

УДК 796

Э. И. Савко

ВОСПИТАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ И ЗДОРОВЬЯ В СИСТЕМЕ НЕПРЕРЫВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Педагогика воспитания должна владеть культурой, т. е. заниматься воспитанием всесторонне гармоничным развитием личности. Но личность – продукт онтогенеза человека. Этот онтогенез и надо педагогике организовать посредством приобщения к культуре во всех формах ее существования. Личность, как правило, не формируют, не тренируют, личностью становятся в процессе воспитания. Формируют условия ее направленного становления [1]. Впрочем, «развивающая среда» преемственности для педагогики – не новость. Но прежде чем создавать и применять эту среду, не мешает выяснить, что такое воспитание.

Воспитание – это навыки поведения, привитые семьей, школой, средой и проявляющиеся в общественной жизни.

Непрерывное образование в области физической культуры, преемственно охватывающее все возрастные категории – от дошкольников до студенчества, призвано расширять возможности человека в раскрытии своей индивидуальности, в повышении физическо-культурного и профессионального уровня развития, способствовать становлению личности. Цель непрерывного образования – это формирование личности готовой к реализации своих возможностей в нынешних общественно-экономических условиях, стремящейся к самосовершенствованию, самоутверждению и проявлению себя.

Непрерывное образование как педагогическая система – это совокупность средств, способов и форм приобретения, углубления и расширения образования, профессиональной компетентности, культуры, воспитания гражданской и нравственной зрелости. Для государства непрерывное образование является ведущей сферой социальной политики по обеспечению благоприятных условий общего и профессионального развития личности каждого человека и для общества в целом. Для мирового сообщества непрерывное образование выступает способом сохранения, развития и взаимообогащений национальных культур и общечеловеческих ценностей, важным фактором; и условием международного сотрудничества в сфере образования и решения глобальных задач современности.

Образование – это не только необходимое условие подготовки к профессиональной деятельности, но и важнейшее средство приобщения человека к культуре, и овладение ею и в том числе физической культурой; «образование – это фундамент развития культуры, важнейший механизм трансляции культурных ценностей в человеке. В

том числе это относится и к содержанию образования в области культуры физической, переживающего в современную эпоху значительные перемены в своих ценностно-нормативных основаниях, в технологиях передачи знаний, в социальных и культурных ориентирах личности» [2].

В слове «образование» светится «образ». Он присутствует внутри нас. Образ объединяет два различных пространства: внутреннее (субъективное) и внешнее (объективное). Внутреннее пространство образа как бы стягивает внешние, стремящиеся к разъединению элементы. Это как бы воспитание образом, подготовка себя к жизни, самообразование. «Само» – трактуется как направленность на самого себя, «реализовать» – значит, осуществить, исполнить, образовать. Само – это субъективность, активность, направленная на «само» в контексте личностной реализации. Из этого следует, что самореализация – это осуществление, исполнение себя.

Потребность в самовоспитании осознается еще в подростковом возрасте, в связи с формированием убеждений и жизненных идеалов. Эти новообразования требуют пересмотра отношения к качествам собственной личности, своим обязанностям, взаимоотношениям с другими людьми. С одной стороны, это стимулирует к работе над собой, а с другой – является При наличии множества подходов к истолкованию понятия «культура» нами в контексте исследования выделено два известных положения. Во-первых, культура характеризует социальную реальность, отличающуюся от природной, биологически заданной, естественной, но тесно между собой взаимосвязанных. Во-вторых, культура связана с деятельностью человека, имеющей гуманистический характер и включающий не только результаты деятельности, но в определенной степени и саму деятельность (способ деятельности, используемые средства и т.п.).

Самовоспитанием, самосозиданием здоровья занимается сравнительно небольшая группа студентов по нашим данным до 5% [3]. Объясняется это тем, что многие студенты не знают путей духовного и физического совершенствования, так и тем, что мотивы самопознания, самоуправления, самовоспитания, самоконтроля и самосозидания являются недостаточно устойчивыми.

Можно сказать, что процесс обучения представляет собой последовательный и непрерывный переход количественных изменений в качественные, с неизбежным переосмыслением прошлого опыта. Количественные изменения на каждой ступени, обеспечивающие возможность перехода на следующую ступень обучения, вызывают соответствующие качественные изменения. Отношение количества и качества в философии характеризуется мерой, выражающей диалектическое единство количественных и качественных характеристик объектов. Исходя из этого, для каждой ступени обучения можно указать соответствующую меру, которая характеризовала бы

уровень развития личности, обеспечивающий возможность беспрепятственного перехода обучающегося на следующую ступень обучения, к следующему новому качественному состоянию [4].

Личность – это человек, обладающий исторически обусловленной степенью разумности и ответственности перед обществом, пользующийся (или способный пользоваться) в соответствии со своими внутренними качествами, определенными правами и свободами, вносящий своей индивидуальной деятельностью вклад в развитие общества соответствующий идеалам его эпохи или класса. В этой характеристике, прежде всего, выделена социальная, конкретно-историческая природа личности человека, ответственного перед обществом и вносящего свой индивидуальный вклад в развитие культуры [5].

