(cc) BY

Лешкевич Сергей Анатольевич
старший преподаватель
Медрин Илья Александрович
старший преподаватель
Багоян Ваагн Гензелович
преподаватель
Липовая Наталия Николаевна
старший преподаватель
ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»
г. Севастополь

ВЗАИМОСВЯЗЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ С НРАВСТВЕННЫМ ЗДОРОВЬЕМ И ДУХОВНОЙ КУЛЬТУРОЙ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ

***Аннотация**: в данной статье рассматривается проблема единства физического воспитания с нравственным здоровьем и духовной культурой. Даже практически здоровые люди обладают различным уровнем здоровья и имеют различную профессиональную пригодность. Исследование показало, что беседы с участием специалистов разного направления повышают уровень нравственного и психического состояния студентов, занимающихся физическим воспитанием.*

***Ключевые слова**: физическое воспитание, здоровье, нравственность, духовная культура, студенты.*

Тяжелые органические заболевания существенно ограничивают социальную активность человека. Даже оптимальное соматическое здоровье неспособно компенсировать душевный или духовный дискомфорт. Homo sapiens только тогда оправдывает свое название, когда сумеет реализовать свои физические возможности, обеспечить душевный покой и развивать духовную культуру, единство, которых и делает человека совершенно здоровым и прекрасным [1, с. 122].

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Это триединство – духа, души и тела – должно быть основополагающим в формировании личности и уж, конечно, – стать постулатом в подготовке врача, педагога, психолога, спортсмена.

А каков он, наш современник, сегодня? Общеизвестно, не силен телесно, так же слаб душевно, а обеспокоенность состоянием духа его все чаще выражают известные деятели науки, культуры и духовенства.

Эпоха, когда население России росло за счет естественного прироста, закончилась. Страна снова вступила в полосу демографической убыли. Этот факт можно трактовать, как следствие духовного растления молодежи, не правильно расставленных приоритетах в жизни, нарушениях в физических возможностях организма [3, с. 12].

Цель работы: взаимосвязь физического воспитания с нравственным здоровьем и духовной культурой и определения влияющих факторов на здоровье студентов.

Обучение в вузе, которое можно рассматривать как вид профессиональной деятельности, приводит к изменению здоровья студентов. По данным обследования 1–3 курсов студентов СевГУ, зафиксировано ухудшение состояния здоровья студентов за время обучения. Если принять уровень здоровья (физического, нравственного и духовного) студентов первого курса за 100%, то на втором курсе оно снизилось в среднем до 90,7%, на третьем курсе – до 82,1%. Заболеваемость студентов за годы обучения устойчиво держится на уровне 20–30%.

Для выявления взаимосвязи физического воспитания с нравственным здоровьем и духовной культурой и определения влияющих факторов на здоровье человека, в группу исследуемых выбрали 80 студентов 1–3 курсов, с ними провели анкетирование.

Согласно результатам большинство студентов 38,6% отдали предпочтение материальным ценностям, как основополагающим для повышения уровня здоровья, – 36,7% высказались за единение физического воспитания с нравственным и духовным развитием, и 24,7% – влияние наследственности, воспитания, режима дня и др. факторов.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Отмеченные обстоятельства побудили нас обратиться к истокам нравственных представлений о разных сторонах бытия в некоторых религиозных системах. Мы не встретили противоречий в христианском и научном подходах, например, к болезням и врачеванию, рациональному питанию и двигательному режиму.

Далее мы организовали учебно-воспитательный процесс в виде лекций, с привлечением лучших в городе специалистов, прямо или косвенно имеющих отношение к культуре здоровья (телесного, душевного и духовного). При этом исходили из трех принципов:

1. «В человеке должно быть прекрасно все: и лицо, и одежда, и душа, и мысли». Ибо человек не может чувствовать себя комфортно при нарушении какого-либо звена. Этот мотив определил выбор приглашенных: косметолог, дизайнер, служитель церкви и психиатр.

2. В профилактике всех заболеваний, передающихся половым путем, центральное место занимает нравственное воспитание, которое стало лейтмотивом выступлений эпидемиолога, венеролога, сексолога.

3. Сильный духом не посягнется на жизнь свою и окружающих, выйдет победителем в, казалось бы, безвыходной ситуации. На этой идеи основывались беседы с участием выдающихся спортсменов и специалистов, многократно встречающихся с чрезвычайной ситуацией в своей практике – пожарные, спасатели.

Целостность человеческой личности проявляется, прежде всего, во взаимосвязи и взаимодействии психических и физических сил организма. Гармония психофизических сил организма повышает резервы здоровья, создает условия для творческого самовыражения в различных областях жизни. Активный и здоровый человек надолго сохраняет молодость, продолжая созидательную деятельность, не позволяя «душе лениться» [2, с. 68].

В процессе многостороннего общения мы обнаружили пороки системы гигиенического, в немалой степени противоречащей как христианским взглядам,

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

так и здравому смыслу; отсутствие готовности у некоторых студентов, в том числе спортсменов, к разговору о христианском долге, грехе, покаянии.

При изучении значения различных факторов, формирующих здоровье, немаловажным является мотивационное направление в формировании культуры здоровья. Физическое воспитание играет определяющую роль в формировании этого направления.

Мотивацию, таким образом, можно определить как совокупность причин психологического характера, объясняющих поведение человека, его начало, направленность и активность.

После проведенных бесед провели повторное анкетирование. Результаты были следующими: 52,3% студента высказались за единение физического воспитания с нравственным и духовным развитием; 31,6% – отдали предпочтение материальным ценностям, как основополагающим для повышения уровня здоровья, 16,1% выбрали другие факторы.

Выводы: Данные нашего эксперимента свидетельствуют о том, что после встречи с интересными специалистами – профессионалами в своей области, выбор материальных ценностей отошел на второй план. Ведь здоровый и духовно развитый человек счастлив – он отлично себя чувствует, получает удовлетворение от своей работы, стремится к самоусовершенствованию, достигая неувядающей молодости духа и внутренней красоты.

Основная причина болезней человека кроется в порочности общества, которое формирует духовно больных людей. Не реальные желания, ложные цели и ценности, завышение самооценки своих способностей, разрушительные эмоции и страсти, неправильный образ жизни – все это и многое другое следствие выше указанного.

Считаем весьма целесообразным продолжать данную тему, ибо если один студент откажется от наркотиков, другая от аборта, а третий задумается над смыслом своей жизни – это будет убедительным аргументом целесообразности эксперимента. А также использовать уникальную возможность индивидуальной работы со студентами – спортсменами в нравственном аспекте.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Список литературы

1. Бароненко В.А. Здоровье и физическая культура студента: учебное пособие / В.А. Бароненко. – М.: Альфа-М, Инфра-М, 2012. – 336 с.

2. Лещинский Л.А. Берегите здоровье. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 128 с.

3. Сиваков Ю.Л. Формирование современной индивидуальной физической культуры человека с учетом всего многообразия факторов, влияющих на его здоровье / Ю.Л. Сиваков. – Минск: Изд-во МИУ, 2006. – 26 с.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)