

УДК 378.17:37.03

## ГАРМОНИЗАЦИЯ ЛИЧНОСТИ И КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ В СФЕРЕ РОССИЙСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ

**Кароян А.А., Дымова И.А., Пашкова И.А.**

*ФГБОУ ВО «Глазовский государственный педагогический институт имени В.Г. Короленко»,  
Глазов, e-mail: alvard\_karoyan@mail.ru, rakdia@yandex.ru, irina.pashkova.77@mail.ru*

Настоящая статья посвящена изучению формирования культуры здоровья и гармонии физической, телесной красоты и духовных качеств личности в процессе образовательной и воспитательной деятельности студентов вуза. Через образование как социальный институт возможно формирование социальных, духовных и физических потребностей. В самом образовании имеется немалый резерв через преподавание естественнонаучных и социально-гуманитарных дисциплин приобщать студенчество к социальным и духовным ценностям в процессе обучения. Авторами проведена серьезная работа по определению функций обратной связи при обучении студентов – будущих педагогов курсов, включающих мировоззренческие детерминанты и культурные ценности будущего специалиста. Также разработана учебная программа, которая основывается на изучении феномена «человек и его здоровье» с позиции единства духовного и телесного в природе человека, формирования здорового образа жизни как системы управления здоровьем, овладения культурой здоровья в составе гуманитарной и педагогической культуры учителя.

**Ключевые слова:** культура здоровья, гармонизация личности, единство телесных и духовных ценностей, образовательные программы

## HARMONIZATION OF PERSONALITY AND CULTURE HEALTH EDUCATION IN THE FIELD OF RUSSIAN

**Karoyan A.A., Dymova I.A., Pashkova I.A.**

*Glazov State Pedagogical Institute named after V.G. Korolenko, Glazov,  
e-mail: alvard\_karoyan@mail.ru, rakdia@yandex.ru, irina.pashkova.77@mail.ru*

The article is devoted to the study of formation of culture of health and harmonization of physical, body beauty and spiritual qualities of a personality in educational process and educational activity of University students. Cares education as a social institution, the formation of social, spiritual, and physical needs. In the formation of a considerable reserve through the teaching of science and social-humanitarian disciplines to introduce students to the social and spiritual values in the learning process. The authors have carried out serious work on the definition of the functions of feedback in the training of students – future teachers of courses, including ideological determinants and cultural values of the future specialist. Also a training programme has been developed based on the study of the phenomenon of «man and his health» from the perspective of the unity of spiritual and bodily human nature, the formation of a healthy lifestyle as a health management system, mastering the culture of health as part of the humanitarian and pedagogical culture of a teacher.

**Keywords:** health culture, harmonization of the personality, the unity of bodily and spiritual values, educational program

Развитие гуманитарной практики в сфере образования осуществимо при условии формирования адекватного общественного сознания и позитивно-активного отношения личности к здоровому образу жизни.

Реализация творческого потенциала личности возможна при условии органического взаимодействия духовного и физического в человеке. Без здорового образа жизни невозможна гармония физических качеств, телесной красоты, духовной культуры студентов [8]. В данном случае речь идет о гармонии личности как социально-эстетическом явлении. Ее формирование возможно через взаимодействие нравственно-социального, эстетического и физического воспитания. Эстетический элемент должен присутствовать не только в физическом, но и в духовно-интеллектуальном раз-

витии будущего специалиста. Эстетическая сторона важна не только во внешних проявлениях педагога, но и в его профессиональной деятельности. На наш взгляд, духовная культура не может быть без эстетического компонента.

О.Л. Трещева рассматривает культуру здоровья личности как важнейшую составляющую общей составляющей культуры – одну из основных форм освоения человеком внешней и внутренней природы, способ создания гармонии своего существования в самом широком смысле [9].

Культура здоровья включает в себя потребность и способность индивида к максимальной самореализации в качестве социально и индивидуально значимого субъекта на основе использования средств, отпущенных природой (телесно-двигательных характеристик) и преобразованных в соот-

ветствии с этими целями и принципами культуросообразности, в пределах их нормального функционирования.

