

## Из истории развития культуры здоровья в образовательных системах.

Информацию подготовила Пинигина С.В.,  
инструктор по физической культуре  
МКДОУ №19, г Шелехов, декабрь 2021г.

*В работе рассматривается хронологическая последовательность развития культуры здоровья человека в образовательных системах различных периодов развития общества, начиная с Древнего востока и Греции до настоящего времени.*

Отношение к здоровью в разные исторические периоды было неоднозначным. Государственная политика по отношению к здоровью человека определялась в различных направлениях. Представленная в данной работе хронология развития культуры здоровья свидетельствует о тенденции постоянного внимания к здоровью со стороны системы образования. Через гуманистическую направленность с помощью приказов и инструкций проводились самые различные коренные изменения по отношению к культуре здоровья. Согласно этнографическим данным, еще в государствах Древнего востока, Древней Греции и позднее в Риме основой общекультурного достояния свободного гражданина были систематические посещения школ грамматики, кифариста и палистер (школ борьбы).

Культ здорового тела справедливо связывался со здоровьем духа. Однако во времена раннего христианства и средних веков вопросы физических способностей, качеств и умений отходят на второй план, оставляя в центре внимания духовные и интеллектуальные способности. Эта тенденция прошла через века и нанесла существенный ущерб по отношению к здоровью. Рыцарские турниры были не только развлечением, но и средствами контроля в их подготовленности к будущим сражениям и завоеваниям. Результатом неуважения к физиологической сущности человека явилось падение общей культуры, так, например, рост числа таких болезней, как чума, свирепствовавшая в течение четырехсот лет, уменьшила численность населения к XIV веку на четверть.

Пренебрежение ко всему телесному как греховному, привело к низкому уровню массовой культуры и быстрому распространению эпидемии — на все воля Божья стало обычным делом.

Высокий престиж знаний, учености на Востоке позволил Авиценны (980-1037 гг) в своих трактатах дать конкретные рекомендации по укреплению здоровья, где он советует выбирать учителя и воспитателя «доброго, мудрого, верующего, осведомленного в методах нравственного и умственного воспитания, а также обладающего волевыми навыками. Надо, чтобы он к тому же был здоровым, чистоплотным, честным и обладал хорошим подходом к людям». Понимание необходимости

постоянно изучать способности и возможности ученика на средневековом Востоке всегда было актуальным. Ибо достоинство учителя и его школы оценивалось успехами учеников.

На территориях в Центральной и Восточной Европы в эпоху Возрождения, противовесом приходским и монастырским католическим школам, становятся школы, создаваемые общинами для детей членов определенной конфессии. В их организации значительное внимание уделяется индивидуальности и здоровью учащихся, рационализации деятельности педагога.

Большой вклад в развитие направления по формированию здоровой личности в системе образования внес Я. А. Коменский, который писал: «...всех надо учить знанию своих возможностей, чтобы, поняв, какие им даны полномочия для совершенствования себя и ближних, какие предоставляются поводы для этого более чем желанного дела и как легко за него взяться теперь». [11, 416 с.]

В Петровской России произошел своеобразный синтез западных гуманистических идей и восточных репрессивных практик. Просветительские реформы в России были мощным толчком не только распространения европейских культурных достижений (включая и педагогические), но и стимулом развития русской педагогической мысли как в методическом, так и в организационно-исполнительском аспектах. В дальнейшем во времена, вплоть до Екатерины II, дворянство было обязано учиться.

И в службе, и в школе одинаково царило насилие, насильно брали на службу — в солдаты, в матросы, в приказные, насильно посылали учиться за границу, насильно брали и в школу: была установлена своего рода школьная рекрутчина. Гуманистическая направленность образования в России вводится через приказы и инструкции. Так, в инструкции «О порядке преподавания в школах при уральских казенных заводах» дается указание: «Учителям смотреть, чтоб родители, сродники и те, у которых они стоят, их домашних работ работать не заставляли, например, дрова рубить и пр. тому подобное, не только они в науке напрасно время потеряют, но от оной тяжелой работы руки портят и писать делаются не способны, паче же от того в науке немалое продолжение чинится, что сии данные им уроки от сего помешательства не могут вытвердить».

В России в 1800 году издается учебное пособие «Диететика». Первое понятие о том, как живет наше тело, что для него полезно, что вредно, ориентирующее на изучение собственного организма, состоящее из практических советов и правил, как сохранить здоровье детей, посещающих школу. «Диететика» неоднократно переиздавалась и послужила материалом для дальнейшего научного осмысления многих ученых.

