

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ КУЛЬТУРЫ»**

На правах рукописи

Афонюшкин Олег Сергеевич

**Педагогические условия воспитания здорового образа жизни молодежи в
учреждениях культуры: личностно-ориентированный подход**

13.00.05 – Теория, методика и организация социально-культурной
деятельности

**Диссертация на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук**

Научный руководитель:
доктор педагогических
наук, профессор
А.Д. Жарков

**Москва
2017**

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. Теоретико-методологические основы воспитания	
здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры	19
1.1 Понятийно-категориальный аппарат исследуемой проблемы»	19
1.2 Теоретический анализ возникновения понятия «здоровый образ жизни молодежи в учреждениях культуры».....	42
1.3 Личностно-ориентированный подход к воспитанию здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры	68
ГЛАВА 2. Педагогические условия воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода	92
2.1 Диагностика процесса воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры	92
2.2 Формирование педагогической модели воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры	116
2.3 Технологии реализации педагогической модели воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры	139
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	171
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	180
ПРИЛОЖЕНИЯ	196

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы исследования. Здоровье молодежи является одним из наиболее социально-значимых общественных показателей уровня развития общества. Особенно актуальны вопросы, связанные с проблемами здорового образа жизни, для России в условиях последствий сложной и неблагоприятной демографической ситуации конца XX – начала XXI веков, приведшей к сокращению численности населения.

Социальные и экономические изменения, которые происходили в Российской Федерации за последнее десятилетие, инициировали настойчивое продвижение новых идей к новой российской государственности, к демократическому обществу. На сегодняшний день существенным образом повысилась степень свободы личности, произошло расширение возможностей проявления конкретной индивидуальной инициативы. В этой связи серьезно изменились цели, содержание и функции общего, дополнительного и профессионального образования. Процесс воспитания происходит с учетом запросов общества, основываясь на тенденциях совершенствования мирового социально-экономического пространства.

Состояние здоровья нации сегодня рассматривается как фактор стабильности государства, свидетельствующий о достижении на базовой основе преемственности культуры, сохранения нравственно-духовных устоев в сознании молодежи, воспитания творческой личности со свободной, активной и ответственной жизненной позицией. Отличительной чертой социальных и экономических преобразований современного общества, которые обусловлены сознанием новых общественных отношений, является развитие демократических и гуманистических процессов.

Социальные и культурные реформы привели к внедрению в практику деятельности учреждений культуры новейших подходов к воспитанию молодежи. Развитие личности, происходящее под их влиянием, включает в себя целенаправленный рост физиологических и психологических

возможностей молодого человека, творчески реализовать которые он может лишь при помощи сохранения и укрепления здоровья.

В результате важной составляющей, находящейся в основе успешного воспитания и формирования социально-значимой активной личности молодого человека, оказывается состояние здоровья. Необходимо признать, что для современного периода развития общества характерно ухудшающееся физическое, психологическое и нравственное здоровье индивидуумов, понижение резервов их повседневной жизнедеятельности. Особое значение это имеет в отношении здоровья молодежи, так как именно в рассматриваемой социальной категории наблюдается увеличение соматической и психической патологии.

Анализ разнообразных научных исследований (труды В.Ф. Базарного, А.А. Дубровского, В.В. Колбанова, В.П. Казначеева, Л.Г. Татарниковой и других) свидетельствует о том, что тенденция ухудшения здоровья молодежи, сложившаяся в предшествующие годы, приняла устойчивый характер. При этом наблюдается динамический процесс усиления данной тенденции в связи с изменением возрастного показателя.

Актуальность темы диссертационного исследования обусловлена развитием концепций личностно-ориентированного воспитания, которое обозначается как приоритетное и непосредственно связанное с изучением аксиологической природы человека (Ш.А. Амонашвили, В.П. Бедерхановой, Е.Б. Бондаревской, Н.Б. Крыловой, И.С. Якиманской и других), современной валеологии (идеи И.И. Брехмана, В.П. Казначеева, В.В. Колбанова, П. Петленко и других), программ развития здоровья молодежи (труды А.Г. Макеевой и других).

Степень научной разработанности проблемы исследования. Проблема сохранения здоровья, оздоровления и развития молодого поколения нашла свое отражение в научных трудах (Е.А. Аркина, М.Н. Алиева, В.К. Велитиченко, С.М. Иванова, С.П. Кожина, К.Н. Способиной, В.Л. Страковской и др.).

Необходимо отметить, что вопросы сохранения здоровья молодежи в современных условиях оказались высвечены фрагментарно. Выявилась необходимость в разработке таких образовательно-оздоровительных проектов, в которых медицинские и педагогические направления работы с молодым поколением изначально будут задействованы в органичном единстве. Эта идея была выдвинута еще Е.А. Аркиным, но на сегодняшний день она не получила необходимой конкретизации, предполагающей не только совместное создание специального программно-методического обеспечения, но и отработку новых моделей для работы в Центрах реабилитации.

Так, Бирюковой Н.Г. и Шумиловой О.П. в работе «Диагностика как основа индивидуального подхода в оздоровлении молодежи» раскрыты методы диагностики представителей молодого поколения в Центре здоровой молодежи, позволяющие учитывать различные стороны в развитии каждого молодого человека, так и подгруппы в целом, а также подобрать комплекс методов и приемов, направленных на укрепление и сохранение здоровья молодежи.

Среди отечественных ученых, которые посвятили исследования изучению проблемных вопросов здорового образа жизни в современном российском обществе, необходимо отметить таких, как А.И. Антонов, С.И. Голод, М.С. Мацковский, А.Г. Харчев и других, дающих в своих работах анализ отдельных форм и методов воспитания здорового образа жизни. Разностороннее изучение вопросов, связанных с ведением здорового образа жизни, его сущностью, структурой, основными функциями, проведено А.И. Антоновым, И.В. Бестужев-Ладой, С.И. Голодом, Ю.А. Гаспаряном, С.Д. Лаптенком и другими.

Иная подгруппа исследований посвящена раскрытию понятия «здоровый образ жизни». Непосредственно сам анализ специфичности развития представлений о здоровом образе жизни в конкретном историческом аспекте представлен в трудах таких античных ученых, как

Гиппократ, Авиценна, Платон, которые сформулировали его основные принципы. Авиценна в своих работах одновременно акцентировал необходимость исследования «режима (образа жизни) здорового человека»; обратил внимание на то, что качество здоровья, трудоспособности человека зависят от образа жизни. Гиппократ описал первую модель ведения здорового образа жизни и ее составляющие, к которым была отнесена строго определенная система мер по сохранению и укреплению здоровья.

В XX веке российские ученые серьезно исследовали разнообразные аспекты здорового образа жизни и факторы, которые влияют на степень понимания человеком необходимости здорового образа жизни. Работы разнообразны по направлению, структуре, содержанию и подходам. В ряде авторских трудов (Д.Д. Венедиктова, В.П. Казначеева, У.А. Кагермазова), здоровье рассматривается как нормальная функциональная способность организма, в других (Т.П. Васильевой, Л.Г. Татарниковой, В.А. Магиной) оно понимается лишь как отсутствие болезни.

Конкретным вопросам укрепления здоровья в жизни молодежи уделено внимание в трудах П.П. Блонского, Л.С. Выготского, К.Д. Ушинского, П.К. Каптеревой, П.Ф. Лесгафта, М.В. Антроповой, Е.Н. Медынского, В.С. Сухомлинского, Г.И. Сердюковского, А.Г. Хрипковой, А.Г. Сухаревой; в работах современных ученых - В.Ф. Базарной, В.Е. Турина, А.А. Дубровского, Е.А. Дегтярева, Л.Г. Татарникова, Ю.Н. Синицина, Ю.К. Чернышенко и других.

С середины 1990-х гг. XX века появилось многочисленное количество научно-методических публикаций, которые касаются здоровьесберегающей организации учебно-воспитательного процесса (идеи И.В. Дубровиной), гигиенического обучения и воспитания молодежи (идеи Е.Л. Вишневецкой, Н.К. Кочетковой, Н.Б. Мирской, В.А. Полесского, Т.Н. Широковой), психокоррекционной работы с детьми (идеи В.Н. Касаткина, А.А. Михеевой, Е.Г. Филяковой), изучения факторов риска для здоровья молодежи при обучении в общеобразовательной школе (идеи Л.З. Каневской, О.А.

