает здоровье человека самой большой ценностью: «Здоровья не купишь», «Деньги – млен, одежда – тлен, а здоровье всего дороже», «Здоровому и нездоровое здорово, а нездоровому и здоровое нездорово», «Здоровый урока не боится» - гласит народная мудрость (1, 675). В.И. Даль приводит в ряде своих работ множество пословиц, поговорок, приветствий, характерных для традиционной нравственной культуры России. Все они без исключения формировали у российского человека морально-психологические установки ценностного отношения к своему и чужому здоровью. К сожалению, в современной России произошло катастрофическое обеднение языка, в силу чего в лексике больших групп населения, в том числе, и студентов, ценностное восприятие здоровья практически не звучит и не поддерживает ценности здоровья. Фактически целенаправленного формирования ценностного отношения к здоровью в житейской практике населения не осуществляется. Зато звучит нередко прямо противоположная лексика: «Один раз живем», т.е. удовольствия важнее здоровья, «Цель оправдывает средства» и т.п.

Нигилистические настроения, распространенные уже в течение полутора веков в России, и совсем отмени представления о ценности здоровья и даже самой жизни. «Роль толпы, - интерпретировала нигилистическую идеологию С.В. Ковалевская, - служить лишь удобрием, на котором могут вырасти несколько отдельных выдающихся личностей (3, 158). Нигилистическая идеология осознанно внедряла в сознание и образ жизни молодежи разрушительный образ жизни, придавая ему характер нравственных ценностей. Высшей целью нигилистов было достижение полной деградации общества: «Мы сделаем такую смуту, что все поедет с основ... не за что

будет ухватиться. Одно или два поколения разврата теперь необходимо; разврата неслыханного, подленького, когда человек обращается в в гадкую, трусливую, жестокую, себялюбивую мразь...» (2, 411).

Представляется, что программы ряда каналов современного российского телевидения, усердно реализуют именно эту установку нигилистического разрушения человека и общества, насаждая эстетику разрушительного взаимного истребления и саморазрушения, поддерживая псевдоценности негативного отношения к жизни и здоровью. В качестве определяющего принципа в создании своего образа жизни многими каналами отечественного телевидения в сознание и поведение людей внедряется вульгарный гедонизм, об опасности которого еще в античные времена напоминали философы (Аристотель, Эпикур и др.).

Более того, в представлениях многих людей произошли серьезные искажения истоков нездоровья. В интерпретации больших слоев населения основным источником болезней рассматривается отнюдь не деформированный образ жизни, а труд, работа, следовательно, сохранение здоровья связывается ими не с уклонением от разрушительных привычек поведения, а с уклонением от интенсивного труда.

Следовательно, в корпоративной культуре образовательных учреждений должно быть предусмотрено постоянное и систематическое воздействие на формирование ценностного отношения к здоровью всех участников образовательного процесса. И это должна быть не случайная совокупность правильных действий (работа клуба, кружков, научных обществ, периодической печати и т.п.), Вероятно, речь должна идти о создании специальной программы.

Кроме морально-психологических установок на ценность здоровья для его практического поддержания необходимы и здоровьесберегающие нравы. И с этим в нашем современном обществе дело обстоит ничуть не лучше. Оказались утраченными традиции разумного рационального питания, позитивного мышления, недостаточно привычны для образа жизни современного российского человека навыки физической культуры.

Традиции разумного питания и позитивного мышления поддерживались в российском обществе в основном религией. Совместимость или несовместимость продуктов, характер их приготовления, периодичность использования определялись религиозными догматами и были оптимальными для поддержания здоровья.

Позитивное мышление предусматривало наиболее органичные для поддержания здоровья человека реакции на действия окружающих его людей. Прощать врагам своим человека приучала религия не только ради сохранения жизни врагов (они тоже члены общества!), а скорее для сохранения здоровья самого пожелавшего осуществить мщение. Известно, что негативные чувства мщения вызывают небезопасный для здоровья выброс адренолина. Кстати, опасные для здоровья человека выбросы

адренолина возникают и при возникновении у него и других негативных чувств: зависти, ненависти, ревности и т.п. Поэтому смирение оказывается более оптимально для сохранения здоровья по сравнению с потребностью по-своему изменить ситуацию.

