

**Федеральное государственное автономное учреждение  
«Федеральный институт развития образования»  
Образовательный консорциум Среднерусский университет  
Автономная некоммерческая организация  
высшего профессионального образования  
«Московский областной гуманитарный институт»  
Автономная некоммерческая организация  
высшего профессионального образования  
«Московский гуманитарный институт»  
Негосударственное образовательное учреждение высшего  
профессионального образования Тульский институт управления и  
бизнеса имени Никиты Демидовича Демидова**

**ФЕНОМЕН ЧЕЛОВЕКА.  
АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ  
СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНЫХ  
НАУК И ОБРАЗОВАНИЯ**

Подольск 2013

УДК 009-37.8

ББК 60-74.5

Ф 15

**Редакционная коллегия:**

**А.Ю. Белогуров** - доктор педагогических наук, профессор, заместитель директора Государственного бюджетного научного учреждения города Москвы «Московский институт развития образования»

**Р.М. Чудинский** - доктор педагогических наук, профессор кафедры психологии, педагогики и профессионального образования АНО ВПО «Московский областной гуманитарный институт»

**С.Н. Вольхин** – доктор педагогических наук, проректор по НИР НОУ ВПО «Тульский институт управления и бизнеса им. Н.Д. Демидова»

**А.А. Володин** – кандидат педагогических наук, доцент кафедры психологии, педагогики и профессионального образования АНО ВПО «Московский областной гуманитарный институт»

Ф 15

**Феномен человека. Актуальные проблемы социально-гуманитарных наук и образования: межвузовский сборник статей** – Подольск: Ваш Домъ, 2013. 180 с.

ISBN 978-5-98204-089-3

В сборник вошли статьи исследователей из России и Белоруссии, посвященные различным аспектам социально-гуманитарных наук и образования.

УДК 009-37.8

ББК 60-74.5

Ф 15

ISBN 978-5-98204-089-3

© коллектив авторов, 2013

© АНО ВПО «МОГИ», 2013

© АНО ВПО «МГИ», 2013

## ДУХОВНАЯ И ТЕЛЕСНАЯ ГАРМОНИЯ КАК ОСНОВА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

А.Н.Королевич

Полесский государственный университет, г. Пинск, Беларусь

Человек является предметом изучения многих естественных и общественных наук, а его здоровье относится к числу глобальных проблем в техногенной изменяющейся окружающей среде и большом объеме психоэмоциональных воздействий [2, 112].

Сегодня перед человечеством со всей остротой стоит вопрос, как организовать образ жизни в соответствии с биологической природой человека и его социальными потребностями и жить полноценной, творческой жизнью, не болея. Ответ на этот вопрос на первый взгляд достаточно прост и однозначен – вести здоровый образ жизни. Однако в современном обществе здоровый образ жизни – это сложное, многофункциональное явление.

Ученые отмечают чрезвычайное многообразие связей здорового образа жизни с различными сторонами общественной жизни, например между образом жизни и здоровьем, между медицинскими знаниями и самовоспитанием личности, уровнем развития образования, культуры и ее составной части – физической культуры и общественно-экономическими достижениями нации.

Переход от здоровья к болезни, равно как и выздоровление, являются очевидными примерами смены психического состояния человека. Конечно, следить за состоянием здоровья людей, предупреждать распространение инфекционных заболеваний, проводить диагностики и лечить должны органы здравоохранения. Вместе с тем, собственное физическое и душевное здоровье – это забота каждого отдельного человека, показатель его культуры, способности к грамотному, равносному взаимодействию с окружающей средой и средой обитания. Поэтому здоровье человека напрямую связано с развитием его сознания, умением осознавать первопричины заболеваний и не допускать их.

Человечеством уже накоплен большой опыт выживания в окружающей среде, который требует осмысления, объединения с позиций новой мировоззренческой концепции, учитывающей все достижения прошлого и настоящего. Это также помогает сделать философия здоровья.

Понятие «здоровье» характеризуется сложностью, многозначностью и неоднородностью состава. Несмотря на мнимую простоту его обыденного понимания, в нем отражаются фундаментальные аспекты биологического, социального, психического и духовного бытия человека в мире, поэтому и подход к его рассмотрению должен быть комплексным, междисциплинарным.