Шелониной), школьной валеологии (идеи Г.К. Зайцева, В.В. Колбанова, В.И. Осика, С.В. Попова, В.П. Соломина и других).

За последнее десятилетие проводились исследования по воспитанию ценностно-ориентированного отношения к здоровье-сберегающему процессу физиологического воспитания (идеи В.Н. Беленовой, И.А. Герасимовой, Ю.Е. Клевцовой), обучению здоровому образу жизни молодежи в начальной общеобразовательной школы (идеи Т.П. Васильевой, С.А. Лядовой, Е.В. Ишухиной), развитию ценностно-ориентированного отношения к здоровью (идеи С.Н. Беловой, С.Ю. Лебедченко), культуры здорового образа жизни (идеи В.А. Магиной, Т.И. Прокопенко).

Итак, можно констатировать факт наличия следующих **противоречий** между:

– важностью изучения процесса ведения здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры как основы личностного развития, саморазвития и недостаточной изученностью данной проблемы в специальных педагогических трудах;

– потребностью позитивного отношения к ценностно-смысловому ядру здорового образа жизни молодежи и отсутствием эффективных воспитательных технологий, которые обеспечивают необходимое его воспитание.

Объект исследования – процесс воспитания здорового образа жизни молодежи.

Предмет исследования – педагогические условия воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода.

Цель исследования – разработать, теоретически обосновать и экспериментально проверить педагогические условия воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода.

В основу исследования положена **гипотеза**, которая предполагает, что процесс воспитания здорового образа жизни молодежи будет осуществляться успешнее, если специалисты учреждения культуры и их актив:

— усвоят ключевые понятия «здоровье», «здоровый образ жизни молодежи»;

— выявят специфику процесса воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на современном этапе;

— освоят и реализуют организационно-педагогическую модель воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры.

В соответствии с целью, объектом, предметом исследования автором диссертации были сформулированы следующие **задачи**:

- уточнить сущность ключевых понятий исследования (здоровье, здоровый образ жизни, ценность, ценностное отношение, здоровьесберегающее воспитание);

- раскрыть причины и сущность деструктивного поведения молодежи в отношении своего здоровья;

- разработать теоретическую модель педагогических условий воспитания здорового образа жизни молодежи на основе личностно-ориентированного подхода;

- выявить состояние уровня воспитания в учреждениях культуры конструктивной жизненной стратегии молодежи;

- создать программу элективного курса по воспитанию здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры, используя личностно-ориентированный подход;

- охарактеризовать результаты апробации и внедрения теоретической модели и программы курса по воспитанию здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры.

Методологической основой исследования являлись идеи субъектного подхода к развитию личности (К.А. Абульханова-Славская, А.В. Петровский,

С.А. Рубинштейн и др.), воспитание и сохранение здоровья молодежи, выдвинутые И.М. Сеченовым, А.А. Ухтомским, П.Ф. Лесгафтом, В.М. Бехтеревым, Е.А. Аркиным, А.Н. Леонтьевым, А.В. Запорожцем, Н.А. Бернштейном, А.А. Маркосяном, И.А. Соколянским, А.И. Мещеряковой, М.Ю. Кистяковской и др., идеи педагогики оздоровления Ю.Ф. Змановского, основные положения концепции развивающего физического воспитания В.Т. Кудрявцева; идеи «событийного подхода» при планировании и рассмотрении жизненного пути человека (Е.И. Головака, А.А. Кроник, В.М. Розин); концепции педагогического содействия подростку в его личностном росте (идеи П.С. Лернера, Л.М. Митиной, А.В. Мудрика, Н.Ф. Родичева, С.Н. Чистяковой и др.). Помимо этого, методологической основой исследования выступают теоретические концепции ведущих российских психологов таких, как: В.С. Мухина, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев о закономерностях развития подростковой психики, трактовки школьного периода как особого этапа в становлении личности молодого человека.

Методы исследования: анализ педагогической и психологической научной литературы; моделирование процесса здорового образа жизни молодежи; изучение и обобщение опыта управленческой деятельности педагогического и медицинского персонала Центра здоровой молодежи, тестирование, ранжирование, наблюдение, беседы, тренинги, упражнения, деловые игры, семинары, математическая обработка результатов исследования, опытно-экспериментальная работа.

Теоретическую основу исследования составили: личностно-ориентированная концепция воспитания (идеи Н.А. Алексеева, Е.В. Бондаревской, Н.Б. Крыловой, В.В. Сериковой, И.С. Якиманской); теории гуманизации и индивидуализации обучения и воспитания (идеи Ш.А. Амонашвили, В.П. Бедерхановой, М.Н. Берулавой, Н.Н. Верцинской, В.А. Караковского, И.Б. Котовой, Е.А. Ябурга); концепции здоровьесбережения в системе образования (идеи И.И. Брехмана, Э.Р. и Байера); аксиологический подход к воспитанию и развитию личности (идеи В.С. Ильина, Б.Т. Лихачева,

Л.И. Новиковой); теория жизненной направленности личности (идеи Ф.Е. Василюка, И.Ю. Кулагиной, В.Н. Колюцкого); теория учебно-воспитательной деятельности (труды В.В. Давыдова, И.И. Ильева, А.К. Марковой, Д.Б. Эльконина и других); психологическая теория отношения к самодеятельности (научные разработки Б.Г. Ананьева, Б.Ф. Ломова, В.Я. Мясищева, К.К. Платонова и других); теория ценностей, которая разработана в области философии (идеи В.О. Василенко, О.Г. Дробницкого, М.С. Кагана, В.П. Тугаринова и других); теория мотивационной деятельности в поведении (Л.И. Божович, В.Н. Леонтьев, В.С. Мерлин, С.Л. Рубинштейн и другие); теория физической культуры подрастающего поколения (труды М.Я. Виленского, В.М. Выдрина, В.И. Столярова, Л.И. Лубышевой, Л.П. Матвеева, Ю.М. Николаева, А.Д. Новикова и др.), исследования в области технологии обучения (С.И. Архангельский, В.П. Беспалько, Д.А. Вербицкий, М.В. Кларин).

Для нашего исследования также представляли интерес научные труды, которые посвящены изучению социально-культурного подхода к деятельности учреждений культуры: А.А. Аронов, О.А. Блох, А.Ю. Бутов, А.Д. Жарков, А.А. Жаркова, Л.С. Жаркова, А.С. Каргин, А.А. Ласкин, В.Н. Нилов, В.С. Садовская, Т.К. Солодухина, Т.В. Христидис, В.И. Черниченко, В.В.

Научная новизна исследования заключается в том, что:

— уточнена сущность ключевого понятия исследования «здоровый образ жизни» как интегративного качества личности, включающего в себя всё своеобразие взаимоотношений с внешним миром на основе каждого компонента: физического, психического, социального, духовного и т.д.

— уточнено содержательное наполнение целей, задач, принципов функционирования здоровьесберегающей среды в учреждении культуры;

— определена структура воспитания здорового образа жизни молодежи как социально-педагогического явления;

— разработана и экспериментально апробирована организационно-педагогическая модель педагогических условий воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры при помощи личностно-ориентированного подхода;

— выявлены педагогические условия, способствующие воспитанию здорового образа жизни молодежи;

— научно обоснована программа элективного курса по воспитанию здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода;

— научно обоснована концепция деятельности учреждений культуры в воспитании здорового образа жизни молодежи, в основу которой положена идея приоритетного развития коммуникативно-творческих способностей молодежи;

— обоснованы педагогические ресурсы интерактивных средств рационального и эмоционального воздействия, обусловленные органичным сочетанием креативно-развивающим и творческим потенциалом учреждения культуры;

— представлена характеристика высокого уровня воспитания здорового образа жизни, творческих способностей личности в качестве педагогического условия, определяющего конструктивную направленность отношения к здоровьесберегающей деятельности;

— теоретически обоснованы и эмпирически подтверждены психологические характеристики личности молодого человека, учет которых позволит своевременно компенсировать дефицит игровой деятельности, выстраивать программы коммуникативно-творческих поведенческих стратегий;

— выявлены ключевые педагогические условия, определяющие уровень развития коммуникативно-творческих способностей молодых людей; разработана система критериев определения уровня

сформированности здорового образа жизни молодежи, оснащенная соответствующими показателями и инструментарием.