Коренные изменения в отношении постановки и решения проблем здоровья в системе образования происходят в конце XVIII — первой половине XIX века. Выдающийся педагог И. Г. Песталоцци в 1805 году пишет: «при традиционно закладываемых принципах обучения происходит непонятное «удушение» развития детей, «убийство» их здоровья». [12, 336 с.]

Выдающийся отечественный ученый В. М. Бехтерев в своих работах ставит в прямую зависимость формирование здоровья от условий работы ребенка в школе, по его словам должно развивать в ребенке «тот бодрый дух, который столь необходим при встрече с житейскими невзгодами». [5, 480 с.]

Практические рекомендации в отношении рекомендаций по укреплению здоровья даны П. Ф. Каптеревым.

Это вопросы психоэнергетических затрат учащихся на изучение разных предметов у разных учителей, работающих по своим, в том числе авторским методикам, построенным в соответствии с индивидуальным стилем педагогической деятельности. В сочетании с проблемой типологизации учащихся для помощи им же в разработке оптимальных стратегий и тактик учения — это ключ ко всему комплексу проблем дифференциации и индивидуализации обучения [10, 704 с.]

На решение проблем по организации условий развития ребенка с культурно-исторических позиций «путем самостоятельных, полноценно действенных усилий», а личный опыт ребенка, как основную базу педагогической работы, указывал Л. С. Выготский: «Строго говоря, нельзя воспитывать другого, оказывать непосредственное влияние и производить изменения в чужом организме невозможно.

Можно только воспитываться самому, т. е. изменять свои природные реакции через собственный опыт». [8, с. 257-321]

Постановке и решению проблем здоровья в образовании в 80-е годы посвящена работа В. П. Казначеева 1983 др., в которой автор указывал на необходимость создания оздоровительной атмосферы в учреждениях образования. [9]

Анализируя современный ход развития здоровья в образовании за последние полвека можно отметить, что в проводимых исследованиях доминировал процесс формирования знаний, умений и навыков (так называемые ЗУНы). В результате в реальных моделях образовательных систем был исключен главный субъект — Ребенок, развитие его личности, вместо этого в качестве центральных компонентов фигурируют ЗУНы, не гарантирующие сохранение здоровья школьников, их целостное развитие.

В 90 годах активизируются исследования по вопросам здоровья, появляются инструктивно-методические письма и приказы о задачах школы по охране здоровья, о включение в учебные планы науки «Валеология». Наиболее активно проводятся работы по оздоровительным технологиям в системе образования [1, 2, 3, 4, 6, 7, 13].

Однако проведенная работа не увенчалась созданием оздоровительной атмосферы в учреждениях образования. Валеология, как учебная дисциплина, не получила дальнейшего развития, не были предусмотрены механизмы внедрения системы интегрированных мероприятий. Система образования в России вновь осталась свободной от ответственности за здоровье молодежи и детей.

Если эта тенденция сохранится, генофонд у страны — ее детям — угрожает реальная опасность.

С каждым годом появляются исследования с вопросами пола и полового диморфизма; вскрываются гносеологические корни таких заболеваний как «детская» сексуальная преступность, туберкулез, астма, онкологические заболевания; болезни беспризорных и неустроенных детей — педикулез, чесотка и др., которые стали открытием для педагогов и общественности и неожиданно — достоянием обычных домашних детей».

В настоящее время, дети и подростки чрезмерно увлечены гаджетами, компьютерными играми и виртуальным общением в мессенджерах. А также переход на компьютерную систему тестирования (ЕГЭ) и различные формы дистанционного образования привели к повальной компьютерной информатизации, позволяющей вести образовательный процесс, сидя продолжительное время за компьютером. Вследствие чего оздоровительные методы обучения, куда включены методы проблемного решения задач на уроке: опыты, выставки, демонстрации, драматизации, путешествия, использование наглядных пособий, уроки-дискуссии и др. остаются без должного внимания.

Напротив, по сравнению с Россией, за рубежом внедряются программы «HealthEducation» (англ. — обучение здоровью), которые ставят свои, специфические цели и задачи.

В Аргентине — развивают у детей интерес к себе, к собственному здоровью, воспитывают чувство долга и ответственности за свое здоровье и здоровье окружающих людей.

В странах Ближнего Востока: Иране, Кувейте, Саудовской Аравии и др. — в основе воспитания здорового ребенка положены религиозные аспекты.

В Германии — создают условия для естественного развития учащегося в школе.

В соединенных Штатах Америки — у школьников развивают моду на здоровье, формируют разумные позиции в отношении здорового образа жизни, прививают здоровые привычки.

