

# Педагогика здоровья

Научно-популярное издание



**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ**

**Государственное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
Луганской Народной Республики  
«ЛУГАНСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ ТАРАСА ШЕВЧЕНКО»**

**ИНСТИТУТ ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ**

**Кафедра дошкольного и начального образования**

# ***ПЕДАГОГИКА ЗДОРОВЬЯ***

**Сборник научно-популярных работ**

Луганск  
2017

УДК 37.015.31:613-053.2/.6(082)

ББК 74.005.5я43

П24

**Рецензенты:**

*Клименко А.С.*

– заведующий кафедрой теории и практики перевода романских и германских языков ЛНУ имени Владимира Даля, доктор филологических наук, профессор.

*Максименко Г.Н.*

– заведующий кафедрой олимпийского и профессионального спорта, доктор педагогических наук, профессор, академик Международной академии педагогических и социальных наук, заслуженный работник образования Украины.

*Белых А.С.*

– профессор кафедры педагогики ЛНУ имени Владимира Даля, доктор педагогических наук.

**Педагогика здоровья:** Сборник научно-популярных работ / Редкол. И.В. Чеботарёва, О.Г. Сущенко, Н.В. Вострякова; гл. ред. Т.Т. Ротерс; Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко. – Луганск, 2017. – 188 с.

В сборнике представлены статьи по актуальным вопросам сохранения и развития здоровья, формирования ценностей здорового образа жизни у молодого поколения.

Материалы сборника могут быть использованы специалистами в области педагогики и психологии, аспирантами, студентами педагогических специальностей, педагогами-практиками, а также всеми теми, кто интересуется вопросами здоровьесбережения.

УДК 37.015.31:613-053.2/.6(082)

ББК 74.005.5я43

*Рекомендовано к печати научной комиссией  
Луганского национального университета имени Тараса Шевченко  
(протокол № 7 от 18.04.2017 года)*

© Коллектив авторов, 2017  
© ГОУ ВПО ЛНР «ЛНУ имени  
Тараса Шевченко», 2017

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Вступительное слово</b> .....	6
<b>Здоровье как социокультурная ценность</b>	
<i>Горащук В.П.</i> Содержание, структура и ценностные смыслы феномена «культура здоровья человека» .....	7
<i>Ротерс Т.Т.</i> Аналитический взгляд на совершенствование системы физического воспитания в контексте педагогики здоровья .....	16
<i>Андросова А.П.</i> Анализ инновационных подходов к процессу физического воспитания детей младшего школьного возраста .....	20
<i>Чорноштан А.Г.</i> Основы формирования индивидуального здоровья школьников Луганской Народной Республики в процессе внешкольной работы по физическому воспитанию .....	24
<i>Прихода И.В.</i> Диагностика физического состояния клиентов, занимающихся оздоровительной физической тренировкой в фитнес-клубе (методические рекомендации для фитнес-врачей) .....	33
<i>Барышева Е.И.</i> Моральное сознание личности как фактор психологического здоровья общества .....	43
<i>Пономарёв А.</i> Духовное здоровье человека и гигиена его души .....	50
<i>Карпинская Н.В., Шкуран О.В.</i> В здоровом духе – здоровое тело! (о бережном отношении к сакральному – собственной речи) .....	54
<i>Соннова М.В.</i> Духовное здоровье – основа гражданской культуры будущего педагога .....	60
<i>Грищенко Н.А.</i> Потенциал семьи в воспитании духовно здорового поколения .....	66



5. Ильин И.А. Аксиомы религиозного опыта. Исследование / И.А. Ильин. – Москва : Фолио, 2004. – 589 с.
6. Исаев В.Д. Духовное возрождение личности в современном украинском социуме (смена парадигмы) / В.Д. Исаев, В.И. Ильченко, В.М. Шелюто. – Киев – Луганск : Центр анализа экономических перспектив, изд-во Глобус, 2006. – 251 с.
7. Исаев В.Д. Человек в пространстве цивилизации и культуры / В.Д. Исаев. – Луганск : Свитлиця, 2003. – 188 с.
8. Словарь русского языка: В 4-х т. /АН СССР, Ин-т рус. яз.; под ред. Т.Ф. Ефремовой. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Русский язык. – Т. 4. – С-Я – 2000. – 794 с.



**М.В. Соннова**

### **ДУХОВНОЕ ЗДОРОВЬЕ – ОСНОВА ГРАЖДАНСКОЙ КУЛЬТУРЫ БУДУЩЕГО ПЕДАГОГА**

Формирование гражданской культуры будущих педагогов – одна из актуальнейших задач современного высшего педагогического образования Луганской Народной Республики. Профессиональная подготовка будущего педагога, а главное – его гражданская позиция – является основой воспитания подрастающего поколения. Для будущего учителя начальных классов быть учителем-гражданином особенно важно, так как именно у младших школьников идёт активное осознание того, гражданином какого государства он является, закладываются основы гражданственности и активной гражданской позиции.

