

ВЗАИМОСВЯЗЬ ДУХОВНОГО И ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ФОРМИРОВАНИИ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ

Пристинская Т. Н.

ГВУЗ «Донбасский государственный педагогический университет»
г. Славянск, Украина

Феномен здоровья человека, формирование здорового образа жизни являются чрезвычайно актуальной социально-педагогической проблемой, т. к. состояние здоровья каждого человека определяет благополучие всего общества, является показателем сохранения и развития человеческого потенциала страны, ее безопасности, индикатором цивилизационного развития.

Физическая культура, культура здоровья и здоровый образ жизни – это приоритетные жизненные ценности, которые обеспечивают человеку возможность успешной профессиональной и социальной самореализации [4, 6]. Здоровье и здоровый образ жизни являются предпосылкой развития человека как полноценной личности, путем к реализации его творческого потенциала, высокого качества жизни. Понимание феномена здоровья зависит, прежде всего, от сознания студентов, т. к. именно они являются его носителями. В связи с этим в современном высшем учебном заведении должны быть созданы социальные предпосылки и организационно-педагогические условия для формирования, популяризации и распространения духовных ценностей физической культуры, главными из которых являются генерирование здоровья и здоровый образ жизни человека [8].

Физическая культура – это фактор духовного воспитания человека, развитие его внутреннего мировоззрения. Инициатор возрождения современного олимпийского движения Барон Пьер де Кубертен главной силой и достижением спорта считал то, что он является школой морального благородства и чистоты, физической выносливости и энергии. В спорте особенно четко выражаются все человеческие качества: характер, отношение к делу, воля, совесть, честность. Это именно тот вид деятельности, где особенно четко проверяются морально-волевые качества человека [5].

Преподаватель кафедры физического воспитания на каждом занятии должен формировать валеологическое мировоззрение – фактор единства духовного и физического развития человека, убедительно и аргументировано демонстрировать его значимость в жизни каждого студента.

Целью работы является теоретическое обоснование значимости взаимосвязи духовного и физического воспитания в формировании физической культуры и культуры здоровья студентов.

Исследование выполнено в соответствии с календарным планом работы Научно-исследовательской лаборатории интеграции духовного и физического развития детей и учащейся молодежи Донбасского государственного педагогического университета (г. Славянск, Украина).

Для достижения поставленной цели были использованы следующие методы исследования: изучение и анализ данных литературных источников, обобщение педагогического опыта, педагогические наблюдения.

Результаты исследования и их обсуждение. Пропаганду здорового образа жизни, когда духовное и физическое здоровье, долголетие и трудоспособность являются неопровержимыми жизненными ценностями, следует считать методологической основой формирования гармоничного развития студентов.

В процессе преподавания физического воспитания должны быть созданы условия, которые обеспечат формирование здоровьесберегающей среды высшего учебного заведения, что способствовало бы пониманию студентами сущности человека как творца и защитника жизни на Земле. Учитывая целостность человеческой личности, в учебно-воспитательном пространстве университета должна быть реализована идея взаимодействия духовно-морального, психического, социального и физического развития личности. Такая совокупность теоретико-методологических и организационно-педагогических мероприятий будет определять концептуальные положения научного подхода в решении проблемы взаимодействия духовного и физического воспитания студенческой молодежи. Реализация этой идеи предполагает:

- формирование стратегии здоровья, как ценностно-духовной основы культуры личности, должно выстраиваться с учетом социокультурной ситуации в обществе, учебно-воспитательной среде университета;
- внедрение в практику профессиональной подготовки студентов социально-педагогической модели и технологий эмоционально обогащенного и мотивированного формирования культуры здоровья молодежи;
- системный подход в разработке организационно-педагогических условий формирования психосоматического здоровья, индивидуальной концепции здоровья, культуры здоровья как духовно-моральной и социальной ценности (развитие образно-концептуального мышления, мотивационной сферы, единства ценности здоровья и жизненных ценностей).

