

УДК 378(07) : 504 : 613.9

КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ОСНОВЫ ИННОВАЦИОННОГО КУРСА «ОБРАЗ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЕ» В УСЛОВИЯХ ГУМАНИТАРИЗАЦИИ ОБРАЗОВАНИЯ

М.Л. Звездина

Тверской государственной университет

Рассматривается новое гуманитарное направление экологического образования, в котором важным фактором здоровья признан образ жизни индивида и общества. Освещается концепция инновационного междисциплинарного курса «Образ жизни и здоровье» для общеобразовательных учреждений Тверской области. Он направлен на развитие гуманитарной культуры ученика и формирование у школьников готовности и способности вести здоровый образ жизни.

***Ключевые слова:** гуманитаризация экологического образования, гуманитарная культура ученика, концепция курса, гуманитаризация содержания, междисциплинарное содержание курса, модульная структура курса.*

В условиях модернизации российского общества, когда осуществляется переход от индустриальной к постиндустриальной стадии его развития, наблюдается заметное обострение социально-экономических проблем жизни общества и, как следствие ухудшение здоровья как детского, так и взрослого населения. Между тем установлена взаимосвязь между потенциалом здоровья населения и экономическим ростом и социальным развитием страны, социальная ценность здоровья. В Концепции национальной безопасности РФ здоровье населения определяется основой национальной безопасности страны, а в концепции устойчивого развития общества – условием перехода регионов к устойчивому развитию. Показатель «здоровье населения» относится к одному из важных индикаторов устойчивого развития общества или государства [5, с. 72].

В этих условиях возрастает роль образования в сохранении здоровья подрастающего поколения – будущего потенциала нации. Именно школа является наиболее устойчивым социальным институтом страны, проводником государственной политики в сфере здоровья, мощным средством здоровьесберегающего и здоровьесформирующего образования. Учёными установлено, что достижение гуманной по своей сути цели данных направлений образования возможно в условиях гуманитаризации всей системы образования, реализации гуманитарного подхода.

Особое место в этом процессе занимает экологическое образование, призванное сформировать у школьников ответственное отношение к окружающей среде и здоровью, экологически безопасное поведение и здоровый образ жизни. Важным направлением обновления содержания экологического образования признаётся его гуманитаризация, которая, по мнению Н.М. Мамедова, связана с изменением предметного поля экологии, включением в содержание экологического образования экологии человека.

В современной науке среди факторов здоровья и факторов риска для здоровья индивида и общества в целом стали выделять факторы образа жизни. По мнению Б.Б. Прохорова, «образ жизни – социально-философская категория, играющая важную роль в исследованиях по экологии человека и представляющая собой формы человеческой индивидуальной и групповой жизнедеятельности, типичные для исторически конкретных социальных отношений» [4, с. 162].

Для создания системы профилактики заболеваний и формирования здорового образа жизни в отечественной науке уточнена сущность категории «образ жизни», разработана концептуальная структура данного феномена жизнедеятельности человека (И.С. Арефьева, С.А. Айвазян, И.В. Бестужев-Лада, А.А. Возмитель, Г.И. Осадчая, Ю.П. Лисицын, В.И. Добреньков, А.И. Кравченко и др.). Новое направление экологии человека послужило основой для концептуальной разработки инновационного курса.

Система «образ жизни и здоровье» стала ключевой в обосновании и практической реализации концепции междисциплинарного курса для общеобразовательных школ Тверской области «Образ жизни и здоровье», который построен в русле идей модернизации образования и концепции стандартов нового поколения [3]. Имеющийся в науке и практике опыт по формированию основ здорового образа жизни через содержание общего среднего образования сложился в рамках знаниевой парадигмы образования и без учета личностно - ориентированного и деятельностного подходов. Кроме того, формирование у школьников знаний и умений здорового образа жизни происходит через содержание общеобразовательных и специальных программ в рамках медицинской и адаптационной концепции здоровья человека. При этом не раскрываются социальный, личностный, духовный аспекты здоровья человека, а также макро-, микросоциальные и внутри-личностные механизмы его формирования. Это отражается в содержании программ: здоровый образ жизни человека не включает такие важные составляющие как культура межличностных отношений, соблюдение нравственно-этических принципов, творческая и социальная активность человека. В связи с отсутствием в содержании образования междисциплинарного подхода к изучению образа жизни и здоровья