Любые представления о здоровье и болезни всегда относительно, историчны, как и обуславливающие их социокультурные нормы и стереотипы. «Здоровье» и «болезнь» относят к числу тех диалектических взаимодействующих понятий, которые в принципе не могут быть однозначно определены, и их постоянное осмысление, переоценка приводит к становлению нового знания, к формированию более целостного взгляда на феномен человека. Привычные для нас представления о здоровье и формулировки, которые кажутся нам исчерпывающими, затрагивают лишь отдельные аспекты проблемы, отражая его конкретное, исторически сложившееся видение и не обеспечивая целостной картины. Для составления полной научной картины исследуемого явления необходим сравнительный анализ накопленного опыта в описании феноменологии здоровья. При этом следует исходить из положения, что

каждая культурно-историческая эпоха и соответствующая ей социальная среда порождает свой специфический «эталон здоровья», на основе которого строятся более частные концепции, представления и модели [1, 45].

Одним из самых ранних дефиниций здоровья, характерных для западного мировоззрения, считается определение, сформулированное ещё в контексте античной культуры и принадлежащее античному философу Алкмеону. В начале V века до н.э. Алкмеон определил здоровье как гармонию и равновесие противоположно направленных сил. В качестве противодействующих сил он рассматривал первоэлементы, составляющие природу человека и определяющие различные состояния. Соответственно этому болезнь определялась им как следствие единовластия одного из таких элементов над всеми остальными. Алкмеон полагал, что исключительное господство отдельно взятого элемента вредно и губительно для того целого, в состав которого данный элемент включен [3, 98].

Такая формулировка может быть признана достаточно основательной, поскольку она – хотя и в несколько измененном виде – широко распространена и в наши дни. Её придерживаются те терапевты и психологи, которые видят в процессе оздоровления (или исцеления) индивида, прежде всего достижение равновесия движущих сил человеческого естества, примирение внутриличностных противоположностей. То, что здоровье определяется через понятия «равновесие» и «гармония», позволяет сделать вывод, что античное представление о здоровье базируется на идее оптимального соотношения различных составляющих телесной и душевной природы человека, которые образуют упорядоченное внутреннее единство.

Здоровый образ жизни связан с личностно-мотивационным воплощением индивидом своих социальных, психологических, физических возможностей и способностей. При этом необходимо понимать, что для здорового образа жизни недостаточно сосредотачивать усилия лишь на преодолении факторов риска возникновения различных заболеваний, но необходимо выделить и развивать все те многообразные тенденции, которые способствуют его формированию и содержатся в различных сторонах жизни человека. Здоровый образ жизни – это оптимальный двигательный режим, регулярные занятия физической культурой, закаливание, сбалансированное питание, отсутствие вредных привычек.

Здоровье и хорошее психофизическое состояние как стиль жизни – это философия людей, которые не хотят быть пассивными и воспринимать как неизбежное болезни, слабость сердечно-сосудистой системы, избыточную массу и снижение работоспособности. Это стиль жизни для тех, кто борется с факторами риска. Сохраняет свою жизнеспособность и укрепляет ее и хочет поддерживать качество жизни в любом возрасте.

Физическая культура – область культуры, регулирующая деятельность человека, связанную с формированием, развитием и использованием телесно-двигательных способностей человека в соответствии с принятыми в культуре нормами, ценностями и образами.

Понятие «физическая культура» подразумевает возможность разнохарактерных его трактовок:

– как реальность, которая включает всю материальную среду, преобразованную и сформированную человеком в соответствии со своими потребностями, возможностями, ценностями. Сюда же включается сам человек как элемент в единой системе связей материального мира;

– как система ценностей, деятельности и их результатов, связанных с различными видами физической активности человека (в том числе, и с физическим трудом, оздоровлением);

– как комплекс различных видов человеческой моторики, вросенной в другие виды социальной деятельности, в процесс социализации индивида, его обучение, овладение различными навыками и умениями;

– как набор упражнений, средств воздействия на телесную природу человека, как инструмент ее модификаций;

– как спортивная деятельность, связанная с состязательностью, соревновательностью и выявлением максимальных возможностей человека.

Объектом физической культуры является тело человека, моторика, развитие и совершенствование физических качеств, навыков, умений человека, степень осознанности воздействия на телесную природу человека, изучение характера такого воздействия.

Тело человек, его физическая красота рассматривается в их ценностном осознании: в осознании их места и значимости в структуре личности и в социальном пространстве, как утверждение принципа сопряженности телесного и духовного в человеке. Все это образует смысловой контекст формирования аксиологии человеческого тела как одного из базовых оснований культуры телесности. Выделяют три уровня бытия человеческого тела: «природное тело», «социальное тело», «культурное тело». «Природное тело» – биологическое тело индивида, подчиняющееся законам функционирования живого организма. «Социальное тело» – результат взаимодействия природного тела с социальной средой. «Культурное тело» – продукт культуросообразного формирования и использования телесного начала человека [1, 176].

Представленный самому себе ребенок никогда не станет на ноги и не пойдет. Даже этому его придется учить. От рождения движения не являются свойствами человеческой личности, человеческой жизнедеятельности. Они могут сделаться таковыми только в процессе их человеческого, социально-исторического развития.

