

ИСТОРИКО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ

Historical and pedagogical aspects of the formation of the culture of health of the younger generation

Чедов Константин Васильевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической культуры и спорта, ФГБОУ ВО «Пермский государственный национальный исследовательский университет»



chedovkv@yandex.ru

В статье рассматриваются исторические предпосылки развития современных научных подходов к формированию культуры здоровья детей, подростков и учащейся молодежи. Рассмотрены основные научные направления деятельности современных ученых, педагогов-исследователей по проблематике культуры здоровья подрастающего поколения.

The article considers historical prerequisites for the development of modern scientific approaches to the formation of a culture of health for children, adolescents and students. The main scientific directions of activity of modern scientists, educators-researchers on the problems of culture of health of the younger generation are considered.

Ключевые слова: **культура здоровья, формирование культуры здоровья.**

Keywords: **culture of health, the formation of a culture of health.**

Формирование личности, соответствующей современным социальным требованиям является важнейшей функцией образования. Накопленный человечеством опыт, духовная и материальная мировая культура служат строительным материалом, источником созидания личности.

Передача основных элементов социальной культуры каждому растущему и молодому человеку, разностороннее развитие личности становятся объективной необходимостью в демократическом обществе. В этом заключается смысл всеобщего и непрерывного образования. Наиболее общими социальными потребностями являются создание здоровой, жизнедеятельной нации; создание благоприятных условий для развития способностей и талантов каждого человека, сбережение и развитие его здоровья. Уровень сформированности этих потребностей находится в прямой зависимости от уровня образованности и воспитанности человека, его культуры. Формирование и развитие культуры

человека осуществляется в течение всей его жизни главным образом в системе общественных отношений и образования.

Культура здоровья является важнейшим компонентом общечеловеческой культуры, одним из способов создания гармонии жизни. Культура здоровья личности, помимо результатов деятельности людей, выражающихся в уровне их здоровья, проявляется на уровне человеческих способностей, реализуемых в здоровом образе жизни.

Повышение внимания исследователей к культуре здоровья обучающихся мы объясняем тем, что с одной стороны в условиях современного социума важным аспектом развития являются способности, реализация которых обеспечивается здоровьем человека: физическим, психическим, социальным; с другой стороны, культура здоровья позволяет индивиду использовать общественные ресурсы в интересах собственного развития.

Проблема формирования культуры здоровья подрастающего поколения не является новой, но она приобретает особую важность в условиях модернизации образования в России и требует пересмотра традиционных подходов к ее решению. По нашему мнению, для выявления наиболее рациональных способов решения современных проблем, связанных с формированием культуры здоровья подрастающего поколения, необходимо изучение философско-исторических предпосылок развития этого процесса.

Генезис и становление научно-педагогического феномена «культура здоровья» имеет глубокие историко-философские корни.

Первые сведения о необходимости сбережения и развития здоровья подрастающего поколения в ходе их обучения и воспитания мы узнаем при ознакомлении с трудами философов Древней Греции и Древнего Рима. У каждого философа того времен был свой взгляд на сущность здорового человека.

Авторы античной Греции и Рима, имея своеобразные взгляды на природу человека, свои советы по сохранению его здоровья предлагали с позиции единства тела, души и духа; что позволяло увидеть в субъекте деятельности целостное единство **[Ошибка! Источник сылки не найден.]**. Например, по Платону природа здоровья человека заключается в единстве души, разума и человеческой культуры. Он в своих выступлениях заявлял о взаимообусловленности душевного состояния и тела человека. Сократ указывал на то, что не лечя душу, нельзя лечить тело. Демокрит, размышляя о здоровье, говорил о том, что рождение «благого состояния духа» возможно благодаря саморегуляции. Аристотель следовал принципу равновесного поддержания состояний тела и души [5].

Поэтому античная концепция здоровья включала в себя физическое (телесное) здоровье и нравственность, рассматривала здоровье в плоскости взаимосвязи физического мира с душой. Как заметил А. Ф. Лосев, в античной калогатии нет ничего отдельного, все едино – тело-душа, прекрасное-доброе [**Ошибка! Источник ссылки не найден.**].

По мнению Т. З. Тюмасевой и А. А. Циганкова, Гиппократу, жившему в пятом веке до н. э., принадлежат исторические предпосылки современной экологической валеологии, выраженных во взаимозависимости «телесных и душевных свойств человека» с факторами внешней среды [6].