человека отсутствует целостность и системность в представлениях учащихся о важных качественных характеристиках жизнедеятельности человека. В программах отсутствует и ценностный подход к изучению важных феноменов – образа жизни и здоровья человека. Все это сказывается и на общей гуманитарной культуре учащихся. Перечисленные проблемы не решаются в полной мере и в стандарте нового поколения. Основную функцию в формировании у школьников культуры здоровья, установки на здоровый образ жизни по-прежнему выполняют физическая культура, ОБЖ и биология. Недооценивается роль общественно-гуманитарных дисциплин в решении проблемы здоровья школьников.

Методологической основой построения концепции нового курса служат культурологический, аксиологический, личностно-ориентированный, деятельностный и интегративный подходы. Обоснованию педагогических условий реализации данных подходов в педагогическом процессе формирования культуры здоровья и здорового образа жизни посвящены ряд педагогических исследований, однако комплексное их использование не раскрыто. Кроме того, впервые произведено конструирование на основе принципа междисциплинарной интеграции нового содержания образования, раскрывающего философско-социологический, медико-биологический и социально-психологические аспекты изучения образа жизни и здорового образа жизни индивида и общества. Раскрыт механизм реализации аксиологического подхода в формировании готовности школьника подросткового возраста вести здоровый образ жизни через содержание естественно-научного и общественно-гуманитарного образования во взаимосвязи с внеурочной деятельностью.

В разработанной нами концепции и программе курса «Образ жизни и здоровье» отражено современное понимание проблематики здоровья и факторов здоровья, здорового образа жизни человека, сформировавшегося в результате многовекового накопления научных и практических знаний человечества, обозначенных в исследовании О.С. Васильевой и Ф.Р. Филатова

[2, с. 15–17] и уточнённых и дополненных нами:

- междисциплинарный статус проблемы здоровья человека;
- целостность здоровья как характеристика человеческого бытия;
- признание глобальности проблемы;
- фокусировка на социокультурном аспекте проблемы;
- в условиях перехода к гуманитарной парадигме образования гуманизации образования изменение акцента при формировании и развитии здоровья с адаптационной модели на антропоцентрическую гуманистическую модель;

- изменение стратегии формирования здоровья – от общественной здравоохранительной к индивидуальной здравосозидательной;
- признание при выборе управляемой модели здоровья человека нового подхода – через изменение образа жизни человека, главного фактора (Всемирная организация здравоохранения) и резерва здоровья человека, и формирования так называемого «самосохранительного» поведения.

Место программы «Образ жизни и здоровье» в структуре общего среднего образования определяется теми функциями, которые вытекают из ее природы или сущности. Новый курс, построенный в русле личностно-ориентированного и деятельностного подходов в образовании и концепции саморазвивающего обучения, **нацелен на развитие личности ученика и развитие готовности и способности подростка вести здоровый образ жизни** и выступает в первую очередь *фактором духовного развития подростка; важнейшим фактором социализации подростка в сфере деятельности, общения и самосознания, условием его самоопределения по отношению к образу жизни и здоровью своему и окружающих; условием творческого саморазвития и самореализации личности ученика* и одновременно *фактором сохранения, укрепления и формирования здоровья – формирования готовности и способности вести здоровый образ жизни.*