Отношение к неудаче также эффективно регламентировалось религией, не допускающей уныния. Современное позитивное мышление, без употребления понятия «уныние» рекомендует человеку не искать где-то виноватых, приведших его к неудаче, а проанализировать неэффективность собственного делового поведения.

Лет тридцать автор задает различным группам получающих дополнительное образование вопрос о том, какие из реакций преобладают в нашем обществе: восхищение или возмущение? Ответ традиционно однозначен: преобладает возмущение. А это означает, что преобладает негативное воздействие людей на собственное здоровье, ибо процесс возмущения сопровождается так же выделением адренолина. При восхищении же у него мог бы вырабатываться благотворный для состояния здоровья серотонин. Примеры непривычности нашего общества к позитивному восприятию жизненных явлений можно было бы продолжать до бесконечности. Но важно не только говорить о примерах. Важно выявить оптимальную мотивацию их использования...

Мотивация следования религиозным требованиям не была прагматичной (не ради своей пользы человек соблюдал посты, привыкал предпочитать смирение, обязан был не проявлять агрессивность, мстительность, не допускать прелюбодеяния и т.п. Все это делалось ради Бога! Ради себя, вероятно, можно было бы и тогда нарушать религиозные нормы, а ради Бога человек их нарушать не решался).

Столь длинное отступление об особенностях религиозных путей нравственного совершенствования человека приведено не случайно. Оно лишь доказывает сложность оказания помощи современному человеку в деле постоянного следования здоровому образу жизни. Современное приобщение человека к нравственным нормам намного проблематичнее.

Практика участия автора в осуществлении дополнительного образования показывает, что не только для студентов, но и для многих других профессиональных групп: преподавателей, врачей, предпринимателей, экономистов, управленцев и т.д. элементы здорового образа жизни далеко не всегда знакомы.

Следовательно, для осуществления нравственного воздействия на студентов (и не только на студентов!) нужно вырабатывать систему формирования морально-психологических установок на ценность здоровья, знакомить с нравственными нормами оптимального образа жизни и создать для этого эффективно работающую мотивацию. Все эти требования сложно осуществить в привычных формах (технологиях учебного процесса)

Наиболее эффективной, на взгляд автора, является форма передачи преподавателями студентам ценностей, которую в XIX век русский философ К.Д. Кавелин назвал *гражданской проповедью*. Именно ее особенности позволяют наиболее эффективно доносить ценность здорового образа жизни, как и другие нравственные ценности до человека и помогать ему освободиться от разрушительного нигилистического мировосприятия.

Цитируемая литература

1. Даль В.И. Толковый словарь живого великорусского языка. СПб: Диамант, 1996, т. 1.
2. Достоевский Ф.М. Бесы. М.: правда, 1990.
3. Ковалевская С.В. Кузен Мишель//Воспоминания и повести. М.: Правда, 1986.

Чернов Г.А.

ГОУ ВПО «Российский государственный профессионально–педагогический университет» (РГППУ), г. Екатеринбург

ПРОБЛЕМАТИКА СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ С МИГРАНТАМИ

В процессе социальной адаптации, вызванной переездом на новое место жительства, мигранты сталкиваются с целым спектром экономических, социальных и психологических проблем.

Существование на территории России различных категорий мигрантов создает необходимость детального изучения и анализа их взаимоотношений с принимающим населением, условий для их адаптации, а также поиска путей принятия мигрантов местными жителями и установления между ними добрососедских отношений.

Именно для выполнения вышеперечисленных целей государством созданы такие специальные учреждения первичной помощи мигрантам, как пункты первичного приема вынужденных переселенцев, центры временного расселения вынужденных переселенцев, центры временного размещения иммигрантов. Задачи специалистов этих учреждений: оказать первую психологическую помощь человеку, помочь сориентироваться в обстановке.

Для социально незащищенных категорий, не имеющих возможности самостоятельно подыскать себе жилье, в течение пяти первых дней, пока решается вопрос о регистрации ходатайства, предусматривается проживание в пункте первичного приема. Попасты туда можно только по направлению регионального отдела по делам миграции. После регистрации ходатайства до его рассмотрения (то есть в течение трех месяцев) социально незащищенных могут поселить в центре временного размещения. Направление в центр также может быть выдано миграционными органами.