Теоретическая значимость исследования состоит в следующем:

— осуществлен теоретический анализ и синтез современных научных представлений о воспитании здорового образа жизни молодежи, что позволило сделать новый шаг в осмыслении педагогической наукой сущности воспитания здорового образа жизни молодежи;

— теоретически разработана педагогическая модель воспитания здорового образа жизни молодежи, где основные положения и выводы исследования расширяют и дополняют сферу превентивной педагогики;

— внесен теоретический вклад в разработку проблемы повышения эффективности воспитательного процесса в учреждении культуры на основе личностно-ориентированного подхода;

— определены пути совершенствования жизнедеятельности учреждения культуры как открытой социально-культурной структуры, ориентированной на воспитание здорового образа жизни молодежи и укрепление здоровья всех субъектов педагогического процесса;

— выявлен комплекс факторов, имеющих нормативно-правовой, социально-экономический, психолого-этический, социально-педагогический и духовно-нравственный характер, функционирования педагогической системы воспитания здорового образа жизни молодежи на основе инновационных технологий;

— определены объективные и субъективные показатели, которые характеризуют эффективность процесса воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода.

Теоретическая значимость диссертационного исследования заключается в том, что выдвинутые в работе положения раскрывают особенности влияния на воспитание здорового образа жизни молодежи всего комплекса выразительных средств, которыми обладают учреждения

культуры: живое слово, все виды и жанры профессионального и любительского искусства и литературы, технические, рекламные средства, способные воплотить самый интересный для любой аудитории общий замысел цикла программ и конкретной предметной деятельности.

Практическая значимость исследования заключается в том, что результаты диссертационного исследования могут оказать значительную помощь основным институтам воспитания и образования в процессе решения проблемы воспитания здорового образа жизни молодежи; в совершенствовании подготовки педагогов по воспитанию здорового образа жизни у молодого поколения; в качестве материалов при научных исследованиях, для учебных пособий, программ, спецкурсов, спецсеминаров в педагогических ВУЗах, институтах повышения квалификации, учреждениях культуры всех типов.

Достоверность полученных результатов исследования была обеспечена методологической обоснованностью исходных теоретически значимых положений, использованием комплекса эмпирических методов, адекватных задачам исследования: применением методического изучения направленности мотиваций Ж. Нюттена, методики «Ценностные ориентации» М. Рокича, анкетирования, что позволило на основе их взаимной дополняемости определить конкретное значение и место здорового образа жизни молодежи в системе жизненных ценностей, направленности жизненных мотиваций молодежи в отношении к здоровому образу жизни, определить уровни воспитания здорового образа жизни молодежи и педагогические условия воспитания здорового образа жизни в учреждениях культуры.

Экспериментальная база исследования. В исследовании принимали участие представители молодежи разного возраста Центра здоровой молодежи г. Воронеж, ООО Профилактический центр помощи «Практик» г. Москва, Благотворительный фонд развития социальных программ «Наше будущее» г. Екатеринбург, Благотворительный Фонд Нуждающимся в

Реабилитации «Ярдэм» г. Казань. 1499 испытуемых представителей молодежи в возрасте от 17 до 25 лет, из которых 123 – девушки, 176 – юноши исследовались в Центре здоровой молодежи г. Воронеж, остальные же – студенты, посещающие ООО Профилактический центр помощи «Практик» г. Москва, Благотворительный фонд развития социальных программ «Наше будущее» г. Екатеринбург, Благотворительный Фонд Нуждающимся в Реабилитации «Ярдэм» г. Казань.

Исследование проводилось с 2009 по 2017 гг. в несколько этапов:

На первом этапе (2009-2010 гг.): шло теоретическое осмысление проблемы, её изученности и содержательной наполненности в психологических, педагогических и философских исследованиях; определение методологических и теоретических основ исследования, формулирование цели, задач и рабочей гипотезы, концептуальных подходы к решению заявленной проблемы, изучался практический опыт использования интерактивных форм культурно-досуговой деятельности в решении различного рода ситуаций воспитания здорового образа жизни. На основе полученных фактологических материалов был разработан план констатирующего и формирующего этапов эксперимента.

Второй опытно-экспериментальный этап (2011-2016 гг.) заключался в проведении констатирующего и формирующего эксперимента и анализе результатов, на основе которого были выявлены педагогические условия, влияющие на процесс воспитания здорового образа жизни молодежи. Был осуществлен поиск художественно-педагогических принципов активизации игрового взаимодействия специалистов учреждений культуры и молодежи, критериев оценки уровня сформированности здорового образа жизни молодежи. В рамках исследования, которое содержало констатирующую, формирующую и контрольную стадии, были адаптированы методики констатирующего эксперимента; сформирована экспертная группа, а также созданы экспериментальные и контрольные базы. Разработана и апробирована модель воспитания здорового образа жизни молодежи в

учреждениях культуры. Проводился анализ и обработка результатов констатирующего и формирующего этапов эксперимента, определение и корректирующий компонент развития ценностно-ориентированного отношения к здоровому образу жизни, проведение формирующего эксперимента.

На третьем этапе (2017 г.) было дано теоретическое обобщение и систематизация результатов исследования, подведение итогов, оформление теоретических и экспериментальных материалов исследования, внедрение в педагогическую практику.

На защиту выносятся следующие **положения**:

1. «Здоровый образ жизни» – это интегративное качество молодого человека, включающее как его внутренний мир, так и всё разнообразие взаимоотношений с окружающей средой. Способность молодого человека к здоровому образу жизни определяется расстановкой ценностных приоритетов. Открытие внутреннего богатства молодого человека с его страстностью, эмоциональностью, желаниями, верой в будущее, отказ от пагубных пристрастий – важнейшие составляющие готовности к воспитанию здорового образа жизни. Персонифицированный характер личностно-ориентированного подхода к воспитанию здорового образа жизни в учреждениях культуры усиливает влияние на аудиторию за счет идентификации с образами «героев» культурно-досуговой программы.

2. Воспитание ценностно-ориентированного отношения к здоровому образу жизни молодежи обеспечивается специальным образом организованной воспитательной деятельностью – консервативным воспитанием, в основании которого лежит целенаправленный воспитательный процесс взаимодействия, которое определяет развитие ценностно-ориентированных мотивов и установок молодежи на здоровый образ жизни, как основных полагающих в отношении жизненного развития и саморазвития.

3. Педагогические условия воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры отличаются добровольностью выбора различных форм, ориентированных на конкретного молодого человека: демократичность, эмоциональная окрашенность, возможность сочетать физическую деятельность с интеллектуальной, а творческую с созерцательной и игровой. Для значительной части молодых людей учреждения культуры становятся ведущими сферами социально-культурной идентификации и личностной самореализации. Оптимальные педагогические условия воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры целесообразно осуществлять на основе личностно-ориентированного подхода, в котором проявляется повышенная эмоциональная и физическая подвижность, происходит динамическая смена настроений, зрительная и слуховая восприимчивость. Все это выступает необходимым условием целостности процесса сохранения здоровья, воспитания и развития молодежи. При этом воспитание здорового образа жизни молодежи становится не только предпосылкой эффективного оздоровления, но и его внутренней основой жизни.

4. Воспитание здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры осуществляется в социуме и реализуется через целенаправленное педагогическое воздействие культурно-досуговых программ при помощи мобилизации всех участников творческого процесса. При воспитании культурного восприятия здорового образа жизни у молодого поколения необходимо формировать благоприятный социально-психологический климат, обеспечить рационально-значимой организацией интерактивных форм воспитательного процесса, эффективной физкультурной и оздоровительной работой, рационально-осознаваемым питанием, просветительской работой с родителями молодежи, привлекать их к совместной работе с подростками, к разработке модели воспитания ценности здоровья и здорового образа жизни молодежи.

5. Воспитание здорового образа жизни молодежи на микроуровне без соответственного вмешательства со стороны государства почти невозможно. Государственная социально направленная политика должна иметь ориентир на создание у молодого поколения психологических установок к ведению здорового образа жизни молодежи при помощи его рекламы в средствах массовой информации. В образовательно-воспитательный процесс должны быть включены программы, которые способствуют выработке здорового образа жизни (введение спецкурса о здоровом образе жизни молодежи, использование возможностей физкультурно-оздоровительных программ, культурно-досуговых форм работы).

