

**А.А. ТАРАСОВ**  
(Волгоград)

## **МЫШЛЕНИЕ КАК ФАКТОР ЗДОРОВЬЯ И ЕГО ОТРАЖЕНИЕ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ СТАНДАРТАХ ТРЕТЬЕГО ПОКОЛЕНИЯ**

*Рассматриваются структура, связывающая индивидуальное мышление в информационно-культурном поле этноса со здоровьем, а также вопросы отражения полученных связей в дисциплинах учебных планов ФГОС третьего поколения на примере Волгоградского государственного социально-педагогического университета.*

**Ключевые слова:** *здоровье, мышление, культура, связи, федеральный государственный образовательный стандарт третьего поколения.*

Вопросами разработки технологий сохранения и повышения показателей здоровья сегодня занимаются представители широкого круга научных дисциплин. Актуальность этой проблемы вызвана наблюдаемым негативным процессом изменения качественных нормативных характеристик здоровья: продолжительности жизни, уровня заболеваемости, рождаемости и т. д. Причины этих процессов изучаются медиками, социологами, экологами, экономистами, психологами, культурологами. На данный момент приоритет получило медицинское знание в области проблемы сохранения и укрепления здоровья, в рамках которого здоровье рассматривается с позиции теории болезни в системе «здоровье – болезнь», что, в свою очередь, оспаривается исследователями из других областей знаний. По-видимому, не должно остаться в стороне и педагогическое сообщество, формирующее здоровый образ жизни на самом важном этапе жизни человека.

На сегодняшний день системы профессионального образования и повышения квалификации работников образования не отвечает требованиям к подготовке учителей, способных эффективно решать задачи сохранения и укрепления здоровья школьников. Наиболее эффективна в этом направлении деятельность педагогов по физическому воспитанию и безопасности жизнедеятельности.

Целью нашего исследования являются поиск и анализ связей состояния здоровья с мышлением в общей структуре культурного поля, а также возможности доступного донесения таковых до студентов, обучающихся по направлению «Педагогическое образование», профиль «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности». Намеченная цель может быть достигнута путем решения двух основных задач:

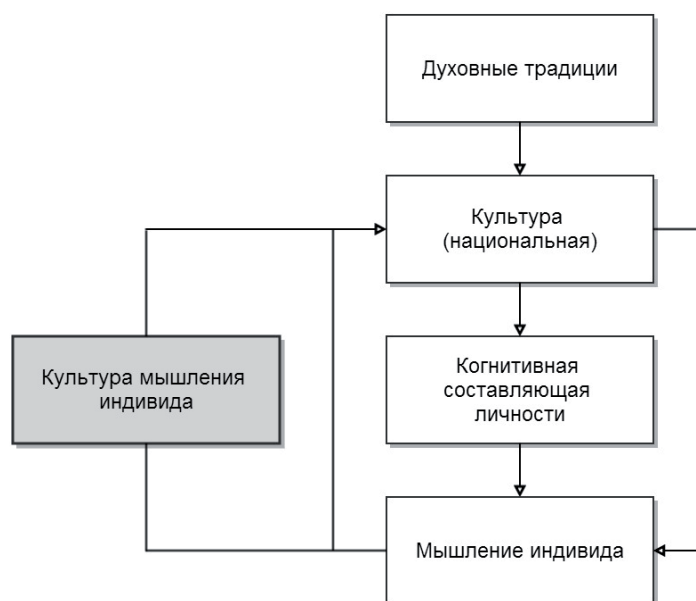
- построения наглядной структуры воздействия на здоровье со стороны фактора мышления в общем культурном поле;
- исследования возможности доведения данной структуры до студентов в рамках Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) третьего поколения.