Говоря о духовности в обеспечении физической культуры личности, преподаватель физического воспитания должен быть готов к реализации следующих ее компонентов [1, 2, 3].

Потребностно-ценностный компонент предполагает развитие у студентов духовных потребностей и ценностных ориентаций на здоровье и здоровый образ жизни.

Познавательный-интеллектуальный компонент реализуется благодаря развитию интеллектуальной сферы студентов (наблюдательность, любознательность; глубина, самостоятельность и критичность мышления). В процессе занятий физической культурой и спортом студенты получают знания о наиболее рациональных способах выполнения двигательных действий; об использовании приобретенных знаний, умений и навыков в повседневной жизни; усваивают правила закаливания организма и обязательные требования личной гигиены; формируется стойкость организма к физической и умственной работоспособности; развивается мышечно-двигательная чувствительность, зрительное и слуховое восприятие, память.

Нравственно-волевой компонент в процессе физического воспитания студентов проявляется в целеустремленности, настойчивости, самообладании, саморегуляции действий и поведения. Выполнение любого физического упражнения требует сосредоточенного внимания, поэтому каждое тренировочное занятие воспитывает способность к проявлению волевых усилий. При интенсивных физических нагрузках наступает ощущение утомления, снижается объем и концентрация внимания, способность к перераспределению и переключению внимания, скорость и четкость реагирования, ухудшается умственная деятельность. Благодаря волевым усилиям, направленным на преодоление усталости, связанной с мышечным напряжением, возможно в значительной мере свести к минимуму негативные ощущения и продолжить выполнять двигательную деятельность.

Чувственно-эмоциональный компонент проявляется в развитости эмоциональной сферы психики студента, т. е. в его способности к переживанию, чувствам, эмоциям относительно понимания ценностей здоровья и здорового образа жизни, полезности двигательной активности.

Гуманистический компонент проявляется в отношении студентов к любой форме жизни как высшей ценности, в уважении внутреннего мира другого человека. В процессе занятий физическими упражнениями (спортивной тренировки), а особенно во время спортивных соревнований студенты ощущают значительные физические и морально-волевые нагрузки: быстро изменяющиеся условия соревновательной деятельности, противодействие соперника, зависимость результата соревнований от усилий каждого члена команды, умение подчинить свои интересы интересам коллектива (команды), неуклонное выполнение правил соревнований. Почти-тотальное и уважительное отношение к сопернику формирует силу воли,

смелость, самообладание, решительность, уверенность, выдержку, дисциплинированность.

Эстетический компонент отображает стремление студента к красоте, гармонии, совершенству тела и духа; проявляется в потребности восприятия и создания красоты, эстетичных чувств и эстетичности движений. Физическая культура и спорт обладают огромными потенциальными возможностями для эстетического воспитания человека, развития способности воспринимать, ощущать и понимать прекрасное в поступках, в красоте совершенных форм человеческого тела, в грации движений. Выполнение движений под музыку в художественной гимнастике, фигурном катании способствует развитию музыкальной культуры, а занятия туризмом, альпинизмом, парусным спортом – понимать и ощущать прекрасное в окружающей нас природе.

Выводы. Таким образом, следует отметить, что от ценностных ориентаций преподавателя, его профессионализма и эрудиции, преданности делу, заинтересованности в результатах деятельности зависит и качество формирования физической культуры студентов.

Представленные аргументы, на наш взгляд, помогут студентам более критично воспринимать и усваивать знания, овладевать жизненно важными двигательными умениями и навыками, формировать в себе потребность в двигательной активности. Результаты этой деятельности определяются, прежде всего, познавательной активностью и самостоятельностью самих студентов, осознанием их способности к саморазвитию, самовоспитанию, проявлению духовных и морально-волевых усилий.

