

*Теоретико-методологические основания
воспитательного процесса в вузе*

педагогического мышления офицера-руководителя, которая проявляется в умении творчески подходить к анализу различных явлений общественной жизни и профессионального труда, выделять в них главное, сравнивать и делать логические выводы, определять тенденции их развития. В единстве с культурой педагогического мышления выступает культура речи офицера.

Она представлена в таких свойствах и качествах, как обширный словарный запас; содержательность мысли и развитость всех видов речи (внешней и внутренней, пропагандистской и речи общения и др.); высокоморальное отношение к слову - верность данному обещанию, ответственность за соблюдение единства слова и дела (в дореволюционной российской армии был даже сформулирован своеобразный профессионально-этический закон: "Слово офицера - закон!"); владение эмоционально-выразительными средствами речи (интонация, темп, выразительность, эмоциональность, тембр, мимика, жестикация и др.).

Таким образом, офицер, стремящийся овладеть профессией учителя и воспитателя, глубоко осознавший ее общественную, профессиональную и личную значимость, отличается педагогическим оптимизмом, целеустремленностью в работе, настойчивостью в достижении поставленных воспитательных целей, высоким чувством ответственности за результаты своего труда и службы.

Список литературы

1. Кремень, М.А. Спасателю о психологии // М.А.Кремень. – Мн., 2003. – 136 с.

УДК 378.17(476.5)

**КУРС «ПЗ И ЗОЖ» КАК СПОСОБ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА
ЖИЗНИ У СТУДЕНТОВ УО «ВГТУ»**

*Коломийцева Ю.А.,
Витебск, УО «ВГТУ»*

На первый взгляд, аббревиатура «ПЗ и ЗОЖ» в расписании занятий студентов механико-технологического факультета может вызвать лёгкое недоумения у студента технологического ВУЗа. «ПЗ и ЗОЖ» расшифровывается как «Психология здоровья и здорового образа жизни». Казалось бы, данная дисциплина уместна для преподавания в медицинском ВУЗе или колледже, или в педагогическом ВУЗе на отделении психологов, или биологов. Но, если разобраться, то формирование здорового образа жизни у студентов технологического университета, и наличие у них знаний по данному курсу не менее важно, чем преподавание данной дисциплины, например, в медицинском ВУЗе. Разберёмся почему.

Основной задачей дисциплины «Психологии здоровья» является создание знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию студентов технологического факультета.

Здоровье является достоянием не только отдельно взятой личности, но и общества в целом. Сохранить и продлить здоровую жизнь возможно только благодаря здоровому образу жизни, который подразумевает рациональные физическую активность и питание, контроль над стрессом, исключение вредных привычек, а также применение оздоровительных методик. «По данным официальной статистики установлено, что на протяжении последних 20 лет сохраняется негативная тенденция ухудшения состояния здоровья обучающихся, снижения доли здоровых во всех возрастно-половых группах. Студенты представляют собой динамичную возрастную группу, находящуюся в процессе биологического,

психологического, социального формирования и адаптации, характеризующуюся чрезвычайной ранимостью и восприимчивостью к неблагоприятным воздействиям и поэтому нуждающуюся в особенно продуманной системе наблюдения и охране здоровья. Духовное и физическое состояние данной группы молодежи определяет здоровье последующих поколений, судьбу будущих преобразований в стране, научно-технического прогресса» [2].

Определение понятия «здоровье» является фундаментальной проблемой современной медико - биологического науки. Поскольку это понятие имеет много аспектов и обусловлено многими факторами, то требует для своего решения комплексного подхода. Все хорошо представляют себе, что «здоровье - хорошо, а болезнь - плохо». Объяснить сущность здоровья сложнее, чем сущность болезни. В преамбуле Устава Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) говорится, что здоровье - это не только отсутствие болезней или физических дефектов, а состояние полного физического, психического и социального благополучия.