Определение целей курса происходило в рамках гуманитарной парадигмы образования, которая представляет собой познание природы, общества, самого человека с антропологической, человековедческой позиции и предполагает развитие личности школьника, имеющей гуманистические ценностные ориентации и высокий уровень духовно-нравственной культуры. При этом **развитие духовности ученика** или становление его духовно-нравственного здоровья рассматривается как «высший уровень развития и саморегуляции зрелой личности, на котором основными мотивационно-смысловыми регуляторами ее жизнедеятельности становятся высшие человеческие ценности» [1, с. 77]. К таким ценностям в программе курса относится в первую очередь **ценность жизни и здоровья человека.**

Мы исходили из того, что формирование гуманитарной культуры ученика (по мнению Н.И. Элиасберга, «культуры человековедения и человекоосозидания») является необходимым условием формирования у него духовно-нравственных основ здорового образа жизни, связанных с освоением и развитием его духовного мира, с постижением смысла человеческого существования, его самоактуализации как высшего уровня духовного развития [6, с. 8].

Развитие гуманитарной культуры ученика – сложного образования личности- рассматривается в программе как необходимое условие

становления у него культуры здоровья и важных компонентов этой культуры – готовности и способности вести здоровый образ жизни и предполагает ее развитие в единстве ее аксиологического, когнитивного и деятельностно-практического компонентов. *Аксиологический компонент*: ориентирует на приоритет общечеловеческих ценностей, отношение к человеку как к высшей земной ценности. Одновременно главными ценностями являются и три основные области человеческой жизнедеятельности: духовная, интеллектуальная и социальная. *Когнитивный компонент* гуманитарной культуры, которую осваивает ученик при овладении здоровым образом жизни, представляет собой совокупность знаний о человеке и способе его существования, о духовном мире человека, о смысле человеческого бытия, о специфических, свойственных человеку формах жизнедеятельности. *Деятельностно-практический* компонент гуманитарной культуры как важная предпосылка и условие формирования здорового образа жизни ученика проявляется в гуманном отношении к людям во всех сферах жизнедеятельности – в личной, общественной, профессиональной (учебной и трудовой), а также в сфере межличностных отношений. Это отношение проявляется в заботе ученика о здоровье ближнего, в ответственности его за самочувствие и благополучие своих сверстников и взрослых.

Формирование гуманитарной культуры ученика осуществляется в программе курса «Образ жизни и здоровье» через *гуманитаризацию его содержания*. Это проявляется как в многоаспектном подходе к изучению самого феномена человека, так и раскрытие в содержании курса системы междисциплинарных научных, практически ориентированных знаний об образе жизни человека и умений ими оперировать в целях самопознания и самосовершенствования.

С точки зрения философской антропологии человек представлен в программе как существо духовное. Именно поэтому обращается особое внимание на изучение духовного аспекта здоровья человека и философским основам здорового образа жизни человека. С точки зрения психологической концепции деятельности человек предстает как деятельное существо, т.е. в единстве сознания и деятельности, поэтому его система поведения и деятельности в сферах общества и в области здоровья рассматривается в связи с его сознанием и мотивами деятельности.

Человек рассматривается в программе и как личность – высшая ступень в его развитии. При этом личность предстает, с одной стороны, как продукт социальных отношений (имеет определенные социальные качества ответственность, нравственность, гражданственность и трудолюбие и умеет выполнять определенные социальные роли), а с другой, точки зрения социальной психологии как особая

психологическая структура, характеризующаяся прежде всего характером общения и культурой межличностных отношений.

Личность человека как высший уровень его социального развития представлена в содержании программы и как самоуправляющаяся система. Человек – сложная самоуправляющаяся и саморегулирующаяся система. Уровень самоуправления – одна из главных характеристик личностного развития. Человек по отношению к своей деятельности и поведению и в сфере образа жизни является как объектом, так и субъектом управления.

