

## ОБЩАЯ ПЕДАГОГИКА

*Беляков Алексей Владимирович*

преподаватель

ФКОУ ВПО «Владимирский юридический институт

Федеральной службы исполнения наказаний»

г. Владимир, Владимирская область

### **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА – ВАЖНЕЙШЕЕ СРЕДСТВО СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ ФСИН РОССИИ**

*Аннотация:* в статье рассматривается проблема значимости физической культуры в образовательном процессе учреждений высшего профессионального образования уголовно-исполнительной системы. В исследовании выявляются специфические условия образовательной среды, характерные для ведомственных вузов ФСИН России, исследуются закономерности, позволяющие повысить уровень физической культуры курсантов.

*Ключевые слова:* курсанты, Федеральная служба исполнения наказаний, физическая культура, здоровье, образовательный процесс, потребность, мотив.

Здоровье человека является стратегически важным ресурсом любого общества и государства, позволяющим укрепить жизнеспособность и активность страны, устойчивость к неблагоприятным факторам как внешним, так и внутренним. В формировании здоровья важнейшую роль играют учреждения образования. Главными стратегическими целями современного российского образования в настоящее время являются: создание основы для устойчивого социально-экономического и духовного развития России; обеспечение высокого качества жизни народа и национальной безопасности; сохранение и укрепление здоровья населения; увеличение продолжительности активной жизни.

Вместе с тем результаты последних исследований свидетельствуют о том, что тенденция ухудшения здоровья сохраняется и приобретает устойчивый характер. В данной связи весьма показательны и символичны тезисы главного педиатра Минздрава России, директора Научного центра здоровья детей, академика Российской академии наук А.А. Баранова, предельно ясно описывающего современное состояние здоровья российских подростков. Так, по мнению специалиста, за последние годы на 43,1% (8,1 млн человек) снизилась численность детей подросткового возраста 10-17 лет, а подросткового возраста до 18 лет – ещё значительнее: на 3,8 млн, или на 53,5%. Несмотря на предпринимаемые усилия, наблюдается рост заболеваемости подростков, особенно в старшей возрастной группе. За 10 лет она увеличилась на 30%. В структуре преобладают болезни органов дыхания, костно-мышечной системы и соединительной ткани, органов пищеварения, зрения. На ухудшение здоровья старшеклассников указывает и такой показатель, как уровень их годности к военной службе. Так, в 2013 г. при первоначальной постановке на воинский учёт заболевания выявлены у 59% освидетельствованных. Около 30% юношей признаны негодными к военной службе. На дополнительное обследование направлено более 108 тыс. человек (17,1% от общего числа освидетельствованных). Как острую медико-социальную проблему следует рассматривать неуклонный рост пограничной психической патологии, аддиктивных нарушений, девиантных форм поведения. Клинически очерченные формы пограничных психических нарушений диагностируются примерно у 10% старшеклассников образовательных учреждений. У 60% старшеклассников определяются так называемые предболезненные психические расстройства. Зафиксирован резкий рост частоты неврозов [1].

Следует отметить, что курсанты ведомственных образовательных учреждений ФСИН России относятся к категории лиц, чья деятельность связана с факторами повышенного риска. Это объясняется наличием таких специфических условий образовательного процесса, как: частое несение службы в суточном режиме, участие в проведении строевых и торжественных мероприятий, ежедневное

наведение порядка в жилых помещениях и на закреплённой территории, проживание вдали от дома, бытовые трудности проживания в общежитии, подготовка к учебным занятиям, участие в научно-исследовательской деятельности. Изложенное может привести к хроническим нарушениям режима труда, отдыха, сна и питания.

Отношение курсантов к физической культуре, как средству сохранения и укрепления здоровья, во многом зависит от того, насколько они включены в учебный процесс, от их отношения к занятиям физической культурой. Проявление ими суждений, чувств, намерений и действий по отношению к этой форме учебной деятельности оказывает существенное воздействие на психическое развитие личности.

Проблеме двигательной деятельности человека уделяли внимание Б.Г. Ананьев, Н.А. Бернштейн, М.Я. Виленский, П.Ф. Лесгафт, Л.И. Лубышева, Ю.Б. Никифоров, И.П. Павлов, И.М. Сеченов, Р.Н. Сингер, Ю.А. Янсон и др. Они же утверждали, что физическое и психическое в человеке выступают в единстве и во взаимосвязи, поэтому соответствующая организация двигательной деятельности может стать фактором формирования личности в целом.

