

УДК 796.011.3

КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ ЛИЧНОСТИ КАК ФАКТОР СОЦИАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

Ткачева Елена Георгиевна

кандидат педагогических наук, доцент

Хомутова Елена Васильевна

старший преподаватель

Череп Зоя Петровна

старший преподаватель

Волгоградский государственный социально-педагогический университет (ФГБОУ ВПО «ВГСПУ»)

Волгоград, Россия

Аннотация: Показатели здоровья детей и подростков в России вызывают серьезную озабоченность медицинских, педагогических работников и общественности.

Современная наука доказывает, что проблемы здоровья и оздоровления населения выходят за границы здравоохранения. Получены материалы о негативных тенденциях, связанных со здоровьем подрастающего поколения, особенностями современной системы образования, которая, во-первых, не побуждает и не учит конструировать собственное здоровье, во-вторых, противоречит естественным потребностям и является патогенным фактором в жизнедеятельности личности.

В статье отражены теоретические аспекты реализации преемственности формирования культуры здоровья учащихся в образовательной среде.

Ключевые слова: культура здоровья, здоровый образ жизни, личность, молодежь.

Abstract. Indicators of the health of children and adolescents in Russia is a major concern of medical, teaching staff and the public.

Modern science shows that health problems and improvement of the population goes outside the borders of Health. Received materials about the negative trends related to health of the younger generation, features a modern education system, which, firstly, does not encourage and does not teach design their own health, and secondly, contrary to the natural needs and is a pathogenic factor in the life of the individual.

The paper describes the theoretical aspects of the implementation of continuity of building a culture of health of students in the educational environment.

Index terms: culture of health, healthy lifestyle, personality, young people.

Введение. Снижение здоровья населения нашей страны и, в первую очередь, учащейся молодежи требует неотложных мер по изменению сложившейся ситуации в обществе [1]. Вопреки катастрофической ситуации с ухудшением здоровья детей и подростков школа – не занимается воспитанием у учащихся потребности в культуре здоровья, не формирует у них научное понимание сущности здоровья и процессов здравотворчества. Устранить существующие недостатки можно лишь с помощью повышения уровня культуры здоровья личности, позволяющей воспитывать молодых людей с новым мышлением и образом жизни – здоровых, творческих, способных вырастить, в свою очередь сильное и здоровое подрастающее поколение. Решение поставленной задачи требует рассмотрения таких фундаментальных научных положений, как, во-первых, ценностный, творческий и деятельностный подходы к культуре, во-вторых, концептуальные положения теории педагогической культуры учителя, гуманизации образования. Перечисленные положения должны быть пронизаны идеями

здоровотворчества здорового образа жизни и преломлены через призму системно-целостного подхода личности и процессу ее формирования.

Результаты исследования и их обсуждение

Проведенный теоретический анализ позволил определить подход к пониманию сущности культуры здоровья как интегративного качества реализующего во взаимосвязи и целостности все компоненты, составляющие благополучие личности психическое, физическое, нравственное, профессиональное. Несмотря на существование различных подходов к пониманию сущности культуры здоровья, в исследованиях недостаточно, на наш взгляд, уделяется внимания этому феномену, «как целому в более широкой целостности – личности в целом» (Н. К. Сергеев 1998), что не позволяет ответить на важнейший вопрос о том, каков необходимый и достаточный состав ее компонентов. Для решения поставленного вопроса необходимо выявление главных показателей сформированности культуры здоровья, среди которых наиболее важными являются функции культуры здоровья. Опираясь на анализ психолого-педагогической литературы [2,4], мы выделяем следующие функции культуры здоровья.

1. Гносеологическая функция связана с тем, что многие достижения культуры здоровья в области изучения механизмов формирования, сохранения и укрепления здоровья выступают как новые способы дальнейшего познания резервных возможностей организма, индивидуальных психофизиологических особенностей субъектов образовательного процесса и использования этих знаний в профессиональной деятельности.

2. Гуманистическая функция связана с признанием здоровья участников учебно-воспитательного процесса высшей педагогической ценностью, переориентацией целей традиционного образовательного процесса на укрепление и сохранение резервного потенциала организма учащихся и учителей, их самосовершенствование, с пониманием огромной педагогической ответственности за жизнь, здоровье детей в процессе их воспитания.

3. Нормативная функция предусматривает необходимость проведения валеологической экспертизы в рамках любых экспериментальных воздействий для прогнозирования исходов адаптивного поведения учащихся, предупреждения последствий отрицательного воздействия экспериментальных переменных на личность учащегося, что соответствует требованиям профилактики дидактогенных состояний.

4. Креативная функция выражается в обращенности учителя к интересам, потребностям, самочувствию ученика в УВП, связана с ориентацией образования на творчество, здоровье, высокую способность, жизнерадостность, саморазвитие и самореализацию личности в процессе приобщения к ценностям культуры здоровья, предусматривает развитие творческой личности мыслящей вариативно, не удовлетворяющейся достигнутым результатом освоения культуры здоровья, с развитым чувством нового, стремлением к созиданию, предусматривает создание условий для творческой самореализации всех субъектов образовательного процесса.