Важнейшей задачей, возлагаемой на систему образования, является формирование культуры, от уровня которой во многом зависит психическое и физическое здоровье поколений. Определяющая роль в ее решении должна принадлежать школе, в среде которой формируются основные культурные установки. Это, в свою очередь, определяет необходимость поиска новых, и, порою, непростых и спорных путей, а также подходов к организационным и содержательным аспектам процесса обучения. Требования к личности педагога в этих условиях предполагают понимание и осмысление предметно-культурных аспектов, влияющих на усвоение и видение проблем преподаваемой дисциплины, а также ее межпредметных связей. Данные требования формируются в высшей школе на основе компетенций, достижение которых требует обычно усвоения целого ряда дисциплин.

К сожалению, как показывает практика социальных исследований, здоровье не принадлежит в нашей стране к категории высших ценностей. Поэтому задача его формирования во многом связана с изменением культурных стереотипов, формируемых коммерциализованными средствами массовой информации и направленными на ценности, находящиеся вне человека. Эта задача напрямую касается педагога физической культуры и безопасности жизнедеятельности, требует понимания структуры воз-

действия многих факторов на результат своего труда. Данное понимание обеспечивает эффективную, разумную и целенаправленную организацию учебно-воспитательного процесса.

Рассмотрим в доступном для студентов виде структуру воздействия фактора мышления на здоровье личности в общем культурном поле. Неоспоримо то, что историческая и национальная особенность мышления является продуктом современной культуры индивида, также то, что человеческая культура есть продукт мышления социума: т.е. культура и мышление взаимосвязаны. Люди разные, их многообразие определяется различными ценностными и жизненными установками, что может быть учтено в виде когнитивного фактора – соединительного звена между национальной культурой и личностью. Блок, связующий на рисунке культуру с мышлением напрямую может быть охарактеризован, как культура мышления индивида.



**Рис.1.** Основопологающие элементы национальной культуры сформированы духовными традициями народа

Рассмотрим составляющие культуры, напрямую воздействующие на здоровье (рис 2). К ним относятся: культура питания, физическая культура и культура безопасности, интегрирующие понятие «здоровый образ жизни». Необходимо отметить традиционные виды оздоравливающих процедур: бани, обтирания, массаж, купание в водоемах и т.д. Опосредованно на здоровье воздействует культура мышления.

В современных условиях глобализации наряду с традиционными духовными практиками, напрямую воздействующими на здоровье, стали активно внедряться нетрадиционные в форме молитв, дыхательных методик, методов расширения сознания, настроев, медитации, релаксации, аффирмаций, пения и танцев. Многие из них имеют полулегальный характер, реализуются в форме оказания платных услуг, малоизучены по последствиям влияния на здоровье, но, тем не менее – востребованы представителями различных субкультур.

Соединив, рассмотренные на предыдущих рисунках связи, можно получить статическую схему воздействия рассмотренных факторов на здоровье индивида без обсуждения каких-либо качественных параметров (рис.3). В реальности картина должна содержать динамическую составляющую рассматриваемых процессов влияния. Наиболее значимой современной причиной изменения компонентов культуры являются информационные потоки, принявшие в XXI в. ярко выраженный глобальный характер.

Такие информационные потоки могут быть внутренними (СМИ, системы образования, коммуникаций, Интернет и т. д.) и внешними. Они могут воздействовать на культуру как позитивно (+), так и



**Рис.2.** Составляющие культуры, напрямую воздействующие на здоровье

негативно (-). Вопрос качественной оценки обратной связи упирается в критерии, что выходит за рамки рассматриваемой задачи. Тем не менее, практика наглядно показывает, как быстро изменяются, например, традиции питания, что активно воздействует на состояние здоровья населения, исходя, хотя бы, из критерия продолжительности жизни.