6. Авторская педагогическая модель воспитания здорового образа жизни молодежи дает возможность организовать педагогическую деятельность, которая направлена на понимание молодежью взаимных связей жизненных целей личности со здоровым образом жизни, решать задачи самовоспитания, саморазвития, уметь экстраполировать достигнутые знания в новых практических ситуациях, развивать способности молодежи по сохранению и укреплению здоровья, расширять круг знаний о здоровом образе жизни, актуализировать связи с реальной жизнью.

Личный вклад автора заключается в уточнении научно-теоретических оснований педагогических условий воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода; разработке авторской педагогической модели, отражающей особенности воспитания ценностного отношения к своему здоровью, которое состоит в идеи первичности личного по отношению к социальному. Поэтому в организации и проведении экспериментальной деятельности большое внимание было уделено взаимосвязи восстановления физических сил за счет отдыха, развлечений с процессом воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе социально-культурных программ.

Апробация исследования. Основные положения, выводы и результаты исследования докладывались и обсуждались на заседаниях кафедры специальной педагогики Владимирского государственного университета им. Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых, кафедры культурно-досуговой деятельности Московского государственного института культуры.

Материалы исследования представлены в докладах на научных и практических конференциях: «Перспективные аспекты совершенствования процесса развития гуманитарно-экономических наук XXI века: теоретический и практический компонент» (Владимир, 2009), «Психолого-социальные основы совершенствующего процесса обучения и воспитания подростков в общеобразовательной школе» (Владимир, 2010), «Социальная и педагогическая наука: проблемные направления и перспективные процессы развития» (Великий Новгород, 2011), «Перспективы современного состояния и развитие научных положений о здоровом образе жизни» (Нижний Новгород, 2012), «Ценности и смыслы отечественной педагогики в современном образовательном и социокультурном контексте» (Владимир, 2013), «Проблемы подготовки детей и подростков к здоровому образу жизни» (Владимир, 2014); «Иновационные технологии обучения культурно-досуговой деятельности» (Москва, 2016); «Культура как пространство в становлении личности» (Москва, 2017).

Основные выводы и результаты отражены в 12 научных публикациях автора, объемом 4,5 п.л., в том числе в 4 статьях, опубликованных в научных журналах, рекомендованных ВАК РФ для диссертационных исследований.

Структура диссертационной работы. Диссертационная работа включает в себя введение, две главы, заключение, библиографический список и приложения.

ГЛАВА 1. Теоретико-методологические основы воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры

1.1. Понятийно-категориальный аппарат исследуемой проблемы

В представленном параграфе анализируются теоретико-методологические подходы к осознанию молодого человека как носителя здоровья. Предоставлены свойства сути здоровья молодого человека и здорового образа жизни как педагогической, социологической, медицинской и философской категории. Рассмотрены основные элементы в понимании здорового образа жизни. Дана характеристика роли института образования в воспитании ориентации на ведение здорового образа жизни.

Акцентируется внимание на разработке и становлению комплексных программ, которые призваны преодолевать определенное отчуждение образовательного процесса от личности подростка. Ставится цель разворота всей системы образования к самой личности, принятию и осознанию заинтересованности человека. Следуя данному суждению, в изучении ведущих идей гуманитарных наук, отражается гуманистическая модель здоровой личности, выделяющая значение и уникальность человеческой жизни и значения его существования.

Вследствие этого, рассматривая терминологию и категории ведения здорового образа жизни необходимо охарактеризовать человеческую сущность как носителя этого самого здоровья. Это принципиально потому, как только человек, его самочувствие, его образ жизни представляет собой особенное явление, владеющее рядом специфических черт.

Рассмотрим внимательно сущностное понятие «здоровье». Изучая определение, которое дал Б.Я. Солопов, здоровье – «индивидуально нацеленное психоматическое (душевное и телесное) положение, которое выражающееся в возможности человека нормально удовлетворять ключевые актуальные потребности». Обращая внимание на высказывание Г.М.

Коджаспировой, позиционирующей здоровье как «естественное положение организма, характеризующее его уравновешенным состоянием с находящейся вокруг средой и присутствием недоступности любых больших изменений; положение совершенного телесного, душевного и общественного благополучия, присутствие у личности необходимого количества энергии, интереса и настроения для повседневной жизнедеятельности» [107, С. 405].

Выделяют три разновидности состояния здоровья:

- 1) «здоровье индивидуального характера» (человек, личность);
- 2) «здоровье групповое» (семья, компетентная группа, «страта – слой»);
- 3) «здоровье населения» (популяционное, общественное). Основываясь на соотношении разновидностей здоровья выработаны категории, при помощи которых дается высококачественная и количественная характеристика.

Существует такой образ здоровья, которое определяет душевное, эмоциональное благополучие человека, как психолого-социальное.

Основываясь на исследованиях таких ученых как Л.А. Абрамян, М.И. Лисина, Т.А. Репина, «эмоциональное благополучие» молодого поколения можно определить как относительно устойчивое эмоциональное и положительное самочувствие подростка, в основе которого находится удовлетворительное отношение основных возрастных потребностей: биологически и социально направленных.

Основываясь на мнении М.Ю. Стожаровой, можно прийти к выводу, что «одним из главных показателей эмоционально-настроенного благополучия подростков – есть физическое здоровье» [177, С. 59].

В заключении исследуемого положения необходимо отметить, – если личность не наделена этическим воспитанием, то нет необходимость затрагивать его психолого-социальном здоровье.

Приведенный в первом параграфе первой главы теоретический анализ проблемы здоровья молодежи показал, что «здоровье» имеет отношение к

числу глобальных проблем, имеющие важное значение для всего человечества в целом. Но в науке для термина «здоровье» однозначной трактовки нет, существуют множество подходов к его анализу. Поэтому целесообразно начать с анализа генезиса термина.

Трактовку термина «здоровье» дадим в интерпретации Нежиной Н.В., которая пишет: «В этимологическом словаре русского языка под редакцией А.Г. Преображенского указано, что термин «здоровье» и однокоренные ему «здоров», «здорово», «здоровый», «здравствуй», «здороваться», «поздороваться», «здравый», то есть означающие «целостный», «неповредимый» происходят от корня «-дорв-».

Данный корень встречается в слове «дрова», а также ранее использовался в значении слов обозначающих «твердое дерево», «дуб»; а затем – для «обозначения» крепости, силы. Приставка «с» означает «хорошо», а «с-дорв» может означать из хорошего, «сильного», крепкого дерева».

Итак, исследуя рассуждения Нежиной Н.В. понятие «здоровье» необходимо рассматривать как качественную характеристику. Здоровый – означает крепкий, сильный, твердый. Однако все эти составляющие имеют разную степень проявления и разную количественную меру [141, С. 36].

На сегодняшний день очевидна потребность в доктринах использования внутреннего потенциала человека, делающий выбор непосредственно на психосоматическую обусловленность большого количества болезней с поддержкой психологических процессов внутри личности – быть здоровым. Так, Мяло К.Г. считает, что люди сами, личной волей имеют все шансы освободиться от заболеваний. По его мнению, люди утрачивают здоровье из-за того, что они не ценят личную жизнь. В данном определении важным условием здоровья именуется дееспособность человека держать под контролем личные психологические процессы и проявлять волевые качества. Впрочем, на наш взгляд, в определении не предусматриваются беспристрастные, не зависящие от человека условия

[138, С. 221]. Обращая внимание на природной составляющей здоровья, давая ему характеристику через способность организма человека к улучшенной саморегуляции, поддержанию гомеостаза, сохранению и совершенствованию соматического состояния организма, автор неоправданно на наш взгляд, умоляет культурный аспект здоровья.

Равно как особенность, свойственная целому жизненному, устанавливает состояние здоровья В.А. Пузынин. В его представлении состояние здоровья – сформировавшаяся особенность каждой концепции, главная её оценка, первостепенный показатель увеличения, воспитания, преодоления упадков, показатель подходящих и негативных обстоятельств и этапов существования. Ученый выделяет понятие «здоровье человека» как «продукт» человеческого творчества, он говорит о способности обеспечивать здоровье средствами «обучения человека здоровью». С позиции системного подхода исследует здоровье Г.Л. Апанасенко [16, С. 87].

Обращает наше внимание тот важный факт, что в этом взгляде на здоровье появляется возможность управления процессами физиологического характера в организме человека, то есть допускается возможность воспитания здоровья.

