

СЕКЦИЯ 3

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ, ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

КОНЦЕПТУАЛЬНЫЙ ПОДХОД ГУМАНИСТИЧЕСКОГО ОТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ К ФИЗИЧЕСКОМУ ЗДОРОВЬЮ

И.В. Ахмаева, А.А. Евменчик
(МГУ им. А.А.Кулешова)

Развитие теории, методов и практики оценки физического состояния организма занимающихся посредством самоконтроля в условиях современного общества представляет собой важное условие профилактики здоровья студентов, относящихся к специальному учебному отделению (СУО), а также оптимизации и эффективности процесса физического воспитания. Решения проблемы повышения качества самостоятельного контроля может в ближайшем будущем обеспечить выполнение ряда социальных задач, направленных на снижение заболеваемости, сохранения творческого долголетия человека в условиях нарастающего научно-технического прогресса.

В связи с вышеизложенным положением, возникает вопрос о разработке на научной основе действенных подходов в обучении самоконтролю физического состояния организма занимающихся физическими упражнениями. Анализируя учебный процесс, можно отметить, что у студентов СУО происходит фрагментарное формирование компетентности самоконтроля физического состояния. Данный процесс представляет собой объектно-субъектное информационное воздействие, в котором студент является субъектом учебной деятельности: он принимает организованную извне деятельность, получает материал в готовом предметно-наглядном содержании, а новые обобщенные понятия формируются на ассоциативных отношениях.

Работа по проведению контроля за физическим состоянием организма студентов делегируется преподавателю, как «главному действующему лицу», которое выполняет функции оценки и анализа. Данное

положение негативно сказывается на общих результатах обучения при формировании личностных качеств и жизненной ориентации студентов на здоровый образ жизни. Более того, активность преподавателя при проведении врачебно-педагогического контроля представлена односторонними системными воздействиями. Следовательно, такая организация блокирует процесс развития компетентности самоконтроля студента: субъект потенциально не готов к постановке целей и планированию данной деятельности, к организации и регулированию, анализу и оценке субъективных и объективных показателей самоконтроля при самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Проблемный вопрос в данном моменте обусловлен с одной стороны переоценкой роли преподавания (преподавателя), а с другой – недооценкой осмысленного учения (студента). Такое несоответствие является своего рода педагогическим «атавизмом», поскольку переоценка преподавания имеет специфический (приспособительный) смысл для личности в реальной социальной среде.

Следует также отметить, что в процессе физического воспитания невозможно полноценно реализовать цели теоретического раздела по теме «Самоконтроль студента». Для того, чтобы студенты овладели знаниями, средствами и методами самоконтроля на уровне применения в типовых ситуациях в учебной программе отводится два часа методического занятия, что недостаточно для студентов имеющих отклонения в состоянии здоровья. Однако, расходовать время учебных занятий на теоретико-методическую подготовку по самоконтролю вместо физических упражнений нерационально. Таким образом, необходимость повышения теоретико-методического уровня студентов СУО по самоконтролю и двигательная активность вступают в противоречие.

Данный аспект требует от исследователей углубленного изучения и современных разработок. В связи с этим, мы предприняли попытку концептуально обосновать подход гуманистического отношения студентов к здоровью посредством самоконтроля физического состояния организма. Специфика данного подхода формируется из различных философских позиций, объединенных общей гуманистической идеей: приоритета интересов личности, ее самостоятельности и самостоятельности.

В понимании природы самоконтроля мы исходим из двоякого подхода к определению понятия (личностный и деятельностный), рассматривая самоконтроль как свойство, качество личности, лич-

ностное образование, принимающее непосредственное участие в регуляции деятельности по оздоровлению, и как сознательная регуляция человеком собственных физических состояний посредством действий сопоставления с субъективными нормами здоровья. Основное предназначение самоконтроля в физическом воспитании - следить за реакцией организма на физические нагрузки, поддерживая их на наиболее рациональном уровне. По сути дела, это проявление методически грамотного и научно-обоснованного отношения личности к своему здоровью, являющегося важнейшей и неотъемлемой частью культурного человека.

Концепция гуманистического отношения студентов к здоровью на основе освоения и реализации самоконтроля становится идеологией как привнесения готовых смыслов, понятий и их осознания личностью, так и осмыслением типа учения личности (свободный, самостоятельно иницилируемый, личностно-вовлеченный, влияющий на всю личность, оцениваемый самим студентом, направленный на усвоение элементов личностного опыта). При этом гуманизация педагогического процесса предполагает целеполагающую ориентацию образовательного процесса на сохранение и укрепление здоровья, формирование здорового образа жизни, гармоничное развитие личности средствами физической культуры.