Формирование гражданской культуры невозможно без актуализации базовых духовных ценностей – носителей духовности нашего народа. Общечеловеческие духовные ценности в настоящее время становятся единственно возможным базисом формирования личности в целом и гражданской культуры будущего педагога в частности. Именно этим и обусловлена актуальность данной статьи.



К проблеме духовно-нравственного облика учителя, его воспитанию обращались видные отечественные педагоги: Н.И. Ильминский, Н.И. Пирогов, С.А. Рачинский, Л.Н. Толстой, К.Д. Ушинский и другие.

Формирование гражданской культуры будущего учителя является основной и неотъемлемой частью образовательного процесса в вузе. Различные аспекты формирования гражданской культуры рассматриваются в социально-философской литературе (Л.М. Архангельский, С.Л. Иконников, И.С. Кон, В.Т. Лисовский, В.Н. Лифанов, Г.Л. Смирнова, И.М. Тагильцева, Г.Н. Филонов, В.Н. Шепелев и др.), в педагогических исследованиях (Л.И. Аманбаева, А.В. Беляев, Е.В. Бондаревская, З.И. Васильева, О.И. Волжина, Б.З. Вульф, О.С. Газман, А.С. Гаязов, В.Б. Горелик, Г.Л. Гревцева, И.М. Дуранов, В.А. Караковский, Г.И. Кокорина, Б.Т. Лихачев, А.С. Макаренко, С.В. Митросенко, Э.И. Монозон, Э.П. Стрельникова, В.А. Сухомлинский, Ю.А. Танюхина, К.Д. Ушинский, С.Т. Шацкий, М.А. Якобсон и др.).

Духовное здоровье – это способность познавать окружающий мир и себя, анализировать происходящие события и явления, прогнозировать развитие ситуаций, оказывающих влияние на жизнь, формировать модель (программу) поведения, направленную на решение возникающих задач, защиту своих интересов, жизни и здоровья в реальной окружающей среде. Древнеримский оратор Марк Тулия Цицерон писал в своём трактате «Об обязанностях»: «... человек, наделённый разумом, благодаря которому он усматривает последовательность между событиями, видит их причины, причём предшествующие события и предметы не ускользают от него, он сравнивает сходные явления и с настоящим тесно связывает будущее, с лёгкостью видит всё течение своей жизни и подготавливает себе всё необходимое, чтобы прожить. Человеку свойственна, прежде всего, склонность изучать и исследовать истину» [2].

Духовное здоровье понимается как способность к созиданию добра, самосовершенствованию, милосердию и бескорыстной взаимопомощи, созданию установки на здоровый образ жизни. Основой духовного здоровья служит мировоззрение человека и общества. Духовное здоровье можно рассматривать как поиск



смысла и цели существования человека, стремление быть в состоянии гармонии с самим собой и другими, а также баланс с остальным миром.

Духовное здоровье человека зависит от системы его мышления, отношения к людям, событиям, ситуациям, своему положению в обществе. Оно достигается умением жить в согласии с окружающими людьми, способностью анализировать различные ситуации и прогнозировать их развитие, а также вести себя в различных условиях с учетом необходимости, возможности и желания. Чем выше интеллект, тем достоверней прогноз событий, тем точнее модель поведения, тем устойчивее психика, тем выше уровень духовного здоровья. В качестве составных компонентов духовности личности учителя учёные выделяют, прежде всего, творческий потенциал самого учителя, толерантность, заботу о духовном становлении личности ребёнка, самореализацию педагога в процессе его деятельности.

Поскольку духовные и нравственные качества ребёнка формируются в совместной деятельности и общении со взрослыми, то личность учителя должна быть высоконравственной, внутренне стремиться к постоянному совершенствованию своих индивидуальных и профессиональных качеств. В целом и само «образование рассматривается как механизм формирования духовно-нравственной культуры общества» [5, с. 11].

Духовное здоровье будущего учителя – это система его мышления и отношение к окружающему миру. Духовное здоровье определяется тем, какие духовные ценности человек чтит превыше всего. В системе общечеловеческих духовных ценностей выделяются такие базовые ценности, как истина, **добро, красота, истина, патриотизм, гражданственность, семья, человечество** и т.п. Духовные ценности – это ценности возвышения человека над собой, стремление к идеалу. Система базовых духовных ценностей создаёт смысловую основу духовно-нравственного развития личности.

**Добро** – высшая духовная ценность. Его сущность неизменна. В качестве добра всегда выступает лишь такое действие, которое обусловлено интересами другого человека, нацелено на удовлетворение потребностей другого.



**Красота** – это символ совершенства, это воплощение гармонии, это высшая духовная ценность.

**Истина** как высшая духовная ценность является отражением единства человеческого рода. Истина как нечто абсолютное является условием любой другой истины и познания вообще.

**Патриотизм** – любовь к России, к своему народу, к своей малой родине; служение Отечеству, сохранение традиций своего народа.