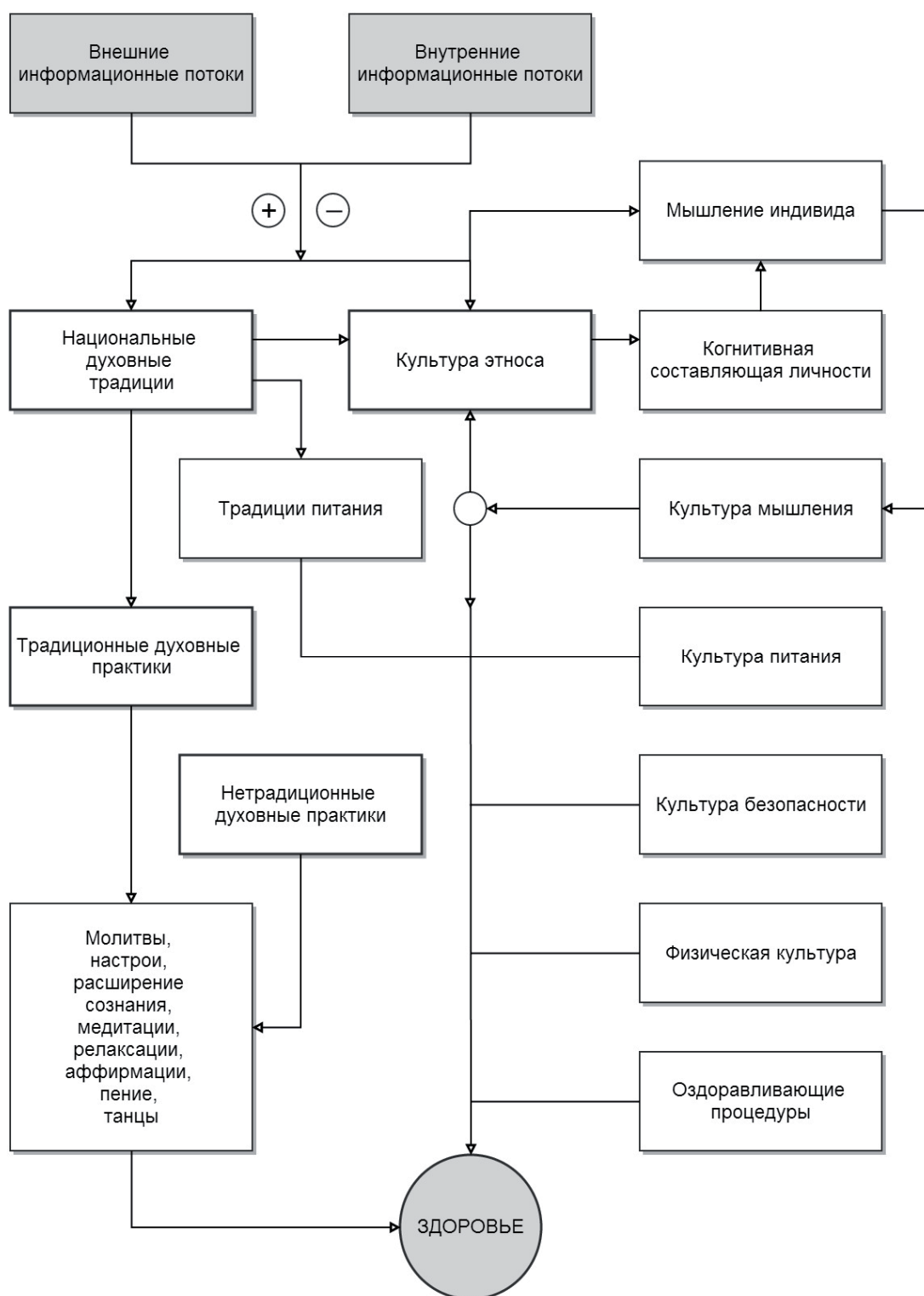
Наименее защищенным и, следовательно, активно откликающимся на изменение информации является мышление индивида, что ставит перед школой сложнейшую задачу сохранения его в традиционном культурном поле мышления. Проблема усугубляется отсутствием в стране серьезной нормативной поддержки информационной безопасности личности.