Как процесс «здоровья» определяет В.П. Казначеев, по его мнению, состояние здоровья – является процедурой сбережения и воспитания физических, био- и психологических функций, подходящей к общей инициативности, присутствие длительного интенсивного существования [98, С. 107].

Итак, термин «здоровье» надо понимать в виде положения благополучия своего биологического тела, положения культуры, которое требует от человека с инициативным присутствием и вменяемой внутренней позицией.

Здоровье выступает сопутствующим элементом ответственного и целеустремленного человеческого существования, где средство взаимосвязано с целью, данное взаимодействие такое: чем содержательней

объем задачи, тем эффективным будет средство. Из этого следует, что здоровье является «продуктом» культурной жизни человека, результатом его духовного состояния.

Следовательно, с методологической точки зрения необходим культурологический подход для выбора теории воспитания здорового человека как интегральное состояние всего организма, отражающего уровень культуры, его систему отношений.

Культурологический подход к здоровью человека дает возможность выделить для его хранения и улучшения педагогические свойства, создавая представление о здоровье как результата образа жизни, содействующий приумножению сильных сторон человека.

Кроме этого, культурологический подход объединяет совокупность качеств культуры как своеобразного метода человеческой деятельности, задача которой произведена в «реконструкции культурного социума» («картины мира»), который определяет целостное мировосприятие человека определенного исторического момента» [31, С. 347].

На основе культурологического подхода появляется возможность считать здоровье человека в качестве феномена культуры и исследовать это понятие необходимо через термин «культура», обращая внимание на тех свойствах самочувствия, которые появились благодаря приложенным усилиям со стороны человека по освоению культурных ценностей.

При этом главным звеном в данном процессе, по нашему мнению, считается упорядоченность мировоззренческих установок и ценностей человека, имеющих прямое отношение к здоровому образу жизни индивидуума и определяют его самочувствие.

Другим методологическим подходом к осознанию здоровья человека можно назвать аксиологичный, в котором выделяют две составляющих. Первая, которая охарактеризовывает то пространство, где здоровье человека занимает первое место в системе ценностей индивидуума, общественной

группы и коллектива в целом (здоровье как ценность), вторая – уровень понимания самочувствия как значения (ценность здоровья) [32, С. 116].

Предметом педагогической аксиологии является воспитание ценностного сознания, ценностного отношения, ценностного поведения молодежи.

Насколько выше ценность цели, тем выше ее энергоуровень, ибо она требует больше энергоресурсов для ее достижения. Истинно значимые ценности всегда высокоэнергетичные, труднодостижимые.

Рассматривая актуальное значение состояния здоровья человека как педагогическую дилемму с принципиальной точки зрения, то названные ценности складываются и укрепляются в педагогической науке как формы социального сознания. Вследствие этого ориентация личности, общественной группы на поддержание самочувствия, воспитание стремления и умения быть здоровым и именно это является одной из важнейших воспитательных задач педагогики.

Поэтому при исследовании здорового образа жизни необходимо иметь большое количество познаний в гуманитарных науках, включающий в себя определенное количество методологических подходов. Для достижения поставленных целей и решения задач по воспитанию здоровья и здорового образа жизни, на взгляд автора необходим интегральный подход.

Интегральность подхода заключается в том, что изучение постулата здоровья человека и процесса реализации его воспитания основано на знаниях о человеке, добытые такими науками как биология, медицина, педагогика, философия, социология, психология и др. Иначе говоря, интегральный подход по воспитанию здоровья обеспечен сохранением целостности индивидуума, обеспечивает комплексное достижение всех форм здоровья, помогает определить метод отбора существующих познаний, позволяющие человеку эффективным способом сохранять и увеличивать потенциал здоровья.

Теоретический анализ проблемы здоровья человека приводит к мысли рассматривать возможность вычленить важного для нашего исследования, положения о том, что человек как биосоциальное существо управляет своим здоровьем (в том числе и биологическим) при помощи осознанной, целенаправленной и упорядоченной жизнедеятельности.

Такая деятельность регулируется сознанием человека и напрямую зависит от уровня его образования, условий его целеустремленного воспитания, уровня воли молодежи к здоровью, что дает возможность трактовать термин «здоровье» как феномен культуры и педагогическое понятие. А сам процесс воспитания здорового образа жизни рассматривается как педагогическая задача. Решение педагогической задачи, на наш взгляд, стоит, прежде всего, в понимании здоровья как сложного социально-культурного феномена, характеристики которого обусловлены специфическими условиями (социально-экономическими, экологическими, педагогическими и другими) и культурным контекстом требующего от человека деятельного пребывания в бытие.

При этом в общепринятом смысле сомато-функциональная культура определяет физическое здоровье человека, а психо-функциональная и интеллектуальная – его психическое здоровье. В силу этого можно утверждать, что здоровье есть результат определенной «совокупности методов и форм повседневной культурной жизнедеятельности человека», что понимается под определением «здоровый образ жизни».

Обсуждение выстраивается вокруг сравнения настоящего образа жизни и придуманного, где определенные составляющие могут быть полезными. Осознание настоящей повседневной жизни наполняет ее смыслом, делает интересным каждый прожитый миг. Педагогу необходимо донести ценность сегодняшнего дня, аксиома «здесь – и – сейчас», негативные формы возврата в воспоминания о проблемах в прошлом или отчаянной надежды в будущем.

Возникает вопрос о том, что же необходимо понимать под «здоровым образом жизни» личности, социальной группы? Данным вопросом были обеспокоены еще античные философы. Так, Сенека писал: «Угождайте всему телу только столько, в какой мере необходимо с целью укрепления его твердости, и такого рода стиль существования мните исключительно здоровым и живительным, удерживаете плоть в строгости ...» [143, С.12].

Прежде, чем раскрыть понятие «здоровый образ жизни», обратимся к рассмотрению понятия «образ жизни». Однако при попытке раскрыть термин «образ жизни» мы натолкнулись на методологическую трудность, связанную, прежде всего с достаточно обобщенной характеристикой самой категории «образ жизни».

Образ жизни большим числом исследователей понимается устойчивым, который сложился в определенных социальных и экономических условиях, способ каждодневной жизнедеятельности человека, группы, коллектива в целом, который проявляется в нормах общения, поведения, мышлении.

Согласно взгляду Быховской И.М., представляет «стиль существования» необходимо толковать равно как метод повседневной жизни лица, которое происходит в области общественных, цивилизованных, вещественных и высококлассных факторов [42, С.65].

В рассматриваемом определении прослеживаются условия культурологического подхода, подчеркивающий как образ не тождественен условию жизни, которое лишь обуславливает его разнообразными факторами.

Молодой человек, основываясь на своих знаниях, умениях, навыках, жизненных установок, сам вправе выбирать себе образ жизни с учетом личностных культурных установок. Размышляя о культурном компоненте образа жизни нельзя не учитывать наследственные и приобретенные особенности молодого человека (генообраз, возраст, уровень здоровья, культуры, образования и воспитания). Ю.П. Лисицин оценивает представление «стиль существования» посредством четырех элементов:

финансовую – степень существования; социологическую – свойство существования; общественно-эмоциональную – образ жизни; общественно-финансовую – степень существования.

Степень существования – это уровень удовлетворения не только лишь вещественных, но еще и цивилизованных, внутренних нужд (в основном финансовая группа) [123, С.37].

Нормальный образ жизни может быть охарактеризован комфортом в улажении человеческих потребностей (преимущественным образом социологическая категория).

И, в конце концов, манера жизни является поведенческой особенностью жизни человека, то есть конкретный стереотип, с подстраивающейся психологией и психофизиологией личности человека под него (социальная и психическая категория). При оценивании роли абсолютно всякой из данных категорий в воспитании самочувствия, нужно обозначить, что при равных способностях первых 2-ух (уровень и качество), которые приобретают публичный характер, самочувствие человека в общезначимой мере находится в зависимости от манеры жизни, содержащей характер персонифицированности и ориентируется историческим и национальными традициями и индивидуальными наклонностями. Подобный образ жизни разрешает говорить о нем как о категории, в которой слиты воедино природные, личные и общественные составляющие.

Другими словами, здоровый образ жизни молодежи, с одной стороны это «образ» всякого определенного человека, а с иной – показатель социокультурного прогресса общества.