ЛИТЕРАТУРА

1. Быховская, И. С. Человеческая телесность в социокультурном измерении : традиции и современность / И. С. Быховская. – М. : РИО ГЦОЛИФК, 1993. – 37 с.
2. Взаимоотношение спорта и политики с позиций гуманизма [сост. и ред. В. И. Столяров, Д. А. Сагалаков, Е. В. Стопникова] // Гуманитар. центр “СпАрт” РГУФК. – М. : Астра-пресс, 2005. – 256 с.
3. Виленский, М. Я. Методологические основы и концептуальные предпосылки процесса формирования физической культуры личности / М. Я. Виленский, В. А. Петьков. – М., 2002. – 56 с.
4. Григоренко, В. Г. Професійна діяльність викладача педагогічного університету як об’єкт духовного та мотиваційно-системного дослідження / В. Г. Григоренко, В. М. Пристинський, Г. В. Григоренко // Духовність особистості : методологія, теорія і практика : збірник наук. праць; гол. ред. Г. П. Шевченко. – Луганськ : вид-во Східноукр. нац. ун-т ім. В. Даля, 2009. – Вип. 1(30). – С. 32-46.
5. Кубертен, Пьер де // Олимпийская энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://slovari.yandex.ru/книги/Олимпийская_энциклопедия/.
6. Пристинский, В. Н. Гуманистические ценности физической культуры и спорта как средства формирования нравственной и эстетической культуры человека / В. Н. Пристинский, Т. Н. Пристинская [и др.] // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наукова монографія; за ред. проф. Єрмакова С. С. – Х. : ХДАДМ (ХХІІ), 2008. – № 11. – С. 48-52.

7. Эллисон, М. Т. Новый гуманизм в международном аспекте : наука и спорт как формы культурного обмена / М. Т. Эллисон; пер. В. И. Столярова [Humanism and International Discourse : Sport and Science as Forms of Cultural Exchange] // Спорт, духовные ценности, культура. – 1997. – Вып. 3. – С. 19-24.

8. Pristinskaya, T. Spiritual and physical health as priority life values of society in modern cross-cultural space / T. Pristinskaya // Probleme actuale privind perfectionarea sistemului de invatamint in domeniul culturii fizice : mat. Conf. st. intern. (8-9 noiembrie, 2013; Chisinau); col. red. : Povestca Lazari [et al.]. – Chisinau : Editura USEFS, 2013. – 529 p. – P. 514-517.

УДК 378.172

СТАНДАРТЫ КРИТИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ СОВРЕМЕННОГО СПЕЦИАЛИСТА

Пристинский В. Н.

ГБУЗ «Донбасский государственный педагогический университет»
г. Славянск, Украина

Перспективы совершенствования высшего профессионального образования видятся в интеграции достижений современной науки и практики, направленных на поиск новых подходов в формировании способности человека мыслить и действовать по-новому.

Актуальность данной проблемы заключается в необходимости обоснования теории, а также в разработке технологий ее реализации, которые были бы направлены на формирование у будущего специалиста нового типа мышления, нового стиля жизни, прежде всего, в обеспечении его здоровьесберегающей компетентности.

На наш взгляд, понимание целесообразности физического воспитания в высшем учебном заведении наиболее важно с позиций феномена здоровья, который предполагает направленность действий общества на непосредственное или опосредованное формирование, сохранение, укрепление, потребление, восстановление здоровья, а также передачу знаний о здоровье [3, 4].

Актуальность данной проблемы заключается также в том, что физическая культура и спорт представлены в системе образования в комплексе с социально-здравоохранительными мероприятиями и рассматриваются в качестве фактора направленного формирования и развития индивида [2]. Характеризуя тенденции развития физического воспитания, как одного из действенных средств физического и духовного оздоровления учащейся молодежи, практическая задача видится в создании условий для социально регулируемого процесса, направленного на формирование здорового образа жизни, физическое и духовное совершенствование человека [1].