

## КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ КАК ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

*Фейзиев Ф.М., старший преподаватель кафедры ЕНО ДИРО.*

Проблема долголетия и здоровья, качества и смысла жизни принадлежат к числу вечных вопросов. А в современную эпоху состояние здоровья отдельного человека вошло в число тех проблем, с которыми связано выживание человека, сохранения его как вида. В условиях современной России массовое ухудшение здоровья населения все более объясняется не только изменениями среды обитания, но и изменением общего характера экономической, социально-политической и духовно-нравственной жизни всего населения. Все это вызывает всплеск интереса к проблемам здоровья. Назрела насущная необходимость выработки государственной программы оздоровления нации, включения её своим основным содержанием в «национальную идею».

К сожалению, состояние здоровья населения страны и республики критическое: сокращается продолжительность жизни, падает опять рождаемость, преобладает смертность, алкоголизация и наркотизация не уменьшается, но и молодеет. Причины этого не только в недостаточности или недоступности медицинского обслуживания, не только в слабости научно-технической базы и дефиците информации по сохранению и восстановлению здоровья, но и в ценностных ориентациях современного человека, в специфике социокультурных факторов, влияющих на образ жизни и отношение людей к собственному здоровью.

При всем обилии и разнообразии работ, посвященных здоровью, проблема сохранения и восстановления здоровья остается недостаточно изученной, и не существует целостной концепции преодоления современного состояния дел со здоровьем населения. Всем известно, что особенности сознания и поведения человека не первичны, а производны от соционормативной культуры общества, которая в свою очередь, связана с особенностями социальной структуры и образом жизни людей. Не изученным остается вопрос о том, каким образом влияют на характер развития общества, его будущее, представления современной молодежи о своем здоровье, о семье, о рождении полноценного потомства. Удивительным фактом остается то, что осознание значимости здоровья легко уживается в практической жизни человека с пренебрежительным отношением к нему.

Качество жизни человеческого существования всецело зависит от того, как к телу относится сам человек и общество в лице других людей. Особенно сильное влияние оказывает эта социальная общность на детей. Человек, по сути, является единственным существом, которому для того, чтобы жить, необходимо понять, что значит жить, в чем смысл происходящих с ним жизненных событий. Новорожденный ребенок вступает в определенное общение с миром задолго до формирования словесной речи. Воздействие взрослых на детей происходит не только на уровне слов, но, прежде всего, на уровне интонаций, мимики, поведения, отношения к тому или иному событию. Поэтому, собственный пример и поведение педагогов и родителей будет иметь, гораздо большее влияние на детское сознание, чем любые высказывания.

Феномен такой категории как здоровье заключается в том, что многие считают отношение к здоровью сугубо личным делом. Леонтьев А.Н. в работе «Человек и культура» акцентировал внимание на фактах, свидетельствующих о том, что у детей, развивающихся с раннего возраста вне общества, не только не формировались речь и мышление, но даже их движения ничем не напоминали собой человеческих. Многочисленные факты и исследования доказывают, что поведение и многие представления человека, не всегда являются результатом его свободного выбора. Определенные установки, поведение и ценности человека могут быть поняты лишь в связи с его конкретной социальной и субкультурной принадлежностью, особенностями статуса и ролевых характеристик государства, в котором он проживет. Современная философия ещё не сделала всестороннего анализа причин сегодняшнего состояния здоровья российского населения. Не выяснено до конца как, под действием каких факторов формируется социокультурный феномен здоровья в системе ценностей человека, общества, в государственной политике нации.

Имеет место парадоксальный феномен: человек целенаправленно и систематически разрушает свое собственное здоровье, осознавая при этом его главную жизненную ценность. Главным фактором, определяющим отношение человека к здоровью, являются социокультурные и психологические установки, формирующиеся в сознании человека с детства (в семье, в дошкольных учреждениях, школе) и закрепляемые социально значимым окружением и средствами массовой информации. Подготовить человека к заботе о своем здоровье самостоятельно, невозможно осуществить без разработки последовательной, планомерной, системной программы по изменению отношения к здоровью как к главной жизненной ценности. Концепция формирования культуры здоровья должна оптимально

сочетать в себе личное и общественное в жизни индивида и строиться с учетом этнокультурных традиций, биологических и антропологических констант. Здоровье должно рассматриваться не как самоцель, а как средство для достижения любых жизненных целей. Доказано, что посредством «философии исцеления» можно эффективно изменять взгляды, убеждения, поведение и формировать сам образ человека как оптимально здоровый, творческий, позитивно настроенный и жизнеутверждающий. «Научить дорожить счастьем бытия», «чувствование детьми полноты жизни, ясность мысли, уверенность в своих силах, вера в возможность преодоления трудностей» являются по В.А.Сухомлинскому основной предпосылкой выполнения главной задачей воспитания.