Согласно учению Платона, здоровье тела заключается в гармонии телесного и душевного. Он указывал на то, что человеку в ходе самообразования необходимо формировать свою телесную форму, а упражняясь в гимнастике, обязательно заниматься искусством, философией, науками [5]. Здесь мы замечаем соответствие элементов целого основным его функциям. В данном случае мы наблюдаем проявление подхода, который в современной науке называется холистический или целостный. В дальнейшем данный подход будет являться одним из «краеугольных камней» наших научных разработок.

Таким образом, в античности здоровье рассматривалось как составляющая внутреннего мира человека, которая практически не связана с реальностью. Что же касается педагогической деятельности, которая современным языком называется «здоровьесберегающей» (Смирнов Н. К., Третьякова Н. В.), «здоровьеразвивающей» (Кобяков В. П.), «здоровьесозидающей» (Маджуга А. Г., Орехова Т. Ф.), то воспитателями того времени здоровье понималось как соотношение душевных и телесных составляющих человека. Они стремились обеспечить, прежде всего, душевное здоровье, суть которого заключалась в том, чтобы контролировать разумом свои эмоции, проявлять мужество в трудные минуты, ни в коем случае не сдаваться. Античная педагогика была ориентирована на то, чтобы объяснить растущему человеку, что здоровье нельзя получить извне, над ним необходимо активно трудиться, приближая себя к идеалу.

В дальнейшем на смену этого античного идеала – личности, обладающей качествами философа, ученого и атлета – пришел аскетический идеал – обращенный на свой внутренний мир. Ценностная система Средневековья существенно изменила мировоззрение людей и здоровье, даже в его телесном или физическом проявлении, не являлось ведущим мотивом их жизнедеятельности. Здоровье рассматривалось в качестве временной характеристики их земной жизни [7].

Возрождение античных ценностей заботы о здоровье мы наблюдаем в эпоху Ренессанса. Античные идеи получили бурное развитие уже в первой половине XV века в работах таких итальянских гуманистов как Л. Б. Альберти, Л. Бруни, которые говорили о гармоничном воспитании в человеке физических и духовных качеств. В работах Л. Валлы аргументировано негативное отношение к противостоянию души и тела, характерное для мировоззрения Средневековья. Он выступал за гармоничное воспитание в человеке физических и духовных начал [7].

В эпоху Возрождения педагоги-гуманисты стали обращать особое внимание на воспитание здоровых, жизнерадостных людей, имеющих разносторонние интересы. Они призывали уважать личность ребенка, бережно и внимательно подходить к нему, что являлось противовесом жесткой Средневековой дисциплине. К сожалению, принципы гуманистической педагогики распространились лишь в тех школах, в которых учились дети состоятельных и знатных родителей.

Таким образом, педагогика эпохи Возрождения предоставила свободу для развития способностей индивида, заложенных в него природой [4].

Авторы ранних этапов индустриальной эпохи, базируясь на идеях мыслителей Античности и эпохи Возрождения, внесли существенный вклад в обоснование и развитие идеи заботы о здоровье подрастающего поколения на основе гармонизации духовного и физического составляющих (В. М. Бехтерев, П. Ф. Лесгафт, Н. И. Пирогов). Особого внимания заслуживают труды П. Ф. Лесгафта, который рассматривал занятия физическими упражнениями в качестве средства гармоничного развития человека. Он был убежден в том, что «направленным упражнением» можно развивать индивида физически, нравственно, интеллектуально, эстетически [3].

Основываясь на античной идее неразрывного единства духовного и физического аспектов в развитии человека, П. Ф. Лесгафт считал, что физическая нагрузка от организованной двигательной активности создает благоприятные условия для развития умственных способностей растущего индивида [3]. Великий русский ученый И. М. Сеченов также указывал на необходимость сочетания физического и интеллектуального развития. Исходя из этой позиции, гармоничности в развитии человека можно достичь посредством разумного чередования физической активности и умственного труда.

Физическое воспитание по Лесгафту – это комплексное влияние как естественных, так и специально подобранных физических упражнений не только на физическое развитие организма, но и на ста-

новление личностных качеств индивида. По мнению ученого, ключевой задачей физического воспитания является формирование самостоятельности и волевых качеств ребенка, подростка, молодого человека; его умения самостоятельно планировать и осуществлять целенаправленную физическую активность.

По нашему мнению, П. Ф. Лесгафт, рассматривая физическое воспитание в тесной взаимосвязи с умственным, нравственным и эстетическим воспитанием в качестве важнейшего средства разностороннего развития личности, продолжил развитие гуманистических идей Античности и Ренессанса и обосновал научно-педагогические основы культуры здоровья.

