

## **КОНЦЕПЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ: АСПЕКТЫ ПОСТРОЕНИЯ**

*А.М. Баклунина, Д.В. Викторов, И.Б. Мещерякова*

Понятие здоровья, рассматриваясь как медицинская категория, что находит отражение в определениях данного понятия, подходах к его профилактике, критериях его оценки, по сути, остается условием самореализации. Однако на уровне индивидуального сознания имеет противоречивый характер: дефицит в социуме этического отношения к ценности здоровья делает медицину бессильной в выяснении причин снижения здоровья и способов его достижения, поскольку решающую роль в его сбережении играет поведенческий образ жизни. Формирование такой позиции возможно обеспечить в условиях образовательной среды.

Ключевые слова: здоровье, физкультурное образование, здоровьесбережение, студенты, физическая культура.

Следует отметить, что усилия, прилагаемые образовательными учреждениями в направлении организации образовательного процесса, определяющего здоровье как цель, объект и результат деятельности физической культуры учащихся недостаточно эффективны, о чем свидетельствуют: во-первых, всплеск негативных факторов, приводящих к разрушению саморегуляции физиологических систем человека, либо к его гибели, во-вторых, снижение уровня двигательной активности учащихся, в-третьих, отсутствие стремления к здоровому образу жизни, наличие недостаточной инно-

вационной деятельности в сфере физкультурно-оздоровительных занятий, в-четвертых, необходимое формирование ценностных ориентаций у учащихся в области физкультурно-оздоровительной практики [2].

Мы можем констатировать тот факт, что существующее в настоящее время традиционное образование, массовая педагогическая практика ориентирована преимущественно не на формирование физической культуры личности, а на достижение нормативного уровня физических кондиций учащихся, где программно заданная цель зачастую не имеет для молодых людей личностной значимости, поскольку в практике традиционного просвещения мир реальных объектов нередко подменяется готовыми понятиями и другими идеализированными продуктами познания, полученными не учениками, а специалистами, учеными. При этом в большей степени происходит формирование условной личностной значимости здорового образа жизни, а не развитие способов самовыражения средствами физической культуры, что обуславливается достаточно авторитарной позицией преподавателя.

Можно выделить один из приоритетных путей достижения обучения и воспитания студенческой молодежи в усвоении и практическом использовании знаний и умений по сохранению и укреплению здоровья, отмечаемый как педагогическими тенденциями отечественного образования, так и образования за рубежом. В качестве стратегической основы выдвигается подготовка специалистов, умеющих применять полученные знания и умения в области физической культуры на практике для здоровьесбережения организма, создания безопасных, комфортных условий обитания, адаптации к опасностям и снижения их значимости, росту защищенности жизни человека.

Инструментальным обеспечением более осмысленного, целенаправленного, в наибольшей мере соответствующего индивидуальным особенностям и возможностям каждого учащегося использования средств физической культуры выступает здоровьесбережение, предполагающее: воспитание через организацию и руководство разнообразными видами физкультурно-оздоровительной деятельности и оздоровительных технологий, отказ от диктаторских приемов побуждения к занятиям физической культурой, получение учащимися удовлетворения от занятий, ориентацию на радостную перспективу, поддержку развивающейся личности.

Исходя из диалектического понимания, здоровье относится к числу понятий, которые не могут быть однозначно определены, поскольку его постоянное осмысление, переоценка приводит к становлению нового знания, к формированию более целостного взгляда на феномен человека. Тем более, что отношение человека к своему здоровью корректировалось вместе с ростом цивилизованности, культуры, сменой способов производства, естественнонаучной картины мира.

Анализ теоретических подходов к изучению категории «здоровье», позволяет нам сделать следующий вывод: различия в представлениях чаще всего связаны с принципами, методами и способами оздоровления организма человека на различных исторических этапах. Учитывая, что организм человека является многокомпонентной сложноорганизованной системой, его здоровье не может характеризоваться каким-либо одним признаком и является многомерным понятием, и поэтому через систему воспитания и обучения должно войти все, что необходимо человеку для развития здоровой личности [1].

В силу этого здоровье должно определять возможности выполнения основных функций человека, учитывая тот факт, что человек есть живая система, в основе которой лежат физическое, духовное, природное и социальное, наследственные и приобретенные начала.

Нормирующие факторы культуры, детерминируя формирование стереотипов обыденного массового сознания, выступают в качестве скрытых, глубинных механизмов регуляции оздоровительной практики людей. Эти социальные регуляторы постепенно интериоризируются – встраиваются в структуру конкретной личности, а особенно учащейся молодежи в процессе ее образования и воспитания.

Студенческая молодежь составляет особую социально-демографическую группу, объединенную определенными возрастными рамками, характеризующуюся собственными психофизиологическими особенностями, которые относятся к периоду физического, физиологического, психического и социального созревания, особенностями поведения и специфическими условиями жизни и обучения. Студенческая молодежь является частью молодежного социума и представляет собой специфическую возрастную социально-демографическую группу, которая, обладая социальными признаками разных общностей, различается по материальным возможностям, ценностным ориентациям, образу, стилю жизни и отношению к собственному здоровью [3].