Основная задача духовного воспитания заключается в том, чтобы дать человеку правильное представление о наивысшем в данных конкретно-исторических условиях уровне сознания, выработать у него устойчивую потребность в соответствии с этим представлением. Необходимо отметить, что сегодня многие, занимаясь физическим и духовным воспитанием, не только понимают необходимость сознательного применения различных видов укрепления физического и психического здоровья, но и в той или иной мере используют их. Однако далеко не все понимают важную роль регулярных занятий при овладении духовными ценностями ради духовного совершенствования и самосовершенствования. Поэтому телесное совершенствование и здоровье, с одной стороны, и формирование духовного здоровья – с другой, не только должны исключать, но и дополнять друг друга [7].

Предметным основанием культуры здоровья и спорта как социальных механизмов служит культура двигательной деятельности Л.И. Лубышева [5]. Обычно под культурой понимают все, что создано человечеством, как совокупность условий, способов и результатов формирования, развития и сохранения потребностей и свойств «человека общественного». Как общественная система культура разворачивается в трех формах своего существования: культура условий жизни, культура деятельности и культура личности. Круговорот форм культуры свойственен и феноменам культуры здоровья. Условия жизнедеятельности обеспечивают развертывание процессов формирования культуры двигательной деятельности, которая развивает процесс формирования физической и спортивной культуры личности.

С позиций физкультурной деятельности физическая культура есть многоуровневое духовное пространство, которое позволяет применить при ее рассмотрении известную в методологии схему мыследеятельности. Это подтверждается и тем, что в качестве основополагающей характеристики физической культуры в процессе определения понятий «функция», «ценность», «деятельность» выступает категория «потребность». Такой подход обусловлен единством и взаимосвязанностью категорий социального и биологического в человеке. Он обоснован «возвышающим» типом гармонизации телесного и духовного начал в человеке, достигае-

мом «одухотворением» тела, его встраиванием в ценностно-духовный ряд, приоритетом духовности в процессе освоения двигательных действий. Здесь воочию получает отражение тенденция сознательного примата духовной культуры над материальной, если учитывать ее гуманистическое обоснование на современном этапе общественного развития. Единство духовной и двигательной сторон в физкультурной деятельности человека будет создавать, на наш взгляд, гармонию сущностных (духовных и социальных) сил человека, интегративным моментом которой может выступать сам творческий характер духовной деятельности. При этом духовная культурная организация связана с формированием целостного человека во всей полноте его сущностных сил (воли, любви, надежды и т.п.), и эта перспектива может стать задачей формирования не только общества, но и самого человека [1].

Социальная значимость культуры здоровья состоит в той огромной роли, которую она играет в развитии, сохранении и поддержании телесного, психического, нравственного и духовного здоровья человека. Как справедливо отмечают многие ученые, в современной критической ситуации, в сложившейся социальной сфере, культура здоровья должна стать важнейшим фактором способным помочь людям противостать сложным условиям жизни.

Значимость ценностного потенциала культуры здоровья не исчерпывается отмеченными характеристиками. В ходе развития общества культура здоровья наряду с другими социальными явлениями непрерывно расширяет границы своего влияния на жизнь людей.

Итак, здоровый образ жизни, сопряженный с развитием физических и духовных качеств, имеет огромное значение для гармонизации личности и формирования эстетических и социально значимых качеств работника новой системы российского образования.

Анализ научно-методической литературы в контексте проблемы гармонизации развития демонстрирует недостаточность научных знаний о соотношении двигательного и умственного развития, их взаимодействии в ходе онтогенеза и обуславливает необходимость проведения исследований в этом направлении с целью обогащения педагогического опыта по индивидуализации и дифференциации процесса обучения, направленного на всестороннее и гармоничное развитие личности студентов. Тем более что современные программы, декларируя гармоничное

развитие, содержательно не предлагают комплексного воздействия, а на практике осуществляется использование отдельных методических подходов к организации учебного процесса, сводящихся, как правило, к формированию высокого уровня интеллекта студентов, к активизации познавательной деятельности, развитию отдельных личностных качеств и свойств. Таким образом, обнаруживается противоречие между существующими теоретико-методологическими подходами, имеющимися в сфере образования, и недостаточной разработанностью средств и методов образования, учитывающих формирование личностных качеств. Преодоление этого противоречия связано с необходимостью разработки программы гармонизации физического и умственного развития студентов вуза, направленной на формирование культуры здоровья в процессе образования.