В начале XX века имела место научно-обоснованная позиция ведущих ученых о значимости школьного образования в формировании здорового образа жизни учащихся. Предлагались способы формирования учителями у детей здоровых привычек в условиях учебных занятий.

С появлением нового научного направления «Педология» появился комплексный подход к обучению и воспитанию. основоположником науки «Педология» считается американский ученый С. Холл.

За рубежом данное научное направление развивалось Дж. Болдуином, Э. Мейманом, В. Прейером и др. в 20-е годы [1]. В нашей стране подобные идеи развивал К.Д. Ушинский. В своей работе «Педагогическая антропология» он в качестве основы педагогики предлагает считать физиологию и психологию.

Большой вклад в развитие педологии внесли такие отечественные ученые как Н. Н. Ланге, Н. И. Пирогов, П. Ф. Каптерев и П. Ф. Лесгафт, А. Б. Залкинд, Л. С. Выготский, Л. П. Нечаев, П. П. Блонский. Развитие науки «Педология» было остановлено в России в 1936 году Постановлением УКВК СПб «О педологических извращениях в системе «Наркомпроса».

По мнению современных авторов, педология имела односторонний характер, хотя Л. С. Выгодский и другие ученые 20-30-ых годов считали педологию наукой о целостном развитии ребенка.

Исследователи конца 40-х годов (В. М. Антропова, А. А. Гжанский, В. К. Шурухина и В. В. Волков вновь обращаются к проблеме улучшения здоровья детей в ходе обучения. Они концентрируют свое внимание на необходимости создания особой атмосферы в образовательных учреждениях, которая бы способствовала оздоровлению обучающихся.

Н. П. Дубнина считает, что работа по охране здоровья детей существенно активизировалась в 70-е годы XX века. В этот период бы-

ли подготовлены пособия такими учеными как Н. М. Амосов, В. З. Коган, А. В. Мартыненко, В. В. Давыдов, П. Ф. Каптерев, которые ориентировали учителей на понимание причин отклонений в состоянии здоровья школьника.

В педагогической науке последних десятилетий идея сбережения и укрепления здоровья подрастающего поколения получила особо мощное развитие.

Анализируя работы современных ученых, педагогов-исследователей по проблематике культуры здоровья подрастающего поколения можно выделить несколько научных направлений.

Первое направление – *медико-биологическое* – раскрывает условия формирования и развития культуры здоровья. В работах Н. А. Амосова, Г. А. Аланасенко, Р. М. Баевского, И. И. Брехмана, Г. К. Зайцева, А. Г. Комкова, С. В. Хрущева и ряда других авторов выявлены ключевые аспекты здоровьесориентированной педагогической деятельности включая мониторинг состояния здоровья обучающихся, методы здоровьесберегающего обучения, проблемы адаптации и саморегуляции.

В трудах этих ученых обосновывается необходимость формирования культуры здоровья как условия становления общей культуры личности. Предложены авторские определения рассматриваемого феномена, выявлена его структура и функции. Особенностью медико-биологического направления является выявление причин, позволяющих влиять на формирование культуры здоровья обучающихся с учетом данных их психофизического состояния.

В контексте *физкультурно-оздоровительного* направления традиционно исследуются способы и методы формирования культуры здоровья. Как нами уже указывалось выше, основоположником системы физического воспитания считается П. Ф. Лесгафт. Ученый утверждал, что у детей и подростков необходимо формировать потребность в организованной двигательной активности, при этом он убедительно рекомендовал обращать пристальное внимание на правильное дозирование физической нагрузки. В настоящее время известно, что общая работоспособность и самочувствие во многом определяются уровнем развития физических качеств: силы, выносливости, ловкости, быстроты, гибкости. Систематическое выполнение физических упражнений способствует улучшению состояния большинства функциональных систем организма, осанки, психоэмоционального состояния.

Валеологическое направление занимает значительно место в рассматриваемой нами проблеме. Введение в терминологический обо-

рот понятия «Валеология» (valeo – «здоровье») принадлежит И. И. Брехману и В. В. Колбанову.

Валеология - это междисциплинарное научное направление, рассматривающее способы сохранения и формирования здоровья в определенных условиях жизнедеятельности (В. П. Казанчев). По мнению Г. Л. Апанасенко, валеология ориентирована на формирование положительного отношения к деятельности по сбережению и укреплению собственного здоровья, воспитание культуры здоровья в ходе индивидуального развития человека [2].