Прогрессивная модель воспитания здорового образа жизни описана в работах Н.А. Агаджаняна, Р.М. Баевского, А.П. Берсеновой, Т.Е. Батоцыреновой, М.А. Пальцева и другие. Здоровый образ жизни авторами понимается как совокупность видов и методов каждодневной культурной жизнедеятельности человека, основанная на определенных нормах, принципах, и укрепляющей адаптивные способности организма. Ученые

оценивают теоретико-практическое содержание воспитания здорового образа жизни, основываясь на термине «валеология» – науки о здоровье.

Теоретические принципы валеологии содержат большой объем медико-физиологических и социально-гигиенических познаний, обеспечивающие анализ активного состояния организма в условиях находящейся вокруг среды.

К валеологическим основам автор предлагает относить скопленные доктрины и способы, знания о применении физических упражнений для действенного физиологического становления человека, закаливание, увеличение работоспособности, психоэмоциональной стойкости. Интегративность валеологии в сфере воспитания здорового образа жизни обосновывается подключением в ее содержание познаний самоорганизации здорового образа жизни, умений противостоять негативным влияниям окружающей среды, способности для воспитания мотивации, внимания, необходимости в бережном отношении к собственному самочувствию.

Положение, касаемо процесса воспитания здорового образа жизни, находит свое отражение в исследованиях социологического характера, сообразно какая основная роль принадлежит социогенезу. Представляется, что обстоятельства возрождения общества (модернизации и глобализации, информатизации и технологизации), влияния общественной среды из-за биологических особенностей индивидуума («своеобразие его телесной и психологической организации, характера, умственного потенциала, его особенностей, задатков, возможностей, специфичной организации и одаренности») оказывают воздействие на воспитание здорового образа жизни, его ориентации и установки.

Определенную роль в воспитании здорового образа жизни играет институт здравоохранения. Волошина Л. отмечает, что здравоохранение является социальным институтом, где происходит социальное взаимодействие у людей в вопросах, связанных с сохранением и поддержанием здоровья населения, которое детерминировано объективными

и субъективными факторами. Его основными составляющими выступают больницы, амбулатории, поликлиники, диспансеры и др. [53, С. 71].

На сегодняшний день медицина перешла от вопросов, которые преимущественно касаются процесса лечения болезней, к выяснению проблематики в поддержании здоровья, обращено внимание на главные закономерности в жизни, на методы развития болезни и в конечном итоге наступления самой смерти.

Следовательно, человечество приближено к третьей «революции общественного здравоохранения». Первая революция затрагивала понимание природы инфекций и дала возможность предотвратить различные эпидемии, помогла сохранить жизни миллионов людей. Вторая заключалась в терапии хронических, неинфекционных заболеваний. Она значительно увеличила продолжительность жизни человека и успешно взяла под контроль сердечно-сосудистые заболевания, заболевания нервной системы, онкологическую патологию и ряд других неинфекционных заболеваний [12, С.18].

В зависимости от проблем, связанных со здоровьем и поставленных задач медицинского вмешательства, значение ответственности лично человеком за состояние своего здоровья разнообразно. На этапе развития заболевания необходимо вовремя и грамотно поставить диагноз, и большая ответственность, конечно же, лежит на плечах медицинского работника. А на этапе выздоровления ответственность лежит в основном на самом пациенте. Поэтому только от самого человека зависит, насколько он будет соблюдать и следовать рекомендациям врача, внимательно относиться к своему здоровью.

Утверждения психологов современности, Слостенина В.А. и Чижаковой Г.И., таковы, что в этот момент человек погружается в свой внутренний мир, душевные переживания, страдания. Одновременно человек негативно относится лично к себе, рушит свою жизнь, все вокруг обращается в черный цвет, зарождается слабая самооценка [172, С. 33]. Возникает ощущение безвыходной ситуации и отчаяние. Всего лишь одна потребность

способна приобрести, одновременно затем сохранить сверхценный характер, и перекрывает остальные нужды.

Значит, под здоровым образом жизни молодежи автор диссертации понимает физиологические формы и виды повседневной жизнедеятельности личности, укрепляющие и совершенствующие резервистские возможности организма, одновременно обеспечивая этим самым благополучное выполнение своих социально-значимых и профессиональных функций. При этом этот процесс зависит от политических, экономических, социальных и психологических ситуаций, и выражает ориентированно-направленную деятельности личности человека в области воспитания, сохранения и укрепления как и индивидуального, так и общественно-значимого здоровья. Здесь необходимо, одновременно начиная с совершенно раннего возраста, уметь воспитывать у молодежи бережное отношение к собственному здоровью, понимание того, что оно величайшая ценность, данная самой природой.

В валеопсихологии, то есть психологии здоровья, которая развивается на стыке валеологии и психологии, появилось предположение целеустремленной последовательной работы согласно которой обращение молодого человека лично к себе, изучению своего собственного тела, души, атмосферы, рассудка, воспитанию «внутреннего наблюдателя» (способность чувствовать, наблюдать, ощущать себя), с целью этого, для того чтобы осознать и понять себя, нужно направить интерес в собственный внутренний мир.

Но хотелось бы отметить, что исследования последних 10 лет показывают, что около 29-34 % детей приходит в первый класс с теми или иными отклонениями в области состояния здоровья. Среди выпускников общеобразовательных школ уже более 79 % нельзя назвать абсолютнейшим образом здоровыми людьми.

Необходимо сделать вывод, что воспитание здорового образа жизни у молодежи в образовательном учреждении не прибавляет здоровья, а даже

наоборот ухудшает в силу сидячего образа жизни и огромных психических, психологических и интеллектуальных нагрузок. К тому же, проблематика, связанная с охраной здоровья у молодежи, является комплексной, и попытку свести рассматриваемые нюансы только к одному учебному заведению было бы неверно.

Одновременно анализ структуры заболеваемости молодежи убедительно обращает на себя внимание, что в зависимости от обучения в образовательном учреждении происходит рост числа заболеваний в области дыхательных путей, патологии органов пищеварения, несоблюдение осанки, болезней глаз, нервно-психических расстройств.

Рассматриваемые виды здоровья являются не только результатом долгого отрицательного воздействия социального, экономического и экологического фактора, но и ряда педагогического:

- стрессовой тактики авторитарной педагогики;
- интенсификация учебного и воспитательного процесса (постепенное увеличение объема и темпа учебно-воспитательной нагрузки);
- ранний этап начала дошкольного системного обучения;
- несоответствие программе и технологии обучения функциональным и возрастным характеристикам молодежи, неправильное соблюдение простейших физиологических и гигиенических требований к правильной организации учебного и воспитательного процесса;
- недостаточный уровень квалифицированности педагогов в вопросах, связанных с развитием и охраной здоровья человека;
- значительные недостатки в существующей системе физического воспитания и деятельности медицинских работников.

В данной связи одной из приоритетных задач системы образования является разработка критериев понимания самочувствия молодежи, становления у них верного отношения к самочувствию как к ключевому человеческому значению.

Поэтому ведущими направлениями охраны и закрепления здоровья молодежи в учреждениях культуры могут стать:

- воспитание понимания ценности личного здоровья и здорового образа жизни;
- подготовка и повышение квалификации специалистов и сотрудников;
- разработка и внедрение инновационных программ нацеленных на службу, охрану и закрепление самочувствия молодежи;
- создание адаптируемой эстетически организованной среды, имеющей неограниченные возможности для раскрытия способности сохранения здоровья в трудностях жизни в свободное время.

В связи с этим, здоровье молодого человека находится в зависимости от множества факторов: потомственных, общественных, финансовых, экологических, работы учреждений системы здравоохранения. Но ключевое место между ними занимает образ жизни молодого человека.

Неправильно направленная работа подростков может доставить вред здоровью. Вследствие этого большое значение имеет тот факт, что необходимо наладить здоровый образ жизни.

Человек, который умеет со школьной скамьи правильно распланировать режим собственного дня и отдыха, в будущем на долгое время сбережет здоровье и творческую энергичность.

Здоровый образ жизни заложен во все структуры общества, помогает лично-мотивационно индивидуумом реализовывать личные, общественные, психические и физические возможности.

По мнению С.В. Попова, созданная система образования не обеспечивает надлежащей мотивации к соблюдению здорового образа жизни [163, С. 39].