Культура здоровья предполагает реализацию и восстановление интеллектуально-профессиональных качеств специалиста в области образования, причем умственное напряжение может быть полноценным с учетом физических возможностей личности.

Взаимоусиление культуры духовной и физической очевидно, однако оно трудно осуществимо в связи с коммерциализацией всех сфер жизни современного общества. Примером может служить снижение уровня массовой культуры, в том числе и молодежной субкультуры, в последнее время. В этих условиях возрастает роль использования эффективных программ в сфере образования.

Актуальность проблемы формирования гармоничной личности не снижается со временем, более того, именно в условиях духовного кризиса ее значение возрастает. Через образование как социальный институт необходимо формирование социальных, духовных и физических потребностей. От диалектики взаимодействия социального и биологического в человеке очень сложно перейти к практике формирования качеств гармонической личности. В самом образовании имеется немалый резерв через преподавание естественнонаучных и социально-гуманитарных дисциплин приобщать студентов к социальным и духовным ценностям в процессе обучения. В этом состоит важнейшая предпосылка формирования осознанного отношения как к здоровому образу жизни, так и к духовной культуре. Позитивные потребности реализуемы в контексте физического и духовного раз-

вития личности. Их уровень во многом определяется многообразием культурной среды и качеством образования.

Для проявления духовной и физической культуры необходимо, с одной стороны, сохранение позитивного опыта и оптимизация образовательных программ, а с другой – усиление профилактики здоровья, что в настоящее время крайне затруднительно. Без учета интеграции здорового образа жизни и духовной культуры малоэффективны и образовательные программы высшей школы.

Изменение отношения к проблеме оздоровления в образовании и повышение культурного статуса физически крепкой и духовно защищенной личности обуславливает потребность появления в школе высокообразованного учителя. Его характеристика определяется осознанием значимости для подрастающего поколения физической и духовной культуры, здорового образа жизни. Для современного педагога важно не только знать, но и понимать актуальные проблемы современной молодежи. А они связаны с ее образом жизни [2, 3].

В процессе воспитания важным является определение жизненных целей, идеалов и практик жизнедеятельности будущего учителя как носителя культуры здоровья и субъекта инновационных решений при конструировании культурно-образовательного пространства для развития и саморазвития учеников.

Современная высшая педагогическая школа ориентирована на адаптационную модель здоровья и реализует ее с помощью репродуктивной практики обучения студентов, при этом ограничены условия для освоения духовно-ценностного, интеллектуального богатства культуры здоровья [5, 6].

Изложенное выше актуализирует проблему оптимизации учебных программ, включающих мировоззренческие детерминанты и культурные ценности будущего специалиста. Они должны включать методологию организации педагогического образования, нацеленную на воспитание культурных качеств студента. Будущий специалист как носитель культуры здоровья должен оперировать не только профессиональными навыками, но и быть интегрированным в многообразную социальную жизнь. При этом формирование духовной и физической культуры студентов в подготовке к профессиональной деятельности должно включать три основных этапа: довузовскую подготовку, учебную и этап профессиональной деятельности.

В основе же формирования лежат педагогические условия, учитывающие содержание и особенности духовного и физического становления молодых людей, индивидуальные особенности студентов, их типичные затруднения и ошибки.

Разработанная нами в рамках Программы «Адаптивная модель школы здоровья и социального развития» учебная программа основывается на изучении феномена «человек и его здоровье» через призму глобальных проблем современности, с позиции единства духовного и телесного в природе человека, формирования здорового образа жизни как системы управления здоровьем, овладения культурой здоровья в составе гуманитарной и педагогической культуры учителя [7].

Программа содержит обоснование теоретико-методологических предпосылок развития личности будущего педагога через формирование мировоззренческой основы культуры здоровья. Культура здоровья будущего учителя, будучи проблемным процессом в педагогике высшей школы и философии образования, рассматривается нами не столько в контексте содержания внешней и внутренней культуры студента, сколько в тесном сплетении, закономерном взаимодействии образования и культуры.