**Гражданственность** – нравственное качество личности, определяющее сознательное и активное выполнение гражданских обязанностей и долга перед государством, обществом, народом; разумное использование своих гражданских прав, точное соблюдение и уважение законов страны.

**Семья** – любовь и верность, здоровье, достаток, уважение к родителям, забота о старших и младших, забота о продолжении рода.

**Человечество** – мир во всем мире, многообразие культур и народов, прогресс человечества, международное сотрудничество.

Эти ценности являются основными условиями формирования духовно-нравственных ценностных ориентаций и лежат в основе целостного пространства духовно-нравственной культуры личности.

Как видим, гражданственность, гражданские ценности являются одним из структурных элементов духовной культуры.

Гражданская культура – это интегративное качество человека, включающее в себя уважение к личности, государству, его политическим и правовым институтам, любовь к родине и уважение, толерантное отношение к другим людям и народам; стремление и готовность к активной социальной деятельности для блага людей и общества. Содержание гражданской культуры определяют следующие понятия: гражданственность, гражданское общество, правовое государство, гражданское поведение, государство, власть, демократия, права и свободы человека и многие другие.

Анализ научных подходов к определению понятия гражданской культуры позволяет считать последнюю как вид духовной культуры, что даёт человеку возможность чувствовать себя юриди-





чески, морально и политически дееспособным; гармонично существовать в системе «человек-общество»; осознавать свою принадлежность к конкретной нации, государства, части мира, Земного шара, Вселенной, быть ответственным за состояние последних; сознательно отстаивать принципы демократии и гуманизма. Духовная культура существует не сама по себе, а как часть более широкого мира – мира жизни человеческого общества. Она представляется как историческое явление, развивающееся вместе с обществом.

Формирование гражданской культуры невозможно без опоры на исторические корни народа, учета его пути развития, особенностей мышления и деятельности. Поэтому гражданские ценности дополняются пониманием и осознанием значимости той страны, в которой живет человек – патриотизмом.

Понятия *патриот* и *гражданин* близки, границу между ними во многих ситуациях трудно провести. Патриотизм – это нравственный и политический принцип, социальное чувство, содержанием которого является любовь к отечеству, преданность ему, гордость за его прошлое и настоящее, стремление защищать интересы Родины. Задачей патриотического воспитания является формирование уважения к культуре, истории своей страны, активной деятельности по сохранению национальной культуры и стремления, готовности делать что-то по мере сил для блага своей страны. И в этом патриотическое воспитание является частью гражданского.

При этом крайне важно формировать у будущего педагога, наряду с патриотическими чувствами, толерантность в отношении к другим культурам, национальным особенностям, религиям. Это тоже составляет часть его гражданской культуры и сознания. Ведь именно учитель призван разъяснять школьникам суть патриотизма, патриотического поведения и удерживать от шовинизма, ненависти ко всякой другой культуре, народу, человеку. А это возможно только на основе целенаправленного формирования общечеловеческих духовных ценностей.

Поскольку гражданская культура является синтезом сознания и поведения, кульминационным моментом ее развития является воплощение в жизнь общечеловеческих принципов справедли-



ности, гуманности, терпимости, свободы и достоинства человека. Высокий уровень духовности – духовное здоровье – позволит будущему учителю добиться максимальной успешности в его будущей педагогической деятельности, станет тем внутренним стержнем, который поможет им стать истинным учителем-патриотом, учителем-гражданином, учителем-профессионалом.

Профессионализм учителя – это не только усвоение специальных знаний, но и преобразование мотивационной сферы учителя на творческую самореализацию в профессии. Здоровое и благополучное общество состоит из здоровых и благополучных граждан. Основная роль учителя это духовно-нравственное развитие и воспитание юных граждан. Характер развития общества непосредственным образом зависят от гражданской позиции педагога, его жизненных приоритетов, нравственных убеждений, моральных норм и духовных ценностей. Вот почему духовно-нравственное здоровье педагога является основой его гражданской культуры.

## Литература

1. Боришевский М.И. Духовные ценности в становлении гражданина / М.И. Боришевский // Психология и педагогика. – 1997. – № 1. – С. 144–150.
2. Духовно-нравственное воспитание в системе образования Российской Федерации. – Москва, 2002 г.
3. Зеньковский В.В. Педагогика. – М. : Православный Свято-Тихоновский Богословский ин-т, 1996. – 154 с.
4. Ионин Л.Г. Социология культуры: путь в новое тысячелетие. – М. : Логос, 2000. – 431 с.
5. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России : Бюллетень. – 2009. – № 6.
6. Педагогический энциклопедический словарь / гл. ред. Б.М. Бим-Бад. – М. : Научное изд-во «БРЭ», 2002. – 528 с.
7. Чавчавадзе Н.З. Культура и ценности. – М., 1984. – 171 с.
8. Словари и энциклопедии [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://yuvnenologicheskyy.academic.ru/114>

