

УДК 379

УЧЕБНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ГУМАНИТАРНОГО ЦИКЛА КАК СРЕДСТВО ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ ВУЗА К ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Наталья А. Шмырёва^{1, @1}, Илья В. Палаткин^{2, @2}

¹ Кемеровский государственный университет, Россия, 650000, г. Кемерово, ул. Красная, 6

² Новосибирский государственный педагогический университет, Россия, 630126, г. Новосибирск, ул. Вилюйская, 28

@¹ n.shmireva@yandex.ru

@² sportpalat@mail.ru

Поступила в редакцию 12.05.2016 г.

Принята к печати 15.06.2016 г.

Ключевые слова: дисциплины гуманитарного цикла, философия, педагогика, психология, физическая культура, здоровьесберегающая деятельность, здоровье.

Аннотация: Статья посвящена актуальной на сегодняшний день проблеме здоровьесбережения студентов. В качестве исследовательской задачи авторами была определена попытка представить анализ возможностей предметов «Философия», «Педагогика», «Психология», «Физическая культура», что позволяет определить пути решения проблемы подготовки студентов вуза к здоровьесберегающей деятельности. С этой целью в данном исследовании был представлен блок дисциплин междисциплинарного характера, приведен анализ их возможностей в аспекте теоретической подготовки, уточнена важность осознанной включенности в освоение, усвоение и присвоение научной информации, имеющей прикладную значимость и направленность для жизнедеятельности. Авторами предложены точки зрения различных ученых, которые раскрывают философский и педагогический подходы, психологический аспект, роль физической культуры в процессе подготовки к здоровьесберегающей деятельности. Проведенное исследование позволяет расширить существующие представления о возможности дисциплин гуманитарного цикла, которые выступают средством теоретической подготовки к здоровьесберегающей деятельности студентов вуза.

Для цитирования: Шмырёва Н. А., Палаткин И. В. Учебные дисциплины гуманитарного цикла как средство теоретической подготовки студентов вуза к здоровьесберегающей деятельности // Вестник Кемеровского государственного университета. Серия: Гуманитарные и общественные науки. 2017. № 1. С. 56 – 59.

В процессе теоретического анализа проблемы здоровьесбережения мы обратили внимание на то, что понятия «здоровье», «здоровый образ жизни», «здоровьесберегающая деятельность» рассматриваются в таких дисциплинах, как «Философия», «Психология», «Педагогика», «Физическая культура». В качестве основы мы выделяем возможности названных дисциплин в процессе подготовки студентов вуза к здоровьесберегающей деятельности.

Здоровьесберегающую деятельность мы рассматриваем как сознательно осуществляемую активную деятельность студента, которая возможна при наличии личного опыта и представляет собой двухэтапный процесс: во-первых, приобретение знаний, умений и навыков студентами вуза об укреплении и сохранении собственного здоровья, во-вторых, использование полученных знаний в повседневной жизни.

По мнению С. П. Ильиной, в настоящее время дисциплины гуманитарного цикла рассматриваются как важнейшее средство личностно-профессионального становления студента, способного использовать полученные в вузе знания для самостоятельного осмысления любой жизненной ситуации, и основанного на этих знаниях проектирования собственной жизнедеятельности [1].

В своем исследовании О. Р. Кокорина к одному из важнейших аспектов гуманизации образовательного процесса в вузе относит создание условий, обеспечивающих сохранение, укрепление и развитие здоровья [2].

Взгляды философов на здоровье способствуют формированию мировоззренческих представлений о данном понятии. Так, Платон рассматривал здоровье как благо, способствующее духовному удовлетворению человека, как явление, тождественное гармонии. Здоровье, таким образом, определялось им на основе существовавшего в древнегреческом обществе культа красоты, гармонии здорового человеческого тела. Аристотель рассматривал здоровье как гармонию, превосходные телесные и душевные свойства. Философ выделил здоровье в качестве основной цели медицины, направленной на сохранение здоровья, которое зависит от того, какой образ жизни ведет человек. Ф. Бэкон относил здоровье к одному из главных человеческих благ и призывал к познанию человеком собственного организма для сохранения здоровья [3].

Педагогический подход в трактовке понятия «здоровье» проявляется через антропологичность, которая обусловлена тем, что в рамках здоровьесберегающего образования ведется речь только о здоровье человека; интегральность, связанную с реализацией процесса со-

хранения здоровья с учетом всех знаний о человеке, добытых науками; личностно-ориентированную направленность процесса сохранения здоровья, в котором человек является одновременно и субъектом, и объектом своей деятельности; педагогическую направленность процесса здоровьесбережения: преподаватели и студенты учатся быть здоровыми, приобретая определенные знания о здоровье и соответствующие умения, овладевают культурой здоровья; гуманистичность, обусловленную признанием здоровья главной ценностью человеческой жизни [4].

Для нас важно мнение Н. А. Панчук, которая отмечает, что именно *педагогика* рассматривает условия укрепления и сохранения здоровья человека; разрабатывает цели, задачи, содержание, технологии, направленные на формирование устойчивой мотивации к здоровому образу жизни [5].

Психологический аспект здоровьесберегающей деятельности связан с внутренними ощущениями и отношениями личности, которые, по мнению А. М. Козина, наряду с самопознанием, самопониманием, самопринятием, саморазвитием, самоутверждением, самосовершенствованием, самоактуализацией проявляются в *самореализации* [6].

Процесс самореализации студентов в здоровьесберегающей деятельности связан с рядом задач, решение которых позволит *вооружить* студентов специальными знаниями, представлениями о природе человека, нацеленными на сохранение и укрепление здоровья личности; *развить* у студентов умения использовать полученные знания в вопросах сохранения и укрепления собственного здоровья; *способствовать* устойчивости интереса и потребности студентов в применении знаний в области здоровьесберегающей деятельности на практике; *обучить* здоровьесберегающим рефлексивным умениям в целях сохранения и укрепления здоровья.

Особая роль в подготовке студентов вуза к здоровьесберегающей деятельности принадлежит *физической культуре*, которая, по мнению Э. М. Казина, определяет закономерности поддержания здоровья, совершенствования физического развития и физической подготовленности человека [7 – 9].

Как научная дисциплина «Физическая культура» представляет собой систему знаний о сущности, общих закономерностях ее функционирования и направленного использования с целью всестороннего гармонического развития людей. Она формировалась в процессе понимания закономерностей физического развития человека, оказавшего влияние на современные взгляды и представления о физической культуре, широко используя информацию из области таких наук, как психология, физиология, педагогика и т. д. [10].

Следует отметить, что образовательные учреждения имеют преимущества в приобщении к физической культуре: стратегия деятельности образовательных учреждений позволяет всем обучающимся получить образование в области культуры здоровья; организация и со-

держание занятий физической культурой осуществляются главным образом через применение соответствующих образовательных программ и использование системы обучения.

Подготовка студентов вуза к здоровьесберегающей деятельности на занятиях физической культурой проявляется в следующем:

- усвоение студентом совокупности знаний о здоровье как о важной ценности жизни, здоровом образе жизни, о физической культуре как части общей культуры;
- приобретение умений самостоятельного и постоянного использования средств физической культуры и спорта, владение методами укрепления своего собственного здоровья;
- анализ своей здоровьесберегающей деятельности.

Одну из *главных задач* занятий физической культурой М. Я. Виленский и А. Г. Горшков определяют в формировании *бережного отношения к здоровью*, содействии правильному формированию и всестороннему развитию организма, поддержанию высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения [11].

В целом физическая культура формируется и актуализируется в период осознанной деятельности. Поэтому основной задачей, которую необходимо решить кафедрам физического воспитания вузов в процессе аудиторных и внеаудиторных занятий, является формирование положительного отношения студентов к физкультурно-оздоровительной деятельности.

Обобщая вышеизложенное, мы определили возможности дисциплин гуманитарного цикла в процессе подготовки студентов вуза к здоровьесберегающей деятельности с точки зрения межпредметных связей: в *философии* важно гармоничное развитие человека, выстраивание доброжелательных отношений с окружающими людьми, природой и самим собой; в *психологии* рассматриваются представления о природе человека, нацеленные на сохранение и укрепление здоровья личности; возможности строить свое поведение в соответствии с решением задачи сохранения и укрепления собственного здоровья; устойчивая мотивация на здоровьесберегающую деятельность; здоровьесберегающие рефлексивные умения в целях самопознания собственного организма, позитивное отношение к себе и принятие других; самореализация в процессе здоровьесберегающей деятельности; *педагогика* обеспечивает условия укрепления и сохранения здоровья человека, формулируя цели, задачи, содержание, технологии, направленные на приобщение студентов к здоровому образу жизни; учебная дисциплина «*физическая культура*» обладает огромным ценностным потенциалом, который способствует воспитанию личности; удовлетворяет социальные потребности в общении, игре, развлечении, в некоторых формах самовыражения личности через социально активную полезную деятельность; способствует развитию двигательных умений, навыков и физических качеств человека.

Литература

1. Ильина С. П. Возможности педагогических дисциплин в профессиональном становлении студентов педагогического вуза // Педагогика в современном мире: сборник статей Всероссийской научной конференции, посвящен 215-летию Герценовского университета и 90-летию кафедры педагогики. Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена. 2011. С. 67 – 70. Режим доступа: <http://www.kafedra-forum.narod.ru/index/0-19> (дата обращения: 29.04.2016).
2. Кокорина О. Р. Здоровьесбережение личности в условиях высшего педагогического образования: автореф. дис. ... д-ра пед. наук. М., 2012. 42 с.
3. Хрусталев Ю. М. Философия медицины: учебник / под ред. Ю. Л. Шевченко. М.: ГЭОТАР-МЕД, 2004. 480 с.
4. Орехова Т. Ф. Педагогический подход к здоровью человека как феномену культуры // Оздоровление средствами образования: региональные аспекты: материалы регион. науч.-практ. конф. по оздоровлению подрастающего поколения. Челябинск, 2003. С. 18 – 21.
5. Панчук Н. С. Формирование здоровьесберегающей ответственности студентов вуза: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Кемерово, 2007. 23 с.
6. Козин А. М. Теоретическое осмысление психологических аспектов самореализации личности в сфере здоровьесбережения // Вестник ЮУрГУ. 2011. № 13. С. 28 – 34.
7. Казин Э. М., Касаткина Н. Э., Айзман Р. И., Свиридова И. А., Семенкова Т. Н., Федоров А. И., Шинкаренко А. С., Працун Э. В. Социально-педагогические аспекты сохранения и укрепления здоровья обучающихся // «Achievement of High School – 2013»: матер. за IX Международна научна практична конф., 17 – 25.11.2013. София: Бял Град-БГ, 2013. Т. 26. С. 28 – 33.
8. Казин Э. М., Касаткина Н. Э., Руднева Е. Л. Здоровьесберегающая деятельность в системе образования: теория и практика: учебное пособие. 3-е изд. и перераб. М.: Омега-Л, 2013. 443 с.
9. Казин Э. М., Федоров А. И., Айзман Р. И., Касаткина Н. Э., Семенкова Т. Н., Тарасова О. Л. Социально-педагогические подходы к здоровью как базовой адаптивной и социальной ценности // Сибирский педагогический журнал. 2012. № 9. С. 30 – 36.
10. Курамшин Ю. Ф., Григорьев В. И., Латышева Н. Е. Теория и методика физической культуры: учебник для вузов / под ред. Ю. Ф. Курамшина. М.: Советский спорт, 2004. 463 с.: ил.
11. Виленский М. Я., Горшков А. Г. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учебное пособие. М.: КНОРУС, 2012. 240 с.

HUMANE STUDIES AS MEANS OF THEORETICAL HEALTH SAVING ACTIVITY TRAINING AT HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

Nataliya A. Shmyreva^{1, @1}, Ilya V. Palatkin^{2, @2}

¹ Kemerovo State University, 6, Krasnaya Street, Kemerovo, Russia, 650000

² Novosibirsk Pedagogical State University, 28, Vilyuyskaya Street, Novosibirsk, Russia, 630126

@1 n.shmyreva@yandex.ru

@2 sportpalat@mail.ru

Received 12.05.2016.

Accepted 15.06.2016.

Keywords: Humane studies, philosophy, pedagogy, psychology, physical culture, health saving activities, health.

Abstract: This article is devoted to studying of the possibilities of humane cycle subjects ("Philosophy", "Psychology", "Psychology", "Physical Education"). The aim of the study is to examine the interdisciplinary nature of the process of preparation of students of higher education institutions for health saving activities. The article expands the concept of "health saving activities", focuses on active student activities, which include the acquisition of knowledge and skills of preserving and strengthening health and their application in life. The methods of research are: theoretical analysis, synthesis, generalization of scientific sources. The study presents points of view of various authors who take into account philosophical and pedagogical approaches, psychological aspect and the role of physical training in preparation for health saving activities. The study identifies the possibility of humanities in the process based on existing and emerging knowledge about health preserving activities.

For citation: Shmyreva N. A., Palatkin I. V. Uchebnye distsipliny gumanitarnogo tsikla kak sredstvo teoreticheskoi podgotovki studentov vuza k zdorov'esberegaiushchei deiatel'nosti [Humane Studies as Means of Theoretical Health Saving Activity Training at Higher Education Institutions]. *Bulletin of Kemerovo State University. Series: Humanities and Social Sciences*, no. 1 (2017): 56 – 59.

References

1. Il'ina S. P. Vozmozhnosti pedagogicheskikh distsiplin v professional'nom stanovlenii studentov pedagogicheskogo vuza [Features of pedagogical disciplines in the professional formation of students of pedagogical high school]. *Pedagogika v sovremennom mire: sbornik statei Vserossiiskoi nauchnoi konferentsii; posviashchen 215-letiiu Gertsenovskogo universiteta i 90-letiiu kafedry pedagogiki. Rossiiskii gosudarstvennyi pedagogicheskii universitet im. A. I. Gertsena* [Pedagogy in the modern world: Proc. all-Russian Sc. Conf. dedicated to the 215th anniversary of Herzen University and the 90th anniversary of the Department of pedagogy]. Russian state pedagogical University Herzen A. I., 2011, 67 – 70. Available at: <http://www.kafedra-forum.narod.ru/index/0-19> (accessed 29.04.2016).
2. Kokorina O. R. *Zdorov'esberezhenie lichnosti v usloviakh vysshego pedagogicheskogo obrazovaniia*. Avtoref. Diss. doctora ped. nauk [Health preserving person in the conditions of the higher pedagogical education. Dr. ped. Sci. Diss. Abstr.]. Moscow, 2012, 42.
3. Khrustalev Iu. M. *Filosofia meditsiny* [Philosophy of medicine]. Ed. Iu. L. Shevchenko. Moscow: GEOTAR-MED, 2004, 480.
4. Orekhova T. F. Pedagogicheskii podkhod k zdorov'iu cheloveka kak fenomenu kul'tury [The pedagogical approach to human health as a phenomenon of culture]. *Ozdorovlenie sredstvami obrazovaniia: regional'nye aspekty: materialy region. nauch.-prakt. konf. po ozdorovleniiu podrastaiushchego pokoleniia* [Improvement Through Education: regional aspects: Proc. region. Sc.-Prac. Conf. to improve the health of the younger generation]. Cheliabinsk, 2003, 18 – 21.
5. Panchuk N. S. *Formirovanie zdorov'esberegaiushchei otvetstvennosti studentov vuza*. Avtoref. diss. kand. ped. nauk [Formation of health-responsibility of the university students. Cand. ped. Sci. Diss. Abstr.]. Kemerovo, 2007, 23.
6. Kozin A. M. Teoreticheskoe osmyslenie psikhologicheskikh aspektov samorealizatsii lichnosti v sfere zdorov'esberezheniia [Theoretical understanding of the psychological aspects of self-identity in health preserving]. *Vestnik JuUrGU = Bulletin of the south Ural State University*, no. 13 (2011): 28 – 34.
7. Kazin E. M., Kasatkina N. E., Aizman R. I., Sviridova I. A., Semenkova T. N., Fedorov A. I., Shinkarenko A. S., Pratsun E. V. Sotsial'no-pedagogicheskie aspekty sokhraneniia i ukrepleniia zdorov'ia obuchaiushchikhsia [Is social-pedagogical aspects of preservation and strengthening of health of students]. «*Achiev ment sof High School – 2013*»: Mater. Za IX mezhdunarodna nauchna praktichna konf., 17 – 25.11.2013 [«Achiev ment sof High School – 2013»: Proc. IX Intern. Sc.-Prac. Conf., 17-25.11.2013.]. Sofiia: «Bial Grad-BG» OOD, 2013, Vol. 26, 28 – 33.
8. Kazin E. M., Kasatkina N. E., Rudneva E. L. *Zdorov'esberegaiushchaia deiatel'nost' v sisteme obrazovaniia: teoriia i praktika* [Health preserving education activities in the theory and practice]. Moscow: Izdatel'stvo “Omega-L”, 2013, 443.
9. Kazin E.M., Fedorov A. I., Aizman R. I., Kasatkina N. E., Semenkova T. N., Tarasova O. L. Sotsial'no-pedagogicheskie podkhody k zdorov'iu kak bazovoi adaptivnoi i sotsial'noi tsennosti [Socio-educational approach to health as a basic adaptive and social value]. *Sibirskii pedagogicheskii zhurnal = Siberian pedagogical Journal*, no. 9 (2012): 30 – 36.
10. Kuramshin Iu. F., Grigor'ev V. I., Latysheva N. E. *Teoriia i metodika fizicheskoi kul'tury* [Theory and methods of physical culture]. Ed. Iu. F. Kuramshin. Moscow: Sovetskii sport, 2004, 464.
11. Vilenskii M. Ia., Gorshkov A. G. *Fizicheskaia kul'tura i zdorovyi obraz zhizni studenta* [Physical training and a healthy way of life of a student]. Moscow: KNORUS, 2012, 240.