Технологическая цепочка разработки методической системы формирования духовной и физической культуры будущих выпускников включает следующие этапы: разработку целей и задач курса; определение методических основ отбора содержания процесса формирования духовной и физической культуры студентов во время обучения; разработку, выбор методов организации формирования духовной и физической культуры, обеспечивающих процесс формирования и удовлетворения познавательных потребностей обучающихся; разработку содержания и методики проведения практических занятий с позиции развития поисково-творческой деятельности, формирования познавательной активности и ключевых профессиональных компетенций у будущего специалиста; разработку нового учебно-методического комплекса.

Программа выстраивается в соответствии со следующими положениями:

- приоритет знания культуры здоровья как программы преемственности воспитания здорового поколения;
- гуманитаризация дисциплин естественнонаучного цикла;
- овладение функциональной частью культуры здоровья;

- усвоение способов оздоровления образовательного процесса не только путем оптимизации предметного содержания, но и методами адекватными природе процесса познания;

- формирование потребности проявлять «заботу о себе самом» и проецировать выработанные умения самопознания в оздоровительной деятельности с детьми;

- устранение противоречия между задачами профессионального образования и формирования культуры здоровья учителя, когда готовность студентов к оздоровительной работе в образовательном учреждении проявляется в компетенции будущего специалиста.

Формирование мировоззренческой базы, определяющей эффективность образа жизни и профессиональной социализации студента – будущего педагога – предполагает овладение подсистемами следующего содержания:

- ценностно-нормативного, вводящего студента в мир общечеловеческих ценностей, и общения в рамках здорового образа жизни, нормативного санитарно-гигиенического регулирования образовательным процессом;

- когнитивного, характеризующегося системными знаниями о здоровье человека, способах оздоровления с учетом национальной культуры и иных традиций образа жизни;

- поведенческого, выражающего не только уровень сформированности регулятивных процессов при осуществлении действий и поступков, но и самодетерминации духовно-культурного развития;

- личностного, обеспечивающего развитие индивидуально-профессиональных качеств студента при освоении им позиции как субъекта – носителя духовной культуры и здорового образа жизни.

Таким образом, в настоящее время созрела необходимость перехода к практическому пониманию целостности физического духовного и интеллектуально-профессионального развития молодых людей. Это сложный воспитательный процесс, требующий совместных усилий со стороны семьи, образования и других социальных институтов общества.

#### Список литературы

1. Акчури Б.Г. Социально-философское осмысление культуры здоровья. // Философия и общество. – 2012. – № 4(68). – С. 15–18.
2. Ахвердова О.А., Магин В.А. К исследованию феномена «культура здоровья» в области профессионального физкультурного образования. // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 9. – С. 5–7.

3. Быховская И.М. Образование и культура здоровья // Дети России образованы и здоровы Материалы III Всероссийской научно-практической конференции г. Москва, 28–29 октября 2005 г. – М., 2005. – С. 28–32.
4. Гаркуша Н.С. Интегративная модель воспитания культуры здоровья российских школьников / Н.С. Гаркуша // Психология образования в поликультурном пространстве. – 2015. – Том 2 (№ 30). – С. 12–19.
5. Гаркуша Н.С. Система мониторинга среды формирования культуры здоровья субъектов образовательного процесса: методическое пособие / Гаркуша Н.С. – Белгород: ООО «Эпицентр», 2015. – 108 с.
6. Ирхин В.Н. Теоретические основы построения школы здоровья в контексте гуманистической парадигмы образования и воспитания // Проблемы образования и воспитания в контексте гуманистической парадигмы педагогики (конец XIX в. – 90-е гг. XX в.): Монография: В 2-х т. // Под ред. З.И. Равкина. – М., 2000. – С. 139–172.
7. Кароян А.А. Гармонизация личности и культура здоровья // Духовные и социальные аспекты общественного развития: сб. науч. трудов. – М.: Университет РАО, 2010. – 72 с.
8. Кузнецов В.Ю., Оленкин Ю.В. Ультура здоровья в современном обществе // Актуальные вопросы общественных наук: социология, политология, философия, история: сб. ст. по матер. VII междунар. науч.-практ. конф. – Новосибирск: СибАК, 2011.
9. Трещева О.Л. К вопросу системного обоснования индивидуального здоровья и его компонентов // Здоровье и образование: Матер. Международного конгресса валеологов. – СПб., 1999. – С. 176–177.