Первоначально на уровне человека, как родового существа, формировалась установка на необходимость каким-то образом влиять на здоровье в целях приспособления человека к окружающей среде. В дальнейшем осознание частью населения того, что особым способом организуя собственную жизнь, можно уменьшить вероятность возникновения каких-либо болезней, и как следствие – сохранить здоровье, привело к становлению первоначального опыта систематизации гигиенических знаний и зарождения общественной гигиены и санитарии, в котором методы сохранения здоровья развивались в рамках свободных от религиозных догматов условий и носили глубоко светский характер.

Далее, произошедшее оформление современных государств с присущими им национальными особенностями, религиозно-мистической на-

правленностью мысли, но единообразием подходов к здоровью позволило формам и методам по его сбережению основаться в религиозно-философских течениях, близких по своим этическим ориентирам и психологическому складу современному человеку. Осознанная потребность оздоровления, базируясь на здоровьесберегающих идеях самобытных культур перестает быть только религиозной, дополняется разработками антропоцентристских основ здоровья и идеями гармонии естественного развития человека, что позволило разделить образование на ступени и создать основы научной педагогики.

Физическая культура сформировалась как социально детерминированная область общей культуры человека, представляющая собой качественное, системное, динамическое ее состояние, характеризующееся определенным уровнем знаний и способностей, мотивационно-ценностных ориентации, приобретенных в результате воспитания и самовоспитания и интегрированных в практической жизнедеятельности, физическом и психофизическом здоровье на базе медицинского опыта индивидуальной и общественной профилактики заболеваний, эффективных программ и методов охраны здоровья населения.

Физическое воспитание – неотъемлемый элемент физической культуры, в рамках внедрение достижений различных учебных заведений и специально организованного педагогического воздействия, позволило выделить проблему оздоровления, как отдельной личности, так и всего общества в целом в отдельную задачу образования.

В процессе уточнения рабочего понятийного аппарата установлено, что предметной областью здоровья, является область взаимодействия физической культуры и системы образования как относительно самостоятельных сторон культуры.

В соответствии с этим, здоровье рассматривается как сложный феномен, характеризующийся наличием обусловливаемых свойств, посредством которых организм человека обеспечивает сохранение постоянства внутренней среды по отношению к внешней. Показано также, что востребованная обществом сторона физической культуры, интегрируясь с образованием, сохраняет и улучшает функции и свойства здоровья, необходимые для качественных функциональных, физиологических, ценностных характеристик человека, путем взаимодействия и взаимоотношения вовлеченных оздоровительных мероприятий. Результатом этой интеграции явилось современное физическое воспитание.

Понятие «здоровьесбережение» означает деятельность личности, посредством реализации знаний и использования умений оздоровления организма, формируемых с помощью средств физической культуры. Являясь составной частью здоровья, здоровьесбережение проявляется во всех видах жизнедеятельности человека, специально организованных для полноценно здоровой жизни на каждом этапе его возрастного развития.

Физкультурное образование является фактором, приводящим использование физического воспитания в соответствии с требованиями гуманизма этики и гуманизма педагогики, отвечающими самому высокому человеческому измерению. Практические подходы к физкультурному образованию и механизмы воздействия через физическое воспитание на человека многогранны. Но они во многом пока не объяснены, не систематизированы и даже не осознаны как система управляемых педагогических воздействий, что является основанием для определения теории и практики физкультурного образования как предмета исследования.

Следствие концепции физкультурного образования – педагогическая технология, как интегративная, объединяющая в себе относительно самостоятельные и взаимодействующие между собой методические системы организации физического воспитания учащихся, суть которой заключается в адаптации организма занимающегося к рациональным физическим нагрузкам. Поскольку адаптация к физической деятельности является системным ответом организма и минимизацией физиологической цены, то с этих позиций адаптацию следует рассматривать как динамический процесс, в основе которого лежит формирование новой программы реагирования, а сам приспособительный процесс, его динамика и физиологические механизмы определяются состоянием и соотношением внешних и внутренних условий деятельности. Вначале включаются обычные физиологические реакции и лишь затем – реакции напряжения механизмов адаптации, требующие существенных энергетических затрат с использованием резервных возможностей организма, что приводит к формированию специальной функциональной системы адаптации человека.

Таким образом, физкультурное образование – это объективная реальность, востребованная обществом и личностью. Несмотря на это практическая деятельность по физическому воспитанию встречается с определенными трудностями. Одной из них, очень важной, по нашему мнению, является недостаточная разработанность мировоззренческих основ здоровьесберегающей ориентации содержательного, деятельностного и результативного компонентов физического воспитания. Поэтому физическое воспитание будет иметь различное человеческое измерение в зависимости от того, какие цели поставлены перед ним, каким образом они достигнуты и каковы его результаты. Эти факты свидетельствуют о том, что современная педагогическая мысль находится в поиске способа, который, с одной стороны, способен был бы наиболее полно отразить смысл и содержание педагогической деятельности, ориентированной на здоровье учащихся, а с другой стороны, адекватно показывал целевую направленность, качество этой деятельности и здоровьесберегающие пути ее реализации.

### Библиографический список

1. Виленский, М.Я. Основы здорового образа жизни студентов / М.Я. Виленский. – М., 1995. – 216 с.
2. Ковалева, В.И. Особенности укрепления здоровья молодежи средствами физической культуры / В.И. Ковалева // Культура здоровья и профессиональное образования: материалы науч.-практ. конференции. – Владивосток: Медицина ДВ, 2014. – С. 73–78.
3. Лубышева, Л.И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 6. – С. 10–15.