Культурологическая сущность здоровья – это состояние, обеспечивающее усвоение опыта по сохранению здоровья и ведению здорового образа жизни на базе общечеловеческой, государственной, региональной и национальной культуры, основанное на осознании принадлежности человека к определенной культуре, выбора культуросообразного образа жизни.

В этой связи образование, начиная с дошкольного, является той системой, которая способна не только обучить средствам, методам и способам укрепления здоровья, но и обеспечить формирование жизненного приоритета здоровья, ценностно-смысловых установок ответственности личности за свое здоровье.

Ориентация на культурное возрождение, на духовную эволюцию человечества должна стать определяющим в образовании сегодня. Основной вопрос, который встает перед системой образования: как обеспечить сохранение, укрепление и восстановление здоровья учащихся. Чтобы ответить на этот вопрос и успешно решать его, необходимо понять собственно условия жизни человека. Многие характеристики образовательного процесса относятся к управляемым факторам.

Культура здоровья отражает универсальность связей человека с окружающим миром и людьми, влияет на его творческую и активную жизнедеятельность, является выражением гармоничности, целостности личности, уровня её развития. Образование – культура – здоровье является фундаментальной основой здоровьесберегающей системы, стратегической целью которого является формирование культуры здоровья. (Татарникова Л.Г). Выявляется зависимость сохранения и воспроизводства здоровья от уровня её культуры.

Культура здоровья предполагает ответственное отношение к здоровью, реализация ЗОЖ и способность к активизации жизненных ресурсов, что

влияет на жизненную успешность и обеспечение человеком своей безопасности. Главным элементом культуры здоровья является отношение субъекта к своему здоровью. Мерой адекватности отношением к здоровью в поведении служит степень соответствия поступков человека требованиям ЗОЖ и уровень осведомленности. А ответственность к здоровью – это осуществление ЗОЖ. И здесь главное – его готовность.

Будущее государства определяет творческое взаимодействие проблемы здоровья, здоровье учителя и здоровье ребенка. Сегодня образовательная парадигма направлена на воспроизводство духовного потенциала и требует, с одной стороны, - внимания к индивидуальности, проявление её через культуру здравосозидания, а с другой – особой методологии системного управления общеобразовательным процессом для формирования нового стиля творческого мышления.

Что может и должна делать школа и другие заведения, чтобы адаптировать детей к иному качеству жизни. Необходимы единые критерии индивидуально-личностной оценки: способность к нестандартному, оригинальному решению учебных ситуаций, абстрактному мышлению и обобщению; умению систематизировать и анализировать факты; высокий самоконтроль, самоорганизация и управление поведением, уравновешенность; высокий уровень субъективного контроля над событиями внутренней и внешней жизни; индивидуального и общественного здоровья, доминирующие в культуре данного субъекта. По выражению академика Лихачева Д.С. для восприятия красоты окружающего человек сам должен быть душевно красив, глубок, стоять на правильных жизненных позициях.

Академик А.И.Субетто утверждает: «...человек всегда находится на «периферии» социального развития, поскольку, не управляя социоприродным развитием и добиваясь прогресса качества жизни за счет ускоряющего разрушения природы, в том числе и индивидуально-личностной, он разрушает мир». Чтобы предупредить эту трагедию века современного человека необходимо через образование и воспитание формировать такие качества человеческого Духа, которые должны стать целью, способом и результатом жизни человека и безопасной педагогики через культуру.

Здоровье не начинается с утренней зарядки, с соблюдения диеты, с закаливающими процедурами и. т. д. Здоровье начинается с осознания своего места в жизни: в чем смысл жизни, ради чего я живу?; зачем я родился, что я должен совершить; зачем мне быть здоровым; это долг перед обществом или мое личное дело.