В Канаде — создают условия для формирования учащимися состояния умственного и физического здоровья, организуют здоровое школьное окружение.

В России образование призвано обеспечить каждому выпускнику возможность получить:

1. Знания о человеке, природе и обществе, обеспечивающие формирование научной картины мира как основы мировоззрения и ориентации в выборе сферы будущей практической деятельности.

2. Опыт коммуникативной, умственной, эмоциональной, физической и трудовой деятельности, обеспечивающей формирование основных интеллектуальных, трудовых, организационных и гигиенических умений и навыков, которые необходимы в повседневной жизни для участия в общественном производстве, продолжении образования и самообразования.

3. Опыт творческой деятельности, открывающий возможности для развития индивидуальных способностей личности и обеспечивающей ее подготовку к жизни в условиях социально-экономического и научно-технического прогресса.

4. Опыт общественных и личных отношений, готовящий молодежь к активному участию в жизни страны, созданию семьи и планированию личной жизни на основе идеалов, этических и эстетических ценностей современного общества.

В тоже время в проекте «Образование мирового класса», разработанном в США, определение желаемых результатов образования начинается с выделения основных «жизненных ролей» человека. Всего выделяется семь таких ролей.

1. Реализовавшаяся личность. Человек с хорошо развитым осознанием своих способностей и потребностей, последовательно использующий это знание для выбора альтернатив, с наибольшей вероятностью дающих возможность вести здоровую продуктивную и наполненную самоосуществлением жизнь.

2. Личность со стремлением к поддержке других людей. Данная роль воплощает весь спектр семейных, личных, микросоциальных связей.

3. Жизнь как постоянное учение. Эта роль человека, постоянно приобретающего новые знания наряду с умением реагировать на изменяющиеся условия внешнего мира.

4. Деятельный участник культурного развития. В этой роли человек ценит культурную и творческую деятельность. Участвует в ней и понимает наиболее важные стороны культуры, формирующие личность и общество.

5. Высоквалифицированный работник. Это человек, который берет на себя ответственность за производство высококачественной продукции и соответствующих сервисных услуг.

6. Информированный гражданин. Это человек, хорошо осведомленный в вопросах истории, политической ситуации, заинтересованно реагирующий на локальные, национальные и местные проблемы.

7. Защитник окружающей среды. Выступая в этой роли, человек хорошо сознает взаимосвязи и существующие механизмы природы, ценит их, а также умеет эффективно и ответственно использовать природные богатства.

Спектр социальных требований представленный в образовательных системах современности соответствует современным представлениям психологов и социологов о ролевой структуре личности.

В материалах ЮНЕСКО образование для будущего уделено особое внимание четырем основополагающим принципам образования.

1. Научиться жить вместе, развивая знания о других народах, об их истории, традициях, образе мышления.

2. Необходимо научиться приобретать знания. Учитывая быстрые изменения, связанные с научным прогрессом и новыми формами экономической и социальной деятельности, необходимо сочетать достаточно широкие

общие культурные знания с возможностью глубокого постижения ограниченного числа дисциплин.

3. Необходимо научиться работать. Необходимо приобрести компетентность, дающую возможность справляться с различными ситуациями, многие из которых невозможно предвидеть.

4. Следует научиться жить. XXI век требует от всех большей самостоятельности и способности к оценке, сочетающихся с усилением личной ответственности в рамках реализации коллективного проекта. Дальнейшее решение проблем здоровья нацеливает на постановку новых целей образования с позиций системного подхода в контексте гуманистической парадигмы и модернизацию его содержания и технологий. Несмотря на сложные социально-экономические условия в российской системе образования во всех основных звеньях идет переход к принципиально новой, личностно-ориентированной модели образования. В рамках перехода на новую уровневую систему образования осуществляются изменения, ведущие к повышению дифференцированности, вариативности, интегрированности педагогических программ, гуманитаризации образования.

Происходящие изменения в образовании требуют нового педагога, обладающего высоким уровнем таких профессиональных компетенций, как: —способностью анализировать результаты научных исследований, применять их при решении конкретных научно-исследовательских задач в сфере науки и образования, самостоятельно осуществлять научное исследование (ПК-5); —способностью к абстрактному мышлению, анализу, синтезу, способностью совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень (ОК-1);

—способностью самостоятельно приобретать и использовать, в том числе с помощью информационных технологий, новые знания и умения, непосредственно не связанные со сферой профессиональной деятельности (ОК-5);

—способностью объективно оценивать свой личностный потенциал и психофизические возможности с точки зрения их соответствия требованиям современных пед. технологий;

—готовностью оценивать возможности обучающихся и организовывать учебно-воспитательный процесс без ущерба для здоровья;

—готовностью своевременно диагностировать возможные отклонения в самочувствии и работоспособности занимающихся в процессе учебно-воспитательной работы;

—способностью осуществлять профилактику возможных побочных явлений и осложнений в ходе реализации инноваций.

