

ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У КУРСАНТОВ ВОЕННО-УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ

Н.О. Вакулич, 1 курс

Командно-инженерный институт МЧС Республики Беларусь

Научный руководитель – В.Л. Лозицкий, к.п.н., доцент

Полесский государственный университет

Проблема воспитания здорового образа жизни у курсантов военно-учебных заведений представляется одной из важных в аспекте подготовки подрастающего поколения к службе в Вооруженных силах, органах и подразделениях МВД и МЧС. В этой связи представляется весьма актуальным определение теоретических и практических положений, позволяющих представить модель воспитания здорового образа жизни применительно к специфике военного образования курсантов, а также и определить психолого-педагогические условия ее эффективной реализации в общеобразовательных военно-учебных заведениях. Для решения данной задачи важно определение сущности, содержания и общей структуры субъективной модели здорового образа жизни курсантов, этапов и педагогических условий ее реализации в военно-учебном заведении.

Вопросы, связанные с проблематикой самовоспитания личности изучались и разрабатывались многими учеными в философии, психологии, педагогике и медицине. Теоретические и практические исследования А.Я. Арет, А.А. Бодалева, А.Г. Ковалева, Л.А. Рудкевича являются базовыми в развитии теории физического самовоспитания [1-3]. Вопросам профессионального самовоспитания курсантов и студентов посвящены работы А.В. Алексеева, Б.П. Зязина, З.И. Сепчевой, А.С. Удалых [4-7]. При этом, представляется необходимым отметить недостаточную разработанность актуализируемой проблематики совершенствования физического развития и подготовленности будущих офицеров к профессиональной деятельности в условиях формирования у них готовности к физическому самосовершенствованию.

В теории физического воспитания широкое распространение получили идеи, которые направлены на выявление уникальных потенций человека, создания условий их реализации и самореализации. При этом рассматривается возможность физического воспитания через достижение внутренней гармонии человека, формирование и развитие его мотивов деятельности, потребности в собственном физическом совершенствовании, а также через самопознание и самоопределение в будущей профессиональной деятельности. При этом мощным фактором всестороннего развития личности выступает физическое самовоспитание, действенный потенциал которого должен фор-

мироваться и развиваться в образовательном процессе высшей школы, в том числе и в рамках военного образования.

Проблема укрепления здоровья и продолжительности жизни населения является предметом внимания исследователей [2; 4]. Интерес к ней со стороны и общества и государства обусловлен первостепенной важностью перспективного видения процесса развития любой нации. При этом, усредненные показатели состояния здоровья молодежи как перспективного социального слоя, воспринимающего опыт и достижения предыдущих поколений, представляются критическими [4, с. 127]. Это не может не вызывать тревогу, поскольку обозначившиеся тенденции, свидетельствуют о возникновении прямой угрозы будущему белорусской нации, ее социально-экономическому и оборонному потенциалу.

В настоящее время у значительной части абитуриентов высших военных учебных заведений наблюдаются довольно низкие физические данные по сравнению с данными поступавших в военные вузы 10 лет назад [7, с. 14]. Если раньше на вступительных экзаменах необходимо было сдать экзамен по физической подготовке не ниже, чем на «хорошо», то сейчас для поступления, к примеру, в Военную Академию достаточно получить лишь удовлетворительную оценку по данному предмету. Анализ состояния физического воспитания и самовоспитания поступивших курсантов в военный вуз, свидетельствует о следующем ряде негативных тенденций: низкий уровень знаний в области теории и практики физической культуры; отсутствие или непрочность знаний и умений в области физического самовоспитания; отсутствие целенаправленного стремления к работе над собой.

Общеизвестно, что физическая культура и спорт оказывают серьезное позитивное влияние на здоровье и жизнедеятельность человека, на его ценностные ориентации. Тем важнее представляется задача приобщения молодежи к ценностям физической культуры, здоровому образу жизни, активной профессиональной деятельности. Для прохождения службы в Вооруженных Силах Республики Беларусь, учебы в высших военных учебных заведениях, необходимы здоровые и физически подготовленные юноши. Характер воинской деятельности, задачи решаемые офицерами в армии, как в боевой обстановке, так и в мирное время, требует от них крепкого здоровья и высокого уровня физической культуры, что обуславливает необходимость системной и регулярной дополнительной физической подготовки для учащихся высших военно-учебных заведений. При этом, методически верным представляется целенаправленное включение курсантов военных вузов в физическое самовоспитание, обеспечение условий взаимосвязи процессов физического воспитания и самовоспитания. Немаловажно и использование разнообразных способов организации словесной и наглядной информации, а также оптимизации условий учебно-познавательной деятельности курсантов, что позволило бы осуществлять их подготовку на продуктивном уровне.

Представляются важными дальнейшие теоретические и экспериментальные исследования мотивации отношения курсантов к здоровью и здоровому образу жизни, а также разработки программ и методик педагогического воздействия с целью обеспечения, сохранения и укрепления здоровья обучаемых. Данные аспекты актуальны в рамках перспективы дальнейших системных и глубоких научных исследований.

Список использованных источников

1. Арет, А.Я. Очерки по теории самовоспитания / А.Я. Арет. – Фрунзе : Киргизский государственный университет, 1961. – 128 с.
2. Бодалев, А.А. Как становятся великими или выдающимися / А.А. Бодалев, Л.А. Рудкевич. – М. : Институт Психотерапии, 2003. – 287 с.
3. Ковалев, А.Г. Курс лекций по социальной психологии / А.Г. Ковалев. – М. : Институт Психотерапии, 2001. – 389 с.
4. Алексеев, А.В. Познай себя, или ключ к резервам психики / А.В. Алексеев. – М. : Изд-во ЛИМО, 2006. – 377 с.
5. Зязин Б.П. Профессиональное самовоспитание / Б.П. Зязин. – Алма-Ата : Мектеп, 1998. – 280 с.
6. Сепчева, З.С. Элементы прикладной методики самопознания / З.С. Сепчева. – Запорожье : Изд-во ЗГУ, 2001. – 128 с.
7. Удадых, А.С. Педагогическая технология формирования навыков здорового образа жизни у курсантов военных учебных заведений / А.С. Удадых. – СПб. : Изд-во СПГУФК, 2009. – 98 с.