На самом деле, основная масса людей понимает, что курить, выпивать и применять наркотики вредно, но большинство взрослых привержены данным привычкам. Никто не спорит с тем, что необходимо ходить, закаляться, но основная масса зрелых людей ведут неподвижный образ

жизни. Неверное, нерациональное питание приводит к повышению числа людей с лишним весом и всеми вытекающими результатами. Проблемы прогрессивной жизни оставляют очень не достаточно пространства для позитивных впечатлений.

Одним из критериев к ведению здорового образа жизни считается отказ от факторов, наносящих урон здоровью: курения, употребления спиртных напитков и наркотических препаратов.

В случае, если вести разговор о школе, то учитель должен быть ориентирован не на то, чтобы подросток не курил, не употреблял спиртные напитки и наркотические препараты, а на то, чтобы не начал этим заниматься. По-другому говоря, ключевое слово – «профилактика» [152, С. 65].

Привязанность – это конфигурация нашего поведения. Недаром А.С. Пушкин гласил: «Привычка свыше нам дана, подмена счастьем она» [92, С. 165]. Нужные привычки могут помочь воспитанию гармонически развитой личности, вредные, – напротив, задерживают ее развитие. Привязанности чрезвычайно устойчивы.

Гегель подчеркивал, что привязанность делают человека их рабом. Вследствие этого в школьном возрасте принципиально выработать у себя нужные привычки и пытаться биться с вредоносными, грозящими перебежать в пороки.

Необходимыми привычками можно назвать влечение к постоянному совершенствованию знаний, к занятиям физиологическими упражнениями, а еще к таким формам свободного времяпрепровождения, как чтение, посещение кинотеатров, слушание музыки, игра в шахматы, спортивные праздники, физкультурно-оздоровительные фестивали, конкурсы и т.д. делают жизнь молодого человека увлекательнее, содействуют самосовершенствованию.

На протяжении всей жизни появляется много и вредоносных привычек. К ним относят ведение нерационального режима дня, нерегулярную

подготовку к занятиям. Но более вредоносными считаются курение, употребление спиртных напитков и принятие наркотиков. Эти привычки имеют все шансы не приметно вырасти в порок, расстроить жизнь молодого человека или даже уничтожить.

Во всем мире деятельно разрабатываются способы борьбы с курением. Применяются массовая психотерапия, консультации с доктором, разрабатываются новейшие медикоментозные препараты, антеникотинная жевательная резинка и так далее. Впрочем, правильнее всего подключить собственную волю, настроить себя в ненужности, вредности курения и злоупотребления спиртными напитками и стараться отвыкнуть от данной привычки.

У самого постоянного курильщика уже после 7-9 дней без курения нормализуется здоровье, увеличивается функциональность. Употребление подростками спиртных напитков – аддикция, к огорчению довольно распространенная. Наши исследования нашли свое подтверждение в том, что более пятидесяти процентов первоклассников знаком вкус вина или пива, и, как правило, это происходит при родителях: например, «рюмочка» за день рождения, например.

Выходит так, что прием спиртного для подростка постоянно (за исключением, детей алкоголиков) связано с весельем и на первый взгляд особенной угрозы тут нет. Впрочем, это приобщение ребят к вину представляет конкретную угрозу, так как снимает психическое препятствие, и подросток чувствует за собой право выпить с друзьями или один, в случае такой необходимости.

Но предпосылки употребления спиртного, как известно, очень различны, ведущей из них, наверное, считается то, что спиртное на нынешний день – единый узаконенный наркотик, вызывающий резвую эйфорию: лично приятное положение, заключающееся в чувстве возбуждения, свежести, прилива сил, нелимитированных возможностей, неплохого настроения.

Временами эйфория создает приятную расслабленность, безмятежность, благополучие. Будучи лично приятным чувством, спиртная эйфория – беспристрастно вредоносное состояние, потому что при таком состоянии любой человек в той или иной степени выключается от действительности, чувствуя себя на вершине блаженства без всяких беспристрастных на то причин.

Все вышеизложенное известно, что миллионы людей на земле пьют те или иные спиртные напитки в разном количестве. И в случае, если для взрослых людей спиртное в первую очередь считается средством убрать стресс, улучшить настроение, отойти хотя бы на время от разрешения трудных жизненных задач, то для ребенка, подростка главная первопричина использования спиртного – неумение (а в ряде случаев и недоступность возможности) с пользой для себя и общества проводить личный досуг.

Воспитание нужды в правильной организации досуга, в многомерном развитии своих физических и духовных возможностей является главной задачей антиалкогольной и антинаркотической работы с молодежью.

Необходимо в разговоре с молодежью на тему борьбы с «зеленым змеем» четко разграничивать мнение «пьянство» и «алкоголизм». Их необходимо отличать: алкоголизм – это конфигурация безнравственного, антисоциального поведения, пьянство – это уже заболевание. И в среде молодых людей нужно биться как раз с пьянством, чтобы не довелось лечиться от алкоголизма.

При проведении сравнительного анализа всех действующих терминов во взаимосвязи, то к рассматриваемому определению – «здоровый образ жизни» более близкие по смыслу слова здравообразовательный, здравформирующий, здравотворческий, здравосозидательный, потому что в их смысловом содержании отражена определенная деятельность, в результате которой наступают позитивные изменения в здоровье индивидуума.

В подобного рода определениях – здоровьесберегающий, здоровьесохранительный, здоровьеподдерживающий на взгляд автора подчеркнут только факт сбережения, сохранения того, что дано в настоящий момент.

Надо четко понять, что по отношению к здоровью молодого поколения на сегодняшний день значимо не только сохранение и сбережение собственного здоровья, сколько укрепление его.

Поэтому теоретический анализ позволяет все термины объединить в две группы. Первая группа обозначают деятельность, которая направлена на развитие имеющегося состояния здоровья молодежи (здоровьесберегающий, здоровьесохранительный, здоровьеподдерживающий), а вторая объединяет понятия, которые отражают перспективы, в которых первая ступень в здоровье человека выступает исходной точкой, причем не находящаяся на более высоком уровне (здоровьеобразовательный, здоровьесформирующий, здоровьетворческий, здоровьесозидательный).

Конечно, каждый из рассматриваемых терминов имеет право на свое существование, но в контексте анализируемой темы автор считает осмысленным и наполненным смыслом термин «здоровьесформирующий». На взгляд автора, представленный термин определяет суть изучаемого института – воспитание здорового образа жизни.

Для того, чтобы аргументировать данное утверждение необходимо и целесообразно рассмотреть понятие «здоровье», «образ», «воспитание». Так как сущность понятия «здоровье» достаточно подробно раскрыта на предыдущих страницах нашего параграфа, мы проанализируем понятия «воспитание» и «образ».

Противоречивое единство тех и других, по мнению автора, мотивирует человеческое поведение и выступает в качестве пускового механизма в развитии паттернов поведения. В воспитании саморазрушений представленный механизм занимает определенное место: позиция долженствования в норме превозобладает над влечением, при запущенности

в педагогическом и социальном развитии молодого поколения происходит неправильное понимание происходящих процессов в мире. «А социальный провал потребностей», отрицающий позицию Я – долженствования, в роли защищенного психологического механизма выбирает легкий путь перекладывания ответственности за реализацию собственных желаний, способ реализации которых является неприемлемым в конкретной социальной среде.

В данном случае когнитивный компонент позволяет молодому человеку выбрать для себя психологическую установку на то, что и ситуация, и окружение (микро-, мезо- и макромире) должны нести ответственность за результаты его поведения, поэтому проблема усугубляется тем, что доминирует отказ от индивидуальной ответственности.

Практическая деятельность, где человек отражается внешний мир, направлена на активное интегрированное преобразование действительности. «Понимание познания для человека – «это открытие для себя бытия (первое открытие – это собственное сознание). Оно дает человеку способность существовать и познавать отношения в этом бытии» [19, С. 25].

Понятие «воспитание» рассмотрим как производное от слова «форма». Форма – латинское слово, обозначающее внешний образ предмета. В древнерусском речи буква «ф» не употреблялась. Все слова русского языка, в которых есть эта буква, заимствованы из иностранных языков. Латинский язык в древности был официальным языком Римской Империи. Ведя завоевательные войны, римляне навязывали свой язык и культуру побежденным народам. В средние века из Рима вместе с христианством в Европу пришли и религиозные книги на латинском языке. Поэтому во многих европейских языках есть заимствования из латыни. Считается, что славянские племена не контактировали непосредственно с Римской империей, и насчет того, как латинские слова попали в русский язык, не существует единого мнения [30, С. 287].