5. Рефлексивная функция связана с тем, что рефлексия, адекватная культуре – здоровья, здравотворческим знаниям, умениям здоровому способу и образу жизни, ведет к перестройке схемы поведения, проявлению в сознании механизмов и нормативов сознательного контроля над процессом сбора валеологической информации, технологии ее использования, способности к критическому анализу получаемых сведений и их оценке. Исходя из собственного понимания сущности культуры здоровья и учитывая существующие представления о данном феномене [3], мы выделили следующие компоненты, единство которых обусловлено взаимосвязанностью и взаимодополнением друг друга.

Мотивационно-ценностный – определяет направление предстоящих преобразований в личности будущего учителя с ориентацией присвоение ценностей валеологической культуры с учетом потребностей предстоящей профессиональной деятельности в современной социокультурной ситуации. Содержательно-операционный – создает базу для личностных преобразований, связанных с овладением глубокими валеологическими знаниями, технологиями формирования валеологической в учебной, так и в предстоящей профессиональной деятельности. Рефлексивно-оценочный – предполагает рефлексию личностью становления у нее валеологической культуры, способность к анализу получаемых сведений в пространстве категорий «КУЛЬТУРА» – «ЗДОРОВЬЕ» в форме оценочных суждений. Креативный – характеризует способность творческой самореализации личности будущего учителя в разнообразных видах валеологическиообразной педагогической деятельности, направленной на освоение, создание и передачу валеологических ценностей и технологий. Эмоционально-волевой – предполагает расширение сферы эмоциональных переживаний от здравотворчества, от овладения способами здоровосозидающей жизнедеятельности в противовес здороворазрушающей за счет проявления волевых усилий. Этапами становления культуры здоровья являются овладение знаниями и технологиями в области укрепления собственного здоровья и здоровья, будущих воспитанников, осмысление личностного опыта и рефлексия становления культуры здоровья; её трансляция в процессе предстоящей профессиональной деятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бальсевич В. К. Основные положения концепции интенсивного инновационного преобразования национальной системы физкультурно-спортивного воспитания детей, подростков и молодежи России [Текст] / В.К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. – 2002 – №3. – с. 3-5.

2. Бикмухаметов Р. К. Формирование культуры здоровья и здорового образа жизни будущих педагогов [Текст] / Р.К. Бикмухаметов // Социально-гуманитарное знание. – 2003. – №4. – С.147 - 156.

3. Лебедченко С. Ю. Формирование культуры здоровья будущего учителя в процессе профессиональной подготовки [Текст]: автореф. дис. на соиск. учен. степ. к.п.н.: спец. 13.00.08 / С. Ю. Лебедченко. – Волгоград: 2000. – 22 с.

4. Лубышева Л. И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью [Текст] / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 1997. – №6. – с.10-15.

5. *Сергеев Н. К.* Теория и практика становления педагогических комплексов в системе непрерывного образования учителей [Текст]: дис. в виде науч. докл. ... д-ра пед. наук / Н.К. Сергеев. – Волгоград, 1998. – 80 с.

THE LITERATURE

1. *Balsevich V. K.* Basic concept of intensive innovative transformation of the national system of physical culture and sports education of children, adolescents and young people in Russia [Text] / V. K. Balsevich // *Theory and Practice of Physical Culture*. - 2002 - №3. - С. 3-5.

2. *Bikmuhametov R. K.* Building a culture of health and healthy lifestyles future teachers [Text] / R. K. Bikmuhametov // *Socially-humanitarian knowledge*. - 2003. - №4. - P.147 - 156.

3. *Lebedchenko SY* Building a culture of health in the future teacher training [Text]: Author. dis. on soisk. scholar. step. kpn. : spec. 13.00.08 / SY Lebedchenko. - Volgograd: 2000 - 22.

4. *Lubysheva L. I.* Modern value potential of physical culture and sport and the way of its development society and the individual [Text] / L. I. Lubysheva // *Theory and Practice of Physical Culture*. - 1997. - №6. - S.10-15.

5. *Sergeyev N.K.* Theory and practice of formation of educational facilities in continuing education of teachers [Text]: Dis. as scientific. rep. ... Dr. ped. Science / N. K. Sergeyev. - Volgograd, 1998. - 80 p.

PERSONALITY HEALTH CULTURE AS A FACTOR OF SOCIAL WELFARE OF STUDENTS

Tkacheva E. G., the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer

Chomutova E. V., senior teacher

Cherep Z. P., senior teacher

Volgograd state social-pedagogical University

Volgograd, Russia

УДК 796.413/.418

ПОВЫШЕНИЕ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ГИМНАСТОК В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ ПОДГОТОВКИ

Чопорова Екатерина Валерьевна

кандидат педагогических наук, доцент

Андреевко Татьяна Александровна

кандидат педагогических наук, ст. преп.

Половодов Игорь Валентинович, ассистент

Волгоградская государственная академия физической культуры

(ФГБОУ ВПО «ВГАФК»)

Волгоградский государственный социально-педагогический

университет (ФГБОУ ВПО «ВГСПУ»)

Волгоград, Россия

Аннотация: В статье представлены пути повышения работоспособности гимнасток, установлены объем и характер упражнений, выполняемых в интервалах между подходами к снарядам.

Ключевые слова: работоспособность, массаж, отдых, соревновательный период, гимнастики.