Содержание курса выполняет *мировоззренческую функцию*, а именно позволяет систематизировать и упорядочить разрозненные представления подростков о человеке, его образе жизни и здоровье. Образ жизни человека в разных сферах общества, включая профессиональную, общественную и личную сферу (сферу межличностных отношений), является как разрушающим фактором, так и фактором, благоприятным для здоровья. В целом содержание курса обеспечивает формирование в сознании учащихся системных представлений о сущности и ценности здорового образа жизни человека для его благополучия. Это, в свою очередь, является базой для формирования представления подростков о месте и роли образа жизни человека **в гуманитарной научной картине мира.**

Отобранный состав интегративного содержания (естественно-научного – медико - биологического, философско-социологического и психологического), и особенно, его обществоведческий компонент выступает *важнейшим фактором социализации учащихся*, условием их самоопределения по отношению к своему образу жизни и образу жизни окружающих. Он включает важнейшие элементы культуры здоровья: научные знания о нормах и принципах здорового образа жизни человека как биосоциального и духовного существа; существующие в обществе нормы здорового поведения и деятельности человека в разных социальных сферах общества и как представителя определенной исторической эпохи и культуры, а также систему ценностей по отношению к здоровью и опыт решения проблем, связанных с образом жизни и здоровьем. При этом нацеленность курса на обеспечение социализации подростка при формировании основ здорового образа жизни обусловлена как социальным заказом общества на здоровье подрастающего поколения, так и особенностями социального развития личности ученика, его потребностями на этапе активного социального взросления (13–17 лет), собственными жизненными интересами школьников.

Личностно значимое содержание помогает подросткам определить свои жизненные ценности, выбрать стиль поведения и характер межличностных отношений, которые обеспечат его

физическое и психическое здоровье, от которого зависит его благополучие в социуме и в целом жизненный успех. Одновременно содержание курса выступает важным средством интеллектуального, эмоционального, нравственного развития ученика, позволяет ученику реализовать свой творческий потенциал, развить свои способности. Особое место в программе отводится развитию сферы направленности личности подростка и сферы опыта личности.

Содержание курса представлено на четырёх уровнях.

- *На мировоззренческом уровне* – формирование системы представлений подростков о месте образа жизни человека в научной картине мира, о роли образа жизни человека для его благополучия и здоровья.

- *На теоретическом уровне* – раскрытие теоретических аспектов фундаментальных ключевых понятий курса и закономерных связей между образом жизни человека и его многоаспектным по своей природе и целостным здоровьем.

- *На методологическом уровне* – ознакомление со способами познания образа жизни как фактора здоровья человека с целью овладения системным подходом к изучению здоровья человека и факторов его формирующих, и способами совершенствования.

- *На прикладном уровне* – овладение практическими умениями и навыками применения теоретических знаний о нормах и принципах здорового образа жизни человека как биосоциального и духовного существа в жизненных ситуациях.

В содержании программы представлены общекультурные знания об образе жизни и здоровье и специальные научные знания. Общекультурное содержание включает:

- проблемы здоровья и образа жизни человека, СПИДа и наркомании как фундаментальные проблемы, решаемые человечеством;
- основные ценностные установки, смыслы и другие компоненты духовной культуры общества, обуславливающие имеющийся социальный опыт в области здоровья (переосмысление ценностей и приоритетов в жизни, изменение направленности сознания населения на здоровье и здоровый образ жизни);
- альтернативные подходы к изучению образа жизни и здоровья людей в науке;
- общекультурные эталоны здоровья;
- здравоохранительные традиции в культуре общества.

Знания об образе жизни и здоровье человека и общества – ключевые знания программы – образуют *систему знаний разного уровня* обобщения: факты, понятия, категории, суждения и умозаключения, мировоззренческие идеи - и выполняют разные функции. Одни из них

являются базой для формирования ценностно-смысловой части компетенции здорового образа жизни ученика и определяют готовность личности следовать нормам здорового образа жизни. Другие лежат в основе формирования когнитивного компонента готовности личности вести здоровый образ жизни.