Однако, несмотря на актуальность проблемы здоровья в современные образовательные программы еще недостаточно включаются дисциплины по формированию специальных компетенций, направленных на укрепление и сохранение здоровья человека.

Создание необходимых условий обучения и включение в образовательные программы курсы по изучению механизмов здоровья, должны стать стратегией современного этапа развития педагогической науки, которая приблизилась к интеграции ведущих наук о человеке, его жизни. Неизбежность данного процесса продиктована императивом выживания человечества на планете — с одной стороны; масштабностью и глубиной воздействия системы образования на мировоззренческие и биосоциальные аспекты практически каждого индивида — с другой.

В настоящее время, в связи с воздействием на здоровье различных негативных факторов настолько велико, что человек без специальных знаний не сможет укрепить и сохранить свое здоровье на должном уровне.

Для решения этой проблемы в образовательные программы профессиональной подготовки кадров, предлагается включить учебный курс «кинезисэнергономика человека» (от греческого «kinesis» — движение, «energia» — общая количественная мера различных форм движения, «nomos» — закон, правила), правила об энергозатратах при движениях человека [7]. Разработанный авторский курс «Кинезисэнергономика человека» направлен на изучение основных биоэнергетических процессов и функциональных изменений в организме под влиянием современных условий жизнедеятельности человека. Анализируются показатели энергетических затрат у лиц разного возраста и уровня функционального состояния, на основе которых даются рекомендации по определению оптимальной двигательной активности, расчету сбалансированного питания и проектированию оздоровительных технологий в процессе различных видов образовательной деятельности.

Бондин Виктор Иванович, доктор педагогических наук, профессор;  
Путилина Татьяна Александровна, старший преподаватель;  
Якушева Елена Николаевна, магистрант  
Южный федеральный университет

#### Литература:

1. Абульханова-Славская, К. А. Стратегия жизни. [Текст] / К. А. Абульханова-Славская — М.: Мысль, 1991. — 229 с.
2. Амонашвили, Ш. А. Размышления о гуманной педагогике. [Текст] / Ш. А. Амонашвили — М.: Изд. дом Шалвы Амонашвили, 1996. — 496с
3. Артюхов, М. В., Шевелева Л. А., Дубнова О. А. и др. Инновационные подходы к организации здоровьесберегающей деятельности общеобразовательных учреждений. [Текст] / М. В. Артюхов, Л. А. Шевелева, О. А. Дубнова// Валеология. 2005. № 4. с. 100-112
4. Асмолов, А. Г. Психология личности: Принципы общепедагогического анализа. [Текст] / А. Г. Асмолов — М.: Смысл, ИЦ «Академия», 2002. — 416с
5. Бехтерев, В. М. Объективная психология. М.: Наука, 1991. 480 с.
6. Бирюкова, Н. А. Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательных учреждениях. // Гигиена и санитария. — 2006. — № 1. — с. 76
7. Бондин, В. И. Оптимизация тренировочных нагрузок в спорте на основе кинезисэнергономического подхода / В. И. Бондин, Е. И. Почкаева, С. В. Усенко, Н. Г. Арапу // Физическая культура, спорт, здоровье и долголетие: основы приобщения подрастающего поколения к идеалам и ценностям олимпизма: материалы третьей

- всероссийской с международным участием научно-практической конференции; Южный федеральный университет. Издательство Южного федерального университета. — Ростов-на-Дону, 2014. — с. 189-193.
8. Выготский, Л. С. Собр. соч.: В 6 т. — М.: Педагогика, 1982. — Т. 1. — с. 338; 1983. — Т. 5. — с. 257-321
9. Казначеев, В. П., Казначеев С. В. Адаптация и конституция человека. [Текст] / В. П. Казначеев, С. В. Казначеев — Новосибирск: Наука, 1988. — 120с
10. Каптерев, П. Ф. Избранные педагогические сочи. М.: Педагогика, 1982. 704 с.
11. Коменский, Я. А. Педагогическое наследие. М.: Педагогика, 1989. 416 с.
12. Песталоцци, И. Г. Избранные педагогические сочинения. М.: Педагогика, 1961. Т. 1. 336 с.
13. Смирнов, Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. [Текст] / Н. К. Смирнов — 2-е изд., испр. и доп. М.: АРКТИ, 2006. — 320 с.