Культура включает в себя как филогенетические, так и онтогенетические формы преобразования личностью своей собственной природы, т. е. выражает меру власти человека над внешней и над его собственной физической и психической природой.

Физическая культура – это область культуры, связанная с социальным преобразованием тела человека, его физического состояния.

О физической культуре личности невозможно судить лишь на основе ее физического развития, подготовленности, овладения двигательными умениями и навыками. Необходим учет таких компонентов, которые относятся к духовной сфере личности: содержание мыслей и чувств, иерархия ценностных ориентации, степень развитости интересов и потребностей, убеждения, что, в конечном счете, определяет социальную активность учащегося как гражданина. Все биологические проявления, которые становятся предметом отношения индивида к своим физическим возможностям, преобразуются в социальные качества.

Культура личности – это уровень развития человека, выражающейся в системе потребностей, социальных качеств, в характере его деятельности и поведения. Данный феномен отражает определенный уровень развития творческих сил и способностей человека, суть которых реализуется в его жизнедеятельности.

Физическая культура личности студента и личностно-ориентированное образование в полной мере позволяет реализовать следующие функции:

культуро-личностную – это сохранение, передача, воспроизводство и воспитание культуры средствами образования;

культуро-созидательную, направленную на воспитание культуры движения, культуры поведения и культуры здоровья;

созидательную, направленную на самого себя: самопознание, самосознание, самоконтроль, самовоспитание и релаксацию;

духовно-направленную, обогащение духовными богатствами и достижениями науки и культуры, в том числе области ФК;

гуманистическую, на сохранении и восстановлении экологии человека, его физического и психического здоровья, смысла жизни, личной свободы, духовности, нравственности;

социализации, которая обеспечивает усвоение и воспроизводство индивидуумом социального опыта.

Вопрос о здоровой личности, процессе ее формирования и воспитания является центральным в физическом воспитании. Один способ реализовать личностный подход в обучении – сделать обучение сферой самоутверждения личности [5].

В физической культуре здоровья личности существуют две основополагающие функции: внешняя и внутренняя. Внешняя – это обеспечение общества всем необходимым для успешного противоборства с природой, для его прогрессивного развития. Внутренняя – это собственная мобильность, динамичность, продуктивность, эффективность всех механизмов, постоянного повышения коэффициента их полезного действия. То есть безостановочного самосовершенствования культуры личности и самосозидание здоровья [6].

Здоровье – это: состояние организма, в котором отмечается соответствие структуры и функции органов и систем органов человеческого тела, а также способность регуляторных систем поддерживать гомеостаз (постоянство внутренней среды);

способность организма сохранять соответствующую возрасту устойчивость в условиях резких изменений количественных и качественных параметров триединого потока сенсорной, вербальной и структурной информации;

состояние организма, определяющее его адаптивные возможности и составляющее потребностно-мотивационную и информационную основу жизнедеятельности организма;

не только отсутствие заболевания или функциональных отклонений организма и наличие высокого уровня функционирования различных систем, а также гармоничность развития;

такое состояние организма, когда функции всех систем уравновешены с внешней средой и отсутствуют болезненные изменения;

существование, допускающее наиболее полноценное участие в различных видах учебы и общественной деятельности.

Проблема здоровья является самой актуальной в эпоху экономических преобразований, реформистских перестроек, когда меняются ценностные ориентиры, обостряется материальная озабоченность и забота о собственном здоровье отодвигается на второстепенный план. Об этом свидетельствуют данные медицинских

учреждений и научных отчетов вузов, что в Беларуси здоровыми можно считать не более 15% выпускников школ и 20 % студентов.

Преемственная модель человека культуры и здоровья, в процессе непрерывного образования, на наш взгляд, должна быть актуализирована в конкретных исторических и социокультурных, условиях. Эти общие качества человека можно обобщить в интегрированном образе на основе базовой модели человека культуры и здоровья (таблица 1).

Таблица 1

**Модель культуры личности и здоровья
в системе непрерывного образования**

Структура культурной личности	Характеристика	Конкретизация на региональном уровне
Культурная личность	Овладение культурой движения, культурой поведения, культурой здоровья	Сформированный опыт гражданского культурного поведения
Духовная личность	Духовные потребности в познании, самопознании, рефлексии, красоте, поиск смысла жизни, счастья, идеала. Восприятие ценностей, мировой и национальной духовной культуры: этики, эстетики.	Ощущение духовного родства с предыдущими поколениями, населявшими наш край, воссоздание исторической и эмоциональной памяти народа, освоение и развитие традиций славного прошлого
Свободная личность	Самостоятельность в принятии решения, свободный выбор содержания жизнедеятельности. Самодисциплина, честность	Сформированный опыт гражданского поведения. Готовность к совершенствованию, демократическое сознание, умение определять собственную гражданскую позицию.
Творческая личность	Развитые способности, потребность в духовной и физической деятельности. Знания, умения, навыки, развитый интеллект, интуиция.	Бережное и внимательное отношение к своему физическому телу и здоровью и уважительное отношение к природе и окружению
Практическая личность	Трудолюбие. Хозяйственность. Компьютерная грамотность. Здоровый образ жизни, занятия физической культурой. Обустройство дома, обеспечение благосостояния семьи.	Личность, которая научиться экономить свои жизненные силы и с минимальной затратой сил и наибольшим эффектом для себя будет выполнять любое задание, для приобретения здоровья

