

*Е. А. Митин,
заведующий кафедрой спортивных игр*

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ — ОСНОВА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

*Здоровье — не все,
но все без здоровья — ничто.
Сократ*

На всех этапах общественного развития одной из первостепенных и не до конца решенных является проблема воспитания здорового подрастающего поколения и подготовка его к полноценной самостоятельной жизни. В контексте решения этой проблемы значение имеет тезис о том, что социальное воспитание и обучение здоровью должны быть направлены на формирование традиционной системы ценностей, здорового образа жизни в целях активной и продолжительной жизнедеятельности.

Новая социально-экономическая ситуация в нашей стране, большое количество стрессовых условий, повышенная интенсивность учебного процесса приводят к существенному снижению физических и психических возможностей школьников и студентов, переутомлению и заболеваниям. К тому же такое положение в условиях кризиса усугубляется рядом проблемных ситуаций.

1. Низкий уровень ценности здорового образа жизни в общественном сознании, в связи с чем у большинства граждан отсутствует понимание необходимости укрепления своего здоровья и заинтересованность в регулярных занятиях физической культурой и спортом. Подтверждением этого являются цифры, приведенные в докладе на заседании президиума правительства РФ 22 июня 2009 г. «О проекте стратегии развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2020 года» министром спорта, туризма и молодежной политики РФ Виталием Мутко: «...В настоящее время 85 процентов граждан Российской Федерации, в том числе 65 процентов детей, подростков и молодежи, не занимаются систематически физической культурой и спортом».

2. Увеличение употребления среди детей, подростков и молодежи спиртных напитков, наркотических и токсических ве-

ществ, курение, интернет-аддикция, кибер-аддикция в последние годы вызывают серьезную озабоченность. Так, например, 62% опрошенных лиц начали употреблять наркотические вещества в школе.

Не меньшей проблемой сегодня являются такие негативные тенденции, как зависимость школьников от Интернета и компьютерных игр. Опрос школьников 9–11-х классов указывает, что из них 78% используют компьютер с целью развлечения, а 22% — для помощи в учебе. Интернет- и кибер-аддикция опасны значительным стрессовым воздействием, сопряженным с финансовыми проблемами, социальными и образовательными трудностями, а также гиподинамией, приводящей к ухудшению физического здоровья.

Проблемой аддиктивного и девиантного поведения детей и подростков озабочены все слои общества — от родителей до представителей различных религиозных школ. По образному выражению митрополита Смоленского и Вяземского, «в борьбе с социальными болезнями нельзя решить проблему только изгнав “беса”, так как его место обязательно займет другой “бес”. В создавшейся ситуации социального развития страны необходимо подумать о том, какую альтернативу можно предложить самим образованием».

3. В настоящее время проблема формирования у школьников и студентов сознания, направленного на сохранение, укрепление и восстановление здоровья связана с отсутствием системы обучения здоровью, а именно «психологизации» медицинских и биологических знаний. Такая неопределенность педагогического сообщества в политике формирования здорового образа жизни инициирует незакрепленность нормы «результат формирования» на всех

ступенях существующих федеральных государственных образовательных стандартов.

В уставе Всемирной организации здравоохранения впервые на международном уровне провозглашено право каждого человека на здоровье, утвержден принцип ответственности правительств за здоровье своих народов. Однако в современных условиях кризиса государству непросто заботиться о здоровье своих граждан.

В то же время, несмотря на кризисную ситуацию, президент России Дмитрий Медведев в рамках национальной образовательной инициативы «Наша новая школа» определил основные направления реформирования образования, ориентированные на минимизацию рисков для здоровья школьников в процессе обучения.

Обобщая направления президентской инициативы, можно говорить о ключевом положении в развитии системы образования, которое проявляется в новом взгляде на обновление образования и его миссию в обществе и выражается в новом подходе к пониманию «образа» педагога, отвечающего современным социальным ожиданиям. Это диктует необходимость принципиальных изменений всего характера подготовки педагога как с точки зрения психолого-педагогической, так и с точки зрения социально-культурологической.

Сегодня усложняются запросы государства к качеству подготовки специалистов, обслуживающих сферу физической культуры и спорта, к уровню их профессиональной компетентности. Это связано с возрастанием роли физической культуры как фактора совершенствования человека и общества, когда здоровый образ жизни может стать социальным «феноменом».

В настоящее время на основе «Программы развития РГПУ им. А. И. Герцена на 2006–2010 годы» на факультете физической культуры обозначены основные направления обеспечения качества подготовки специалистов по физической культуре на базе гуманитарных технологий. Представляется, что эту работу необходимо предусмотреть в

новой программе развития университета на 2011–2015 гг.