Обобщающими идеями курса и программы являются следующие:

- человек как высшая ценность;
- жизнь и здоровье человека – личная и социальная ценность;
- образ жизни главный фактор и резерв здоровья и фактор риска;
- здоровый образ жизни – условие здоровья и благополучия человека в жизни;
- управлять своим образом жизни – значит быть здоровым;
- проблема здоровья человека (наркомания и ВИЧ-инфекция) как медицинская и социальная проблема страны и мира (общества);

Эти идеи пронизывают содержание всей программы и являются основой для ее *структурирования*. Программа по своей структуре представляет систему модулей – отдельных дидактических единиц, выполняющих определенную функцию. Так, в 8-м классе в содержание основной школы предполагается включить следующие модули: «Здоровье и факторы здоровья», «Образ жизни как фактор здоровья», «Образ жизни как фактор риска». В 9-м классе – «Образ жизни и психическое, духовно-нравственное здоровье человека», «Образ жизни индивида, семьи и здоровье». В 10-м классе – «Образ жизни общества и здоровье», «Управлять своим образом жизни – значит быть здоровым». Общий объем времени на изучение программы – 28–35 часов в зависимости от условий, имеющихся в базисном учебном плане школы образовательных программ и их потенциала по основам здорового образа жизни человека и профиля класса.

В основе построения модели обучения здоровому образу жизни или формирования готовности и способности вести здоровый образ жизни в модульной программе «Образ жизни и здоровье», лежат идеи трех моделей обучения здоровому образу жизни. Первая из них – модель защиты от факторов риска; вторая – конструктивно -позитивная модель построения учебно-воспитательного процесса на основе ценностного подхода в формировании важного личностного качества учащихся и модель саморазвивающего обучения личности.

Список литературы

1. Боголюбов Л.Н. Изменение целей обществоведческого образования в условиях модернизации современной школы // Ученик в обновляющейся школе: сб. науч. тр. /под ред. Ю.И. Дика, А.В. Хуторского. М.: ИОСО РАО, 2002. С. 75 – 79.

2. Васильева О.С., Филатов Ф.Р. Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: Изд. центр «Академия», 2001. 352 с.
3. Звездина М.Л., Поташкин С.П., Якименко Н.И. Образ жизни и здоровье: 8–10 кл.: учеб. пособие для общеобразоват. учреждений / под ред. М.Л. Звездиной, Е.М. Муравьева. М., 2003. 208 с.
4. Прохоров Б.Б. Экология человека. Понятийно-терминологический словарь. М.: Изд-во МНЭПУ, 2000. 364 с.
5. Тарасова Н.П. Индикаторы устойчивого развития // Науч. метод. школа «Экология. Черты цивилизации будущего» / сост. и общ. ред. Е.В. Колесова. М.: Изд-во МНЭПУ, 2007. Вып. 5. С. 36–78.
6. Элиасберг Н.И. Гуманизация школьного образования и гуманитарная культура учителя: сб. ст. /сост. Н.И. Элиасберг; под ред. В.Г. Воронцовой. СПб.: СПбГУПМ, 2002. С. 3–15.

A CONCEPTUAL FRAMEWORK FOR AN INNOVATIVE COURSE ON LIFESTYLES AND HEALTH "IN TERMS OF HUMANIZATION OF EDUCATION

M.L. Zvezdina

Tver State University

Describes new humanitarian direction in environmental education, in which health is recognized as an important factor in the life of the individual and society. Describes the concept of an innovative interdisciplinary course on lifestyle and health for general educational institutions of Tver Oblast. It aims to develop student's culture and the formation of relief among pupils willingness and ability to lead a healthy life.

Keywords: *environmental education, humanitarian humanitarization of culture, the concept of the course content, cross-content oriented to the humanities course modularized course.*

Об авторе:

ЗВЕЗДИНА Марина Леопольдовна – кандидат педагогических наук, доцент; преподаватель дополнительной квалификации «Преподаватель» Института непрерывного образования, ведущий инженер Экоцентра Тверского государственного университета (170100, Тверь, ул. Желябова, 33), e-mail: Zvezdina.m_tv@mail.ru