Гуманная личность	Милосердие, доброта, способность к состраданию, сопереживанию, альтруизм. Терпимость, доброжелательность, скромность. Стремление к миру, добрососедству, понимание ценности человеческой жизни.	Каждый студент, должен знать, что обществу необходим работник, обладающий общительностью; компромиссным мышлением, легко устанавливающий межличностные межнациональные отношения, честный, порядочный
Созидающая личность	Высокий уровень самосознания, самопознания, самоуважения, саморегуляции, самоконтроля.	Личность на протяжении всей своей учебы и трудовой деятельности создала бы свое здоровье

Для того чтобы непрерывное образование физического воспитания функционировало как воспитание культуры личности оздоровительной направленности, необходимо следующее:

существенно изменить сознание студента по поводу культуры, здоровья и болезни;

переориентировать физическое воспитание на реальные общественные формы, на культуру движения, культуру поведения и культуру здоровья;

бережное и внимательное отношение к своему физическому телу и здоровью и уважительное отношение к природе и окружению;

личность на протяжении всей своей учебы и трудовой деятельности создала бы культуру, от которой в полном объеме зависит здоровье.

Список использованной литературы

1. Жук Э. И. Роль физической культуры в воспитании культуры общества / Э. И. Жук // Программно-методическое обеспечение спортивного движения студенческой молодежи в современных условиях : Сб. докладов респ. научн.- метод. конф., посвященной 55-летию Победы в Великой Отечест. войне, Минск, 10-11 февраля 2000 года. – Мн. : Асар, 2000. – С. 82-83. **2. Советский** энциклопедический словарь / Под ред. А. М. Прохорова. Изд-е 3-е. – М. : Советская энциклопедия, 1984. –1600 с. **3. Жук Э. И.** Роль программы самосозидания в достижении гармонии и здоровья студенческой молодежи / Э. И. Жук // Здоровье студенческой молодежи : достижение науки и практики на современном этапе / Материалы III Межд. научно-практ. конф. 9-10 декабря 2002 года. – Минск, 2002. – С. 56-58. **4. Ананьев Б. Г.** Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – Л. : Изд – во ЛГУ, 1968. – 340 с. **5. Соколов Э. В.** Культура и личность / Э. В. Соколов. – М. : Наука, 1972. – 228 с. **6. Савко Э. И.** Культура отношения к своему здоровью // Улучшение, сохранение и реабилитация здоровья в контексте международного сотрудничества : Материалы межд. научно-практ. конф. (Брест, 21-23 октября 2005 года) / Посвящена 60-летию

образования УО «БрГУ им. А. С. Пушкина» / БрПГУ, редкол. А. Н. Герсевич (гл.ред.) [и др.]. – Брест : Академия, 2005. – С. 165-167.

Савко Е. І. Виховання фізичної культури особистості і здоров'я в системі безперервної освіти

У статті розглянуті питання виховання культури особистості та здоров'я студентів у безперервній освіті. Дається визначення освіти, виховання, здоров'ю, культурі та культурі особистості, а також наводиться модель культури особистості та здоров'я в системі безперервної освіти.

Ключові слова: безперервна освіта, освіта, особистість, культура особистості, здоров'я, модель.

Савко Э. И. Воспитание физической культуры личности и здоровья в системе непрерывного образования

В статье рассмотрены вопросы воспитания культуры личности и здоровья студентов в непрерывном образовании. Дается определение образованию, воспитанию, здоровью, культуре и культуре личности, а также приводится модель культуры личности и здоровья в системе непрерывного образования.

Ключевые слова: непрерывное образование, образование, личность, культура личности, здоровье, модель.

Savko E. I. Education of Physical Culture and Health in the Person During the Continuing Education System

The paper deals with the culture of personality and health of students in continuing education. The definition of the training, education, health, culture and cultural identity are given. The article provides a model of cultural identity and health in continuing education. In order that continuing education of physical culture functions as education of personality health improving culture, the following actions have to be done: student's consciousness concerning culture, health and illness should be changed; transfer physical education into real public forms, into the culture of movement, cultural behavior and health culture; cautious and attentive treatment to own physical body and health, and respect to the nature and environment; a personality should create culture during his/her study and labor activity, on which human health depends. The article gives a model of personal culture and health in the system of continuing education and a structure of cultural personality, including cultural, spiritual, free, creative, practical, humane and creating personality.

Key words: continuing education, education, personality, culture, personality, health, model.

Стаття надійшла до друку 21.01.2013 р.

Прийнята до друку 29.03.2013 р.

Рецензент – д. п. н., проф. Ротерс Т. Т.