Как отмечал А.Н. Леонтьев, «психика не просто «проявляется» в движении. В известном смысле движение формирует психику. Ведь именно движение осуществляет ту практическую связь человека с окружающим предметным миром, которая лежит в основе развития психических процессов. Движение, соединяя человека с предметным миром, обогащает чувствительное отражение его человеком. Движение повинуетя при этом управляющим им ощущениям, зависит от них. Но для этого сами ощущения должны повиноваться предмету, проверяться предметом, а это происходит в практическом сближении с ним посредством движения» [3, с.225].

Систематическое выполнение физических упражнений, являющихся по сути произвольными актами, осуществляющимися в результате системной работы различных отделов коры головного мозга, по данным О.С. Васильевой, вызывает у подростков «существенную перестройку межцентральных отношений:

с одной стороны, общее число центров, вовлечённых в синхронную деятельность, снижается и уменьшаются их интрокортикальные связи. С другой стороны, выделяется небольшая группа центров с высокой степенью корреляции биопотенциалов» [2, с. 15].

Реализация двигательной активности курсантов образовательных учреждений ФСИН России решается в основном на занятиях по физической подготовке. Учёт закономерностей и особенностей физического воспитания в этот период позволяет установить отношение индивида к собственному здоровью, осознание личностью целей своего физического совершенствования. О благоприятном периоде становления двигательной деятельности в подростковые годы писали Н.А. Агаджанян, М.М. Безруких, Э.Н. Вайнер, О.С. Васильева, В.М. Зациорский, Е.А. Уваров, В.Г. Чайцев, Ю.А. Янсон и др.

У занимающихся физическими упражнениями активно формируются система биологических, психологических и социальных качеств в их взаимосвязи. На ранних стадиях онтогенеза развитие в большей степени подчинено биологическим закономерностям. Затем ведущее значение приобретают социальные факторы развития.

Естественно, что специалисты, использующие физическую культуру, как фактор оздоровления подрастающего поколения, должны учитывать такую особенность в процессе разработки методических рекомендаций по построению образовательного процесса. Одно из важных условий учебной деятельности – создание у человека осознанных устойчивых мотивов. В физкультурной деятельности, таким образом, принцип сознательности в период активного развития интеллекта приобретает основополагающее значение в формировании мотивации. Посредством деятельности, исходящей из определенных мотивов, преследующей некоторую цель и решающей некую задачу, человек выражает свое отношение к окружающему миру; это отношение (поведение) соотносится как с внутренним, так и с внешним (субъективным и объективным).

Подводя итог вышеизложенному, следует констатировать, что ключевое значение в образовательном процессе ведомственных образовательных учреждений ФСИН России в аспекте рассматриваемой проблематики приобретает формирование у курсантов потребности в систематической активной оздоровительной деятельности, навыков здорового образа жизни. Поскольку потребности и интересы тесно связаны с эмоциями, большое значение имеют комфорт и позитивное настроение, на основе которых формируется положительное отношение к занятиям физическими упражнениями. Систематическое подкрепление какой-либо цели, идеи, предмета положительными эмоциями, снятие оценки и временных ограничений, демократический стиль общения, ситуация выбора, личностная значимость приводит к формированию устойчивой потребности в систематической активной оздоровительной деятельности, что является основой для развития физической культуры.

### *Список литературы*

1. Баранов А.А. Уязвимый возраст. Подросткам остро не хватает внимания со стороны государства // Медицинская газета. – №52. – 18.07.2014.
2. Васильева О.С. Здоровый образ жизни – стереотипные представления и реальная ситуация / О.С. Васильева, Е.В. Журавлева // Школа здоровья. – 1999. – №2. – С. 15–19.
3. Леонтьев А.Н. Избранные психологические произведения: В 2 т. Т. 1 / А.Н. Леонтьев. – М.: Педагогика, 1983. – 243 с.
4. Психолого-педагогические условия развития осознанного отношения старшеклассников к физкультурно-оздоровительной деятельности с учетом гендерных особенностей [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.dslib.net/psixologia-vozrasta/psihologo-pedagogicheskie-uslovija-razvitija-osoznannogo-otnoshenija-starsheklassnikov.html>