Рождаясь здоровым, человек не ощущает самого здоровья до тех пор, пока не возникнут признаки его нарушения. Поэтому для сохранения и укрепления здоровья важно воспитывать у человека мотивацию на ЗОЖ.

Проблема сохранения здоровья подрастающего поколения в настоящее время осознается как педагогическая. С одной стороны есть потребность общества в высоком уровне здоровья, как условия дальнейшего развития общества, но нет необходимой образовательной концепции и педагогических средств, направленных на сохранение и укрепление здоровья школьников в условиях педагогического процесса. С другой стороны: не осознается значимость ЗОЖ для здоровья и недостаточно воспитательных мер, предусматривающих формирование у растущего человека готовности к поведению ЗОЖ.

Основы культуры здоровья закладываются в семье, корректируются, и развиваются в образовательных учреждениях, зависят от формирования ЗОЖ. Для воспитания культуры здоровья школьников ею в первую очередь должен владеть педагог, причем не, только как личность обладающая системой отношения к собственному здоровью, но и профессиональной характеристики, связанной с здоровьесохраняющей направленностью педагогической деятельности.

Основная идея концепции развития культуры здоровья педагога – осуществление педагогами созидания здоровья воспитанников в качестве обязательной функции педагогической деятельности. Включает в себя ценности и идеалы здоровья (религиозные, светские, традиции народа), мировоззренческие (знания, убеждения, личная позиция), формы и модели здоровьесберегающей индивидуальной деятельности, способы и приемы приобщения учащихся к здоровьесберегающей деятельности.

Выступая в качестве субъекта образования здоровьесозидательной деятельности, педагог обязан показать себя образцом и нормой поведения, позволяющим без ущерба для здоровья обеспечить высокое качество обучения, воспитания и развития школьников, давать им конкретные рекомендации по сбережению индивидуального здоровья, направить их на ведение ЗОЖ. (И.Н.Малярчук)

Культуру здоровья педагога следует содержательно рассматривать как непрерывно трансформирующуюся системы законов, установок, эмоционально-волевого опыта, его готовности к практической деятельности, направленной на самопознание, развитие, совершенствование своего здоровья и обеспечение здоровья обучающихся, формирование у них здоровьесориентированного поведения.

Педагог формирует у себя установки на уникальность жизни, на непреходящую ценность здоровья, на готовность строить свою педагогическую деятельность в соответствии с потребностями и физиологическими возможностями ребенка. Эти качества необходимы любому педагогу, т.к. они являются слагаемыми его профессиональной культуры.

Культуру здоровья педагога можно представить как: составляющую культуры здоровья нации, обладающей социально значимой ценностью, фактор телесного, душевного и духовного здоровья, свидетельствующей о высокой работоспособности и профессионального долголетия; профессиональной деятельности обеспечивающей творческое саморазвитие педагога, и фактор учебно-воспитательного процесса, формирование культуры здоровья у учащихся.

Развитие культуры здоровья педагога способно разрешить важнейшее противоречие в системе образования: между социальной программой образования и биологическим развитием ребенка, между увеличением объема знаний и здоровьем детей.

В чём суть культуры здоровья педагога? Его педагогическая профессия изначально в силу её гуманистической направленности свойственно здоровьесозидающий потенциал, как субъект образовательного процесса он обязан использовать наиболее рациональные образцы и нормы поведения, быть валеокомпетентным для достижения психосоматического благополучия.

Государство, общественные институты и родители должны поддерживать усилия педагогов на здоровьесозидающую деятельность. Необходимо создать в школах здоровьесозидающую воспитательную систему посредством обучения (подготовки) валеологически грамотного коллектива, развития психологически комфортных отношений между субъектами развития образовательного процесса, материального, кадрового, научно-методического и финансово обеспечения деятельности педагогов, что приведет к улучшению здоровья как педагогов, так и обучающихся, освоению ими здоровьесориентированного поведения.

Обязательно нужно поддерживать учителей со всех сторон (общественно-политической, правовой, экономической) профессиональной деятельности, в том числе и здоровьесбережения.

Педагог профессионально обязан занимать активную позицию в здоровьесбережении, осознать свою миссию, создать позитивный образ собственного «Я», стараться достигать психосоматическое благополучие,

относиться положительно к здоровьесозидательной деятельности и его практического освоения.

Фейзиев Ф.М.- ст. преп. Каф. ЕНО ДИРО.