По мере того как органы тела индивида превращаются в органы человеческой жизнедеятельности, возникает и личность как «индивидуальная совокупность человечески-функциональных органов». В этом смысле возникновение личности представляет собой процесс преобразования биологически заданного материала силами социальной действительности, существующей во вне и совершенно независимо от этого материала [2, 74].

Таким образом, человек как биосоциальное существо – единственное живое создание, познающее и преобразующее не только окружающую среду, но и себя.

Условием нормального развития организма является двигательная активность. Именно двигательная активность как основа жизнеобеспечения детского организма оказывает воздействие на рост и развитие нервно-психического состояния, функциональные возможности и работоспособность ребенка.

Физическая культура содержит неограниченные возможности для всестороннего развития ребенка. Она помогает ему раскрыть свои двигательные способности, мобилизовать психические и физические силы. Именно благодаря физическим упражнениям, воздействующим на развитие мозга, эндокринной, дыхательной систем, значительно оздоравливается организм ребенка, формируются психофизические качества, культура чувств, нравственные и интеллектуальные особенности личности, культура жеста.

Физическая культура приводит к телесной гармонии, воспитывает эстетическое чувство от ощущения телесного здоровья, без которого немыслим творческий процесс оздоровления организма. Физическая культура как творческая деятельность, не ограничиваясь самовыражением в сфере активной двигательной деятельности, в

конечном счете, содействует развитию мышления, воображения, желания придумать новое, а затем практически реализовать свой замысел.

Сложившаяся система школьного образования традиционно ориентирована на интеллектуальное развитие личности, основу которого составляют разрушающие здоровье авторитарные механизмы обучения и воспитания учащихся, что привело к противоречию между потребностью общества и в воспитании здорового поколения и неспособностью массовой школы к ее реализации. Многие школьники не имеют сформировавшихся навыков в здоровом образе жизни. Устойчивой остается тенденция к увеличению количества детей и подростков, предпочитающих образ жизни, разрушительно действующий на их здоровье. В этих условиях возрастает социальная тенденция и педагогическая значимость сохранения здоровья ребенка в процессе образовательной деятельности, определяющего в дальнейшем полноту реализации его жизненных целей и смыслов.

Таким образом, здоровье человека – проблема, далеко не вышедшая за пределы медицинской науки и всецело зависит от образа жизни человека, его поведения. С философско-социальных позиций здоровый образ жизни рассматривается как совокупность типичных видов жизнедеятельности человека, как гармония души и тела, как внутренняя активность человека с целью совершенствования духа.

Стремление человека понять свою сущность и смысл своего бытия имеет многовековую историю. Еще мыслители Древней Греции пытались найти определение, что есть человек. Однако на многие вопросы, касающиеся природы человека, ответы не найдены до сих пор.

Забота о здоровье ребенка должна быть направлена на полное раскрытие индивидуальных физических и духовных сил, гармоничного развития и познания радости творчества. Научно-обоснованное и правильно организованное физическое воспитание должно благотворно влиять на молодой организм: способствовать гармоническому физическому и психическому развитию, расширять двигательные возможности, повышать защитно-приспособительные реакции и усиливать устойчивость организма к неблагоприятным воздействиям внешних факторов.

### Литература

1. Бердяев, Н.А. Самопознание (опыт философской автобиографии) / Н.А. Бердяев. – М.: Изд-во «Книга», 1991. – 398 с.
2. Татарникова, Л.Г., Захаревич, Н.Б., Калипина, Т.О. Валеология – основа безопасности жизни ребенка / Л.Г. Татарникова, Н.Б. Захаревич, Т.О. Калипина. – 2-с изд. – СПб.: Петроградский и Ко, 1995. – 240 с.
3. Философия. Учебник для вузов. / Под редакцией В.Н. Лавриченко, В.И. Рагникова / – М.: Культура и спорт ЮНИТИ, 1998. – 584 с.