При знакомстве студентов с обсуждаемой схемой появляется возможность:

- иметь в первом приближении общую картину влияния (прямого или опосредованного) фактора мышления в структуре связей воздействия на объект исследования;
- обсудить действия, способствующие управлению процессом сохранения и укрепления здоровья;
- определить место и роль педагога по физическому воспитанию и безопасности жизнедеятельности в процессе формирования здорового образа жизни подрастающего поколения;
- повысить за счет перечисленного выше уровень компетентности будущего педагога.

Переход высшей школы к реализации двухуровневых образовательных программ высшего профессионального образования потребовал переосмысления в рамках каждого образовательного учреждения структуры преподаваемых дисциплин и их тематического содержания. Причем, в нашей стране этот процесс пошел по направлению погружения тематических планов ФГОС второго поколения для специалитета в учебные дисциплины бакалавриата. Нынешние «дисциплины по выбору» представляют собой, в основном, блоки программ для специалитета.

Обратимся к образовательному пространству факультета физической культуры и безопасности жизнедеятельности Волгоградского социально-педагогического университета, в котором должны быть учтены основные положения «Концепция охраны здоровья детей в Российской Федерации».



**Рис.3.** Воздействие различных факторов на здоровье индивида

Данный документ трактует необходимость адаптации современной профессиональной подготовки педагога к изменяющимся социальным условиям, требующим компетентного обеспечения организации учебно-воспитательного процесса с позиции укрепления здоровья обучающихся. Кафедрой «Теории и методики обучения безопасности жизнедеятельности» читается межфакультетский курс «Безопасность жизнедеятельности». В рамках отведенных часов этого курса просто невозможно на приемлемом уровне рассмотреть проблему влияния мышления на здоровье, хотя уровень охвата проблемой был бы наивысшим.

Часть студентов изучает процесс мышления в курсе физиологии, но исключительно как физиологический, где не остается места проблеме здорового (безопасного) мышления. Кафедрой «Морфологии, физиологии человека и медико-педагогических дисциплин» для профиля «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности» читается дисциплина «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни». Вот здесь, казалось бы, и нужно остановиться на вопросе связи мышления и здоровья. Но в курсе запланирована всего одна тема: «Здоровье и образ жизни», на которую отведено по 2 часа на лекционные и практические занятия. Кафедрой общей психологии в учебном процессе рассматриваются научные основы психологических аспектов мышления, на базе которых довольно трудно построить или вывести понятную для студента (понятную до такой степени, чтобы он смог поделиться с потенциальными учениками) логику безопасного для здоровья мышления.

Для направления 050100 «Педагогическое образование», профиль «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности» читается дисциплина «Психологические основы безопасности», в содержании которой в рамках образовательного стандарта также не акцентируется связь «мышление-здоровье», основным направлением ее исследования являются деструктивные тенденции в социальном и личностном поведении и развитии. Там же, согласно образовательному стандарту, изучается курс «Психологии экстремальной ситуации», в рамках которого, казалось бы, возможным ознакомление с вопросами безопасного (в том числе – оздоравливающего) мышления. Но упоминание о таковом в стандарте найти невозможно, что свидетельствует об отсутствии по неясным причинам намерения рассматривать данную проблему даже в спецкурсах.

Из перечисленного следует, что вектор образовательной области БЖ по-прежнему направлен на изучение и противодействие факторам опасности, находящимся вне человека, при этом игнорируется внутренний (наиболее вероятно – духовный) потенциал личности, трудноконтролируемый, недостаточно изученный и требующий огромных воспитательных затрат.

При этом в реальной жизни активно обсуждаются непризнанные методики обучения саногенному или оздоравливающему мышлению Ю.М Орлова; отделы популярной литературы книжных магазинов предложат массу литературы о том, как мыслить, чтобы стать здоровым, богатым и счастливым (например, книги Н.Правдиной, рекламируемой как признанного специалиста по позитивному мышлению); представители духовных практик пригласят вас на сеансы оздоровительного мышления.