Академик Н.М. Амосов говорил о здоровье: «Здоровье необходимо. Это базис счастья...Добыть здоровье проще, чем счастье. Природа милостива: она запрограммировала организм с большим запасом прочности, и нужно много стараний, чтобы этот запас свести к нулю....Если нельзя вырастить ребенка, чтобы он совсем не болел, то, во всяком случае, поддерживать его высокий уровень здоровья вполне возможно», поэтому фундамент благополучия будущих поколений должен основываться на охране здоровья, на формировании и воспитании культуры здоровья. Это может быть достигнуто путем реализации здоровьесберегающих и здоровьеразвивающих образовательных технологий. Очевидно то, что задача ВУЗа по подготовке студентов к самостоятельной жизни предполагает не только охрану здоровья, но и формирование у них культуры здоровья, воспитание потребности вести здоровый образ жизни, обеспечение необходимыми знаниями в области здоровья. Под здоровьеразвивающими образовательными технологиями следует понимать психолого-педагогические технологии, программы, которые направлены на воспитание у обучающихся культуры здоровья, личностных качеств, формирование представлений о здоровье как ценности, а также мотивацию на ведение здорового образа жизни.[1].

Здоровый образ жизни – это индивидуальная система поведения и привычек каждого отдельного человека, обеспечивающая ему необходимый уровень жизнедеятельности и здоровое долголетие. В основе здорового образа жизни лежат как биологические, так и социальные принципы. Образ жизни должен меняться с возрастом, он должен быть обеспечен энергетически, предполагать укрепление здоровья, иметь свой распорядок и ритм. В биологических принципах ЗОЖ необходимо отметить: питание, солнечный свет, тепло, двигательная активность, уединение и даже игры. Человек формируется в социуме и для его образа жизни недостаточно одних биологических принципов. К социальным принципам здорового образа жизни относятся: эстетичность, нравственность, присутствие волевого начала, способность к самоограничению.

Поступление в ВУЗ влечет за собой у большинства студентов изменение жизненных стереотипов, условий и интенсивности образовательного процесса, режима и качества питания, а часто и смену места проживания, следствием чего является необходимость в адекватном приспособлении к новым санитарно-гигиеническим, режимным, психологическим, климатическим и иным непривычным средовым факторам. Одним из наиболее значимых показателей отношения студента к своему здоровью является субъективная оценка им своего физического и психического состояния и социально-бытовых условий.

Основной задачей формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся является формирование представления о позитивных факторах, влияющих на здоровье.

*Теоретико-методологические основания
воспитательного процесса в вузе*

Так в чём же состоит значимость модульного курса «Психология здоровья и здорового образа жизни» для студентов механико-технологического факультета? Можно ли быть достаточно уверенным в том, что данный курс органично вплетается в систему образовательного процесса университета? Попытаемся ответить на данный вопрос. Целью дисциплины «Психология здоровья и здорового образа жизни» является:

- научить студентов технологического университета к осознанию выбора поступков, поведения, которое позволяет сохранять и укреплять здоровье;
- научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
- сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить студента составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
- дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью студентов (снижение двигательной активности, инфекционные заболевания, переутомления и т. п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;
- дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
- сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;

В сложившейся у студентов к моменту поступления в технологический университет системе ценностей обнаруживается «разрыв» между привлекательностью и доступностью ценностей, порождающий «внутренний конфликт» или «внутренний вакуум». Это происходит в жизненно важных сферах их жизнедеятельности. Главное заключается в том, что далеко не все студенты ориентированы на использование образующих содержания здорового образа жизни.

Необходимо исходить из тех предпосылок, что формирование ЗОЖ студентов становится возможным тогда, когда:

- создана рефлексивно-деятельностная модель, в которой сообщение студентам информации о здоровом образе жизни, здоровье и т.д. сочетается с формированием у них способности к выбору действий, поступков и ценностей, способности принимать и выполнять решения, способности оценивать результаты действий, поступков по критерию здорового образа жизни и его системообразующего компонента — ценности «здоровье»;
- определено содержание процесса формирования ЗОЖ студентов, базирующееся на междисциплинарной интеграции различного типа научного знания о составляющих содержания здорового образа жизни;
- наделение студентами получаемой в различных организационных формах обучения и воспитания информации о ЗОЖ смыслом, происходящее в условиях специально создаваемых или спонтанно возникающих ситуаций выбора поступков и ценностей, становится основой для становления личностного, заинтересованного отношения к здоровому образу жизни;
- личностное отношение к здоровому образу жизни выражается в мотивации поступков и действий, которая способна как вызывать побуждения, так и формировать их на основе осознаваемых ценностных аспектов здорового образа жизни;