Воспитание – существительное, производное от глагола «формировать». Современные толковые словари русского языка дают следующие определения слову «формировать»:

1. Придавать какую-либо форму, законченность;
2. Организовывать, создавать;
3. Составлять в определенном порядке;
4. Физически развивать себя.

Если под «воспитанием» понимать процесс организации, создания, управления, становления чего-либо, совокупность приемов, систематическое воздействие на целевую молодежную аудиторию.

Не сложно заметить созвучность слов «образ» и «образование» отсюда, «воспитание образа» мы понимаем как процесс, который можно трактовать как целенаправленное регулирование становлением своего образа «Я» – здорового молодого человека.

Следовательно, воспитание здорового образа жизни молодежи выступает целесообразным и качественным организованным процессом, ориентированным на систематическое воздействие, приближающее к желательному результату. Полученный результат отражает совокупность образа поведения молодого человека или группы людей по отношению к составляющим здоровья (здоровье тела, здоровье души, здоровье разума), использующий все разновидности и достижения жизнедеятельности окружающего мира.

Поэтому, можно сделать вывод, что в достижении «искусства жить», под которым общество понимает здоровый образ жизни молодежи в совокупности всех его компонентов, выступает перед нами как адекватное сущности педагогического подхода по отношению к здоровью молодежи.

Значит, воспитание здорового образа жизни молодежи является процессом теории, методики и организации педагогических условий воспитания здорового образа жизни в учреждениях культуры на основе лично-ориентированного подхода.

Общий интерес молодежи носит достаточно выраженный характер. Диапазон этих интересов широк и многообразен. Сюда можно отнести повышенную эмоциональную, физическую подвижность, динамическую смену настроений, зрительную и интеллектуальную восприимчивость.

В условиях молодежного досуга молодежь объединяет культурно-досуговая среда, которая является приоритетным центром встречи молодежи. Свыше 63% молодых людей предпочитают проводить досуг вне дома, в компании сверстников. Попадая в сложную ситуацию, молодые люди начинают принимать советы других сверстников – лидеров общественного мнения. В специфических досуговых интересах в учреждениях культуры ведут себя самостоятельно. И.В. Бестужев-Лада пришел к выводу о том, что «...для молодежи «посидеть компанией» - жгучая потребность, один из факультетов жизненной школы, одна из форм самоутверждения!.. При всей важности и силе социализации молодого человека в учебном и производственном коллективе, при всей необходимости содержательной деятельности на досуге, при всей масштабности роста «индустрии свободного времени» - туризма, спорта, библиотечного и клубного дела - при всем этом молодежь упрямо «сбивается» в компании сверстников. Значит, общение в молодежной компании - это форма досуга, в которой юный человек нуждается органически»¹.

Здесь видно, что потребность молодежи в эмоциональных контактах во многом приведет ее в учреждения культуры.

Реализация культурной политики приоритетных направлений деятельности учреждений культуры осуществляется через проведение комплекса культурно-досуговых программ и услуг, востребованных современной молодежью.

Понятийно-категориальный аппарат исследуемой проблемы предполагает такое протекание педагогического процесса, который

¹ Бестужев-Лада И.В. Какая ты, молодежь? 2005. - С. 54.

сознательно конструируется специалистами учреждения культуры и в какой-то мере гарантируют положительный результат.

В данном контексте результат гарантирует методология личностно-ориентированного подхода и педагогические условия учреждений культуры.

Для исследования понятийно-категориального аппарата важно определиться с понятием «условие». У С.И. Ожегова и Н.Ю. Шведовой это трактуется так: «Условие – обстоятельство, от которого что-нибудь зависит; как правило установленное в какой-нибудь области жизни, деятельности%; обстановка, в которой происходит, осуществляется что-нибудь; данное требование, из которого следует исходить» [138, С.839].

Педагогическое условие – это то, от чего зависит эффективность воспитания. Это существенный компонент процесса без которого невозможно взаимодействие субъектов, а следовательно существование данного феномена. Педагогические условия – это комплекс возможных состояний, которые отображают полный набор, из которого нельзя исключить ни одного компонента. Чаще всего педагогические условия рассматриваются как внешние обстоятельства.

В педагогике существуют свои подсистемы биологических, психологических и социальных условий, которые в педагогическом процессе слиты в целостную систему многостороннего развития личности. Ю.К. Бабанский выделяет две группы условий функционирования педагогической системы. К первой группе он относит внешние условия: природно-географические, общественные, производственные, культурные и др. Вторая группа определяется как внутренние условия: учебно-материальные, школьно-гигиенические, морально-психологические, эстетические [144, С.73].

В педагогической литературе классификация педагогических условий связана с доминирующей целью, обеспечивающей решение конкретных задач в том числе и учреждений культуры.

Исследование педагогических условий необходимо, чтобы удовлетворить духовные и физические потребности участников художественной самодеятельности, членов клубов по интересам и любительских объединений. Удовлетворение духовных и физических потребностей трактуется как состояние нужды в объективных условиях, предметах, объектах, без которых невозможно развитие и существование живых организмов, их жизнедеятельность [91, С.74]. В.Г. Крысько считает, что потребность - это испытываемая личностью нужда в чем-либо [104, С. 93].

Диссертант опирается на исследование проведенное Г.С. Тарасовым: «Духовная потребность - это потребность целостной личности, причем по своей обращенности к личности - это положительная потребность. Она выступает как форма организации, выражения и развития той сферы значимости, которой живет данная личность в своей индивидуально своеобразной, но непременно общественной, социальной жизни» [190, С.187].

Физические потребности в данном контексте удовлетворяются одновременно с творческими. Поэтому духовные и физические потребности предстают в своей социально-культурной динамике, многозначности и обладают большими возможностями активирующего воздействия на аудиторию учреждения культуры. Быть членом творческого коллектива – это, прежде всего деятельность над совершенствованием своих исполнительских навыков и умений, расширение художественного кругозора, упрочнение коммуникативных связей, в основе которых находится физический труд, а следовательно, образа жизни.

1.2. Теоретический анализ возникновения понятия «здоровой образ жизни молодежи в учреждениях культуры»

Актуально, что бы при реализации всех направлений государственной культурной политики учреждения культурно-досугового типа учитывали потребности, мотивы, интересы, запросы и психологические установки всех слоев населения и прежде всего молодежи.

Значение культурно-досуговой деятельности в социально-экономическом развитии любого общества признается во всем мире. Становясь одной из самых важных составляющих модернизационных и инновационных процессов, культурно-досуговой деятельности становится ресурсом обновления общества. «Цель государственной политики в сфере культуры - развитие и реализация культурно-досуговой деятельности и духовного потенциала каждой личности и общества в целом, и в условиях перехода экономики России на инновационный путь развития достижение этой цели становится особенно важным»².

Глобальные процессы информатизации и культурной политики приводят к развитию ценностных ориентиров. При этом выживают лишь те культуры, которые смогли адаптироваться к стремительным изменениям, приняли новейшие достижения мировой цивилизации и не утратили своей самобытности, чья идентичность имеет большую этническую и политическую глубину и силу³.

Огромное значение в развитии культуры стало принятая в 2012 году федеральная целевая программа «Культура России (2012-2018 годы)»⁴. Основная стратегическая цель программы это сохранение российской культурной самобытности и создание условий для равной доступности

² Кортунов С.В. Россия в тисках глобализации // Безопасность Евразии, 2008. - № 2. - С. 189-212.

³ Из ежегодного послания Президента Российской Федерации Федеральному Собранию Российской Федерации 12 ноября 2009 г.

⁴ Программа утверждена постановлением Правительства Российской Федерации от 3 марта 2012 г. № 186.

культурных благ, развития и реализации культурного и духовного потенциала каждой личности.

Реализация осуществляется учреждениями культуры.

В настоящее время все учреждения культуры и искусства объединяются в три группы (с учетом направленности основной деятельности): организации исполнительских искусств; библиотеки, музеи и другие учреждения музейного типа; культурно-досуговые учреждения.

Учреждением культурно-досугового типа (КДУ) называется организация, основная деятельность которой «направлена на предоставление/выполнение разнообразных услуг/работ культурно-досугового, информационно-просветительского, оздоровительного и развлекательного характера, а также на создание условий для занятий любительским художественным, декоративно-прикладным, изобразительным и техническим творчеством, развития любительского искусства, традиционных