Система высшего профессионального образования готовит к жизни людей с учетом, как минимум, перспективы тридцатилетней деятельности. Выпускники университетов, работающие с подрастающим поколением и находящиеся вместе с ним в потоке возрастающего рекламного и иного аддитивного воздействия, с наших позиций, имеют право на получение, хотя бы, минимального объема объективной информации о полезности предлагаемых методик оздоравливающего мышления (духовных практик согласно рис.3), не вошедших пока в образовательные стандарты педагогических специальностей. Все мы заинтересованы в сохранении здоровья и нелишним было бы использовать при обучении эксклюзивные наработки тех или иных авторов, если они действительно способны позитивно повлиять на здоровье человека. Но кто поможет отличить «контрафакт» от «бренда»?

Квалифицированную помощь в ответе на этот вопрос можно ожидать только от государства, объявившего приоритетной задачей сохранения и улучшения здоровья своих граждан. Пока же существу-

ет ситуация изолированного развития двух направлений в связке: мышление-здоровье: признанного, научно обоснованного, но «не совсем здорового», судя по имеющимся результатам, а также параллельного, непризнанного и нецененного никем качественно. Отношение общественных институтов к последнему явно неоднозначно: православная церковь считает, например, настрои Г.Н. Сытина неприемлемыми, а атеистам остается принимать решение по этому вопросу самостоятельно. В итоге проблемы воздействия «оздоравливающих методик» на духовные основы человека остаются открытыми, поскольку принятие иного подхода к миру через иное мышление непременно должно приводить к корректировке системы ценностей. Констатируя факт наличия противоречий, возникающих при рассмотрении данного вопроса, объективности ради необходимо отметить, что мировая статистика давно фиксирует различие в продолжительности жизни атеистов и верующих. Последние живут примерно на 20% дольше.

Основные опасности для здоровья индивидуума таятся в неправильном выходе из стрессовых ситуаций. Возникновение их в свою очередь определяется несоответствием картины мира внутри нас миру реальному. И воспитание здоровой личности, в первую очередь, должно быть направлено на создание внутри субъекта правильного видения мира и принятия его законов. Следует согласиться, что здоровье, как и мышление, является производной духовной культуры человека.

Если мы хотим улучшить здоровье подрастающего поколения, включив ресурс мышления, независимо от обстоятельств, начинать нужно с переориентации общественных устоев, направленных на формирование материальных ценностей, как главенствующих в мире и деформирующих внутреннюю духовную сущность человека, а вместе с ней и ее производную – мышление. Итоговый тезис о том, что на здоровье человека помимо генетической составляющей, внешних условий природной и социальной среды оказывает влияние качество мышления, способное внести существенный вклад в решение проблемы сохранения и улучшения здоровья, не встретит в наше время оппонентов. Вопросы обучения такому мышлению на сегодняшний день остаются открытыми, и решать их со временем все равно придется на государственном уровне системе высшего профессионального образования, в авангарде которого обязательно окажутся педагогические вузы страны.

### Литература

1. Казин Э.М. Основы индивидуального здоровья человека: введение в общую и прикладную валеологию : учебное пособие для студентов вузов. М. : Изд-во Владос, 2000.
2. Платонова И.Л. Особенности мышления, ориентированного на здоровье как профессионально значимого качества будущего учителя // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения: сб. матер. IV всерос. науч.-практ. конф. / под ред. С.С. Чернова. Новосибирск : ЦРНС – Изд-во СИБПРИНТ, 2009. Ч. 2. С.182–185.



### ***Thinking as the factor of health and its reflection in educational standards of the third generation***

*There is regarded the structure that connects individual thinking in the informational and cultural field of ethnos with health, as well as the issues of reflection of the received ties in the disciplines of educational plans based on the Federal educational standards by the example of the Volgograd State Socio-Pedagogical University.*

Key words: *health, thinking, ties, Federal state educational standards of the third generation.*