Таким образом, можно утверждать, что дисциплина «Психология здоровья и здорового образа жизни» является неотъемлемой частью образовательного процесса УО «ВГТУ» и её основополагающие приоритеты включают в себя оздоровления студенческой

молодёжи как практически достижимой норма развития социума. Психология здоровья делает ставку на оздоровление студентов не только с помощью как совокупности лечебно-профилактических мер, а как форму развития психофизиологических возможностей обучающихся, а также включает в себя дифференцированный подход – основное средство оздоровительно-развивающей работы со студентами технологического ВУЗа.

Список литературы

1. Ананьев В. А. Основы психологии здоровья. Кн. 1. Концептуальные основы психологии здоровья. СПб.: Речь, 2006. – 384с.
2. Критерии здорового образа жизни студентов / [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://rsmu.ru/8938.html>. - Дата досупа: 09.04.2014.
3. Сорокина В.М., Сорокин Д.Ю./ Формирование отношения к здоровому образу жизни как профессиональной ценности у студентов ВУЗов// Современные проблемы науки и образования. – 2009. – № 6 – С. 52-56.

УДК 947 (476.5)

ЛИТЕРАТУРНО-ПУБЛИЦИСТИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ВИТЕБСКЕ ВО ВТОРОЙ ПОЛОВИНЕ XIX – НАЧАЛЕ XX вв.

*Косарева С.Г.,
Витебск, УО «ВГАВМ»*

Одним из признаков интенсивной культурной жизни является обусловленная положительной образовательной ситуацией возрастающая потребность населения в чтении и, как следствие, в духовном совершенствовании. Это неизбежно влечет за собой развитие литературного творчества и связанного с ним издательского дела.

Литературно-публицистическая деятельность в Витебске второй половины XIX - начала XX вв. в основном связана с именами И.Д.Горбачевского, А.М.Сементовского, Н.Я.Никифоровского, Е.Р.Романова, А.П.Сапунова, В.К.Стукалича и А.Р.Пщелки, работы которых посвящены фольклору, этнографии и истории Витебского края.

К примеру, большим успехом пользовались опубликованные в «Витебских губернских ведомостях» труды И.Д.Горбачевского «Вниз по Двине», «Лепельский уезд Витебской губернии» и др. В списке работ А.М.Сементовского, опубликованном в 1881 г., из 147 названий более 110 посвящены Беларуси и, главным образом, Витебщине. Из этнографических исследований Н.Я.Никифоровского наиболее известны «Очерки Витебской Белоруссии», «Очерки простонародного житья в Витебской Белоруссии» и «Простонародные приметы и поверья». В Витебске были изданы три книги из десяти «Белорусского сборника» Е.Р.Романова. Одной из крупных работ автора витебского периода также являлись «Материалы по исторической топографии Витебской губернии. Уезд Велижский». Исторические работы, а также исследования по вопросам культуры, библиографии и права принадлежали перу В.К.Стукалича. В «Витебских губернских ведомостях» также печатались работы А.Р.Пщелки «Очерки из жизни белорусской деревни», «Филиппова свадьба: белорусский очерк», «Белорусские рассказы», «Очерки и рассказы из белорусской жизни» и др.

Особое место среди витебских авторов занимал А.П.Сапунов. Он известен как историк, археолог и краевед Витебска и Витебской губернии, исследованию которых он посвятил практически всю свою творческую жизнь. При его жизни были изданы 72 научные работы по истории, литературе, этнографии, археологии, архитектуре и фольклору Придвинского региона. Самой крупной работой являлся сборник документов «Витебская старина».