## СОДЕРЖАНИЕ

<i>И.В. Вологодина</i> Вступительное слово.....	6
<i>Абрамова М.С.</i> Изучение методов педагогической диагностики в свете федерального государственного образовательного стандарта второго поколения.....	7
<i>Абрамова М.С.</i> Причины и динамика развития внутриличностных конфликтов.....	8
<i>Алексейкови С.В.</i> К вопросу использования комментированного рисования для развития монологической речи у дошкольников с ОНР.....	11
<i>Анашкина Н.В.</i> Психолого-педагогические аспекты формирования представлений о мужских качествах у мальчиков старшего дошкольного возраста.....	14
<i>Антиповов И.Е., Антилогова О.В.</i> Противоречия организации физического воспитания детей младшего школьного возраста в современных условиях.....	18
<i>Аристова В.Н.</i> Обучение коммуникативному поведению на занятиях по французскому языку на неязыковых факультетах вузов.....	22
<i>Артеева А.В.</i> Механизмы власти в формировании общественного мнения.....	27
<i>Атотиева Л. Н., Сергеева О. С.</i> Компьютерная грамотность младших школьников с нарушением интеллекта.....	31
<i>Безлепкин Д.А.</i> Проблема создания рабочих мест – пути решения. Опыт Москвы.....	36
<i>Бубновский С.М., Пермяков И.А., Монахова О.А., Бобков Г.А.</i> Инновационные подходы в коррекции репродуктивной функции и здоровья женщины.....	39
<i>Бубновский С.М., Бобков Г.А., Бубновская Л.С., Бобков И.Г.</i> Итоги борьбы с ретардацией физического и интеллектуального развития современных школьников.....	45
<i>Буданова Е.И., Еркин Н.В.</i> Социально-психологическая характеристика качества жизни студентов.....	51
<i>Бушугева Ю.А.</i> Особенности нарушения письма у леворуких учащихся младших классов общеобразовательной школы.....	54
<i>Володин А. А.</i> Актуальность развития системы независимой оценки качества образовательных программ, реализуемых с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.....	57
<i>Володин А. А., Сухомлинова А. А.</i> Понятие о технологии подкастинга.....	60

<i>Воробьева Е. В.</i>	
Качество образования в России: проблемы и пути решения.....	64
<i>Врублевский Е. П., Петрукович Н. П.</i>	
Нормирование двигательной активности дошкольников.....	68
<i>Кирьяшина Ю. Н.</i>	
Особенности нарушения чтения у леворуких учащихся младших классов общеобразовательной школы.....	73
<i>Королевич А. Н.</i>	
Духовная и телесная гармония как основа здоровьесберегающей деятельности.....	76
<i>Кориунов В. А.</i>	
Выпускная квалификационная работа будущего менеджера как исследование.....	79
<i>Кориунов В. А.</i>	
Методологическое значение принципа Миллера и графического решения количественных задач.....	87
<i>Кутепова Е. П.</i>	
Коррекционно-развивающие возможности физкультурно-оздоровительной работы в дошкольной образовательной организации.....	94
<i>Латина Е. Н.</i>	
О необходимости изучения представлений о будущем у подростка с тяжелыми нарушениями речи.....	98
<i>Леднев В. В.</i>	
Культурологические (общесоциологические) аспекты развития социокультурного пространства.....	100
<i>Леднев В. В.</i>	
Проблемы и перспективы молодежной культурной политики (из опыта анализа проблемы).....	103
<i>Лимаренко А. А., Колесникова Н. Н., Лимаренко О. В.</i>	
Профилактика деформаций сводов стопы у школьников 11-12 лет средствами физической культуры.....	107
<i>Лукияничкова Н. В., Чудицкий Р. М.</i>	
Структура технологии формирования оценочной компетентности младших подростков.....	114
<i>Матвеева И. Г.</i>	
Проблемы занятости социально-незащищенных слоев населения.....	118
<i>Медведева С. А.</i>	
Нужны ли бакалавру менеджмента знания ценностей межкультурного общения? (по материалам анкетирования).....	122
<i>Моторина Е. П.</i>	
Воспитательное пространство как социально-педагогический феномен.....	126
<i>Олиферко К. В., Петрученко Д. Ю., Яковлев А. Н.</i>	
Влияние занятий спортивными играми на стрессоустойчивость личности.....	132
<i>Петели Г. Р.</i>	
Физическая культура в общественной и профессиональной подготовке студентов.....	136

<i>Подкина Ю.В.</i>	
Функции жаргонной лексики в текстах периодической печати.....	143
<i>Полянская М. В., Титова О.С.</i>	
Сценарий продуктивно-деловой игры «Дошкольная группа комбинированной направленности. Что это такое?».....	146
<i>Фахрутдинова Л.Г.</i>	
Социальная политика в сфере занятости населения. Квотирование рабочих мест.....	153
<i>Филаретова Г.И.</i>	
Использование нетрадиционных техник рисования в коррекции речевых нарушений у дошкольников ОНР.....	157
<i>Харитонова Н.Н.</i>	
Нетипичные формы международного сотрудничества государств.....	160
<i>Щербакова Е.В.</i>	
Концепция комплексного коррекционно-развивающего воздействия для групп детей разноуровневого развития.....	164
<i>Яковлев А.Н., Масловский Е.А., Милун В.С.</i>	
Новая парадигма образования в современных условиях широкомасштабной интеграции.....	168
Сведения об авторах.....	177