Использование гуманитарных технологий может открыть новые возможности формирования здорового образа жизни средствами физической культуры и спорта. В связи с этим предлагается: 1) на всех факультетах ввести дисциплину или курс по выбору «Инновационные гуманитарные технологии в формировании культуры здоровья детей, подростков и молодежи»; 2) включить в программу педагогической практики задания, предусматривающие формирование у студентов умений в организации здорового образа жизни дошкольников, школьников, лиц с ограниченными возможностями здоровья средствами физической культуры и спорта; 3) сформировать спектр образовательных программ в системе профессиональной переподготовки специалистов по физической культуре в целях более полного удовлетворения запросов рынка труда, а также получения дополнительных квалификаций к основным; 4) рассмотреть вопрос об организации спортивно-оздоровительного клуба университета, как организационно-методической основы структуры управления развитием физкультурно-оздоровительной и спортивной работы, или организационно-методического отдела физкультурно-оздоровительной и спортивной работы, входящего в структуру одного из управлений университета.

В результате повысится заинтересованность студентов в физическом развитии и укреплении своего здоровья. Это позволит: а) вовлечь большую часть студентов в занятия физкультурно-оздоровительной направленности, что увеличит их двигательную активность; б) обеспечить доступность информации по вопросам развития и перспективам применения инновационных физкультурно-оздоровительных технологий.

У студентов сформируются новые компетенции в организации здорового образа жизни на основе гуманитарных технологий, что будет способствовать заинтересованному отношению к собственному здоровью.

Повысится социальная защищенность, профессиональная мобильность и конкурентоспособность выпускников университета на рынке труда.

В университете создадутся новые условия по профилактике социально-негативных явлений средствами физической культуры и спорта. Возникнут новые привлекательные формы, методы и средства организации физкультурно-оздоровительных и спортивных занятий, призванных обеспечить укрепление здоровья и повышение физической подготовленности всех категорий студентов и сотрудников. Усовершенствуется уровень пропаганды физической культуры и спорта среди всех категорий студентов и сотрудников как составляющей части здорового образа жизни.

Будет действовать система мониторинга физического развития и физической подготовленности всех категорий студентов и сотрудников университета, которая позволит: 1) разработать и внедрить в систему организации здорового образа жизни сотрудников и студентов университета «паспортов» здоровья и двигательной активности, как основы полноценного и гармоничного физического развития и укрепления здоровья; 2) разработать и реализовать разновариантную программу физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий для студентов и сотрудников в соответствии с возрастом, состоянием здоровья и уровнем подготовленности; 3) разработать и реализовать физкультурно-оздоровительные программы социальной направленности для сотрудников пенсионного возраста, лиц с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов и малоимущих сотрудников; 4) проводить ежегодный смотр-конкурс на лучшую организацию физкультурно-оздоровительной и спортивной работы среди студентов и сотрудников университета.

В перспективе могут быть достигнуты следующие результаты: 1) снизится количество студентов и сотрудников, освобожденных от занятий физической культурой и лиц, отнесенных к специальным медицин-

ским группам и группам лечебной физической культуры; в режим рабочего дня будет введена производственная физическая культура; 2) на базе гуманитарных технологий будут внедрены новые научно-методические разработки и инновационные методики в области организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий с разными категориями обучающихся и сотрудников; 3) объем оптимальной недельной двигательной активности для различных категорий студентов и сотрудников будет достигать не менее 6 часов; 4) вопросы развития физической культуры и спорта будут включены в Коллективный договор между профсоюзом и вузом; за счет средств вуза и профсоюза, предусмотренных коллективным договором, будет обеспечиваться финансирование физкультурно-оздоровительной работы, а также пропаганда здорового образа жизни.

Достижение таких результатов позволит: 1) освоить выпускникам современные компетенции, отвечающие общемировым требованиям к человеческому капиталу; 2) обеспечить консолидацию педагогического сообщества в решении приоритетных задач, направленных на формирование в общественном сознании ценности здорового образа жизни; 3) распространить опыт подготовки специалистов нового типа по физической культуре с использованием совокупности гуманитарных технологий, определяющих инновационную модель вуза в политике формирования здорового образа жизни.

В заключение необходимо сказать о том, что миссия Герценовского университета в контексте национальной государственной инициативы «Наша новая школа» заключается в подготовке специалиста компетентного не только в своей предметной области, но и в организации здорового образа жизни средствами физической культуры и спорта. Это будет являться не только условием благополучной жизнедеятельности выпускников, но и важным фактором повышения конкурентоспособности нашего вуза на рынке образовательных услуг.