Высокая публикационная активность ученых и практиков была приостановлена осторожным отношением к этому развивающемуся направлению научного знания со стороны общественности и в частности, православной церкви. Переломным моментом явилось обращение православной общественности к министру образования Российской Федерации с письмом о недопустимости введения валеологии в качестве учебного предмета в общеобразовательные школы, называя содержание учебных пособий «педагогическим преступлением».

Идеи валеологии в настоящее время разрабатываются на основе концепции школ здоровья, используется потенциал учебных предметов в формировании культуры здоровья обучающихся. Одной из ключевых задач современных образовательных организаций является формирование естественной потребности у обучающихся в заботе о собственном здоровье как важнейшей жизненной ценности.

Например, научная школа З. И. Тюмасевой разрабатывает эколого-валеологический подход, ведущая идея которого заключается в реализации оздоровительной функции образования.

Таким образом, валеологическое направление в формировании культуры здоровья обучающихся реализуется в контексте воспитания ценностного отношения к собственному здоровью, профилактики вредных привычек, рационального питания, организации режима труда и отдыха, профилактики заболеваний.

Значительное место в формировании культуры здоровья подрастающего поколения занимает *психолого-педагогическое* направление. Авторы этого направления уделяют особое внимание способности человека ставить жизненные цели и планомерно двигаться к их достижению. По их мнению, на здоровье человека, его физическое состояние большое влияние оказывает психоэмоциональный статус. В той связи возрастает значимость позитивного мышления, умений человека контролировать свои эмоции, способности решать проблемы на основе оперативного сбора и обработки необходимой информации (Г. М. Андреева, М. Н. Бериулава, Н. А. Бердяев, Г. К. Зайцев, Л. С. Кобелянская,

И. О. Мартынюк, И. Т. Назаров, Г. С. Никифоров, З. И. Тюмасева и другие).

Рассмотренные нами направления в формировании культуры здоровья обучающихся дополняют друг друга с учетом многогранности жизнедеятельности человека, создавая единую систему в исследовании рассматриваемой проблематики.

Диссертационные работы, подготовленные в течение последних нескольких лет рассматривают многообразные аспекты формирования культуры здоровья подрастающего поколения. Среди них можно выделить работы А. Г. Маджуги – обоснование здоровьесозидающей функции образования; Н. В. Третьяковой – исследование качества здоровьесберегающей деятельности общеобразовательных школ, технологии формирования здоровьесориентированного поведения обучающихся, Е. А. Юговой – обоснование педагогических аспектов формирования смыслообразующих конструктов здорового образа жизни студентов; Н. С. Гаркуши – исследование особенностей воспитания культуры здоровья школьников в российском и европейском образовательном пространстве.

Авторы этих исследований показывают, что современное российское общество остро нуждается в здоровых, конкурентно способных гражданах, обладающих гармонично развитыми личностными качествами и навыками здоровьесориентированного поведения. Эта констатация создает предпосылки для дальнейшего научного поиска на основе анализа работ педагогов и философов альтернативных способов реализации педагогического потенциала образовательных организаций в формировании у обучающихся ценностей культуры здоровья с учетом современных тенденций развития российского образования.



БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Байер К., Шейнберг Л. Здоровый образ жизни / Пер. с англ. – М.: Мир, 1997. – 368 с.
2. Дубровский В. И. Валеология. Здоровый образ жизни. – М.: Изд-во RETORIKA, 1999. – 560 с.
3. Лесгафт П. Ф. Психология нравственного и физического воспитания: Избр. психол. труды / П. Ф. Лесгафт. – М.: Ин-т практич. психологии; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1998. – 416 с.
4. Новиков Д. С. Идеал калокагатии в контексте современной здоровьесберегающей педагогической стратегии / Д. С. Новиков //

- Известия Волгогр. гос. пед. ун-та. Сер: педагогические науки. – 2014. – № 1(86). – С.103 – 105.
5. Платон. Собр. соч.: в 4 т. / общ. ред. А. Ф. Лосева, В. Ф. Асмуса, А. А. Тахо-Годи – М: Мысль, 1994. –Т. 3, 4.
 6. Тюмасева З. И. К вопросу об актуальности конвергенции валеологии и экологии / З. И. Тюмасева, А. А. Цыганков // Валеология. – 2012. –№1 .– С.7 – 13.
 7. Философия здоровья / Рос. акад. наук, Ин-т философии; отв. ред. А.Т. Шаталов. – М.: Изд-во Ин-та философии РАН, 2001. – 242 с.
 8. Фома Аквинский. Сумма теологии (отрывки) / Аквинский Фома. – Москва: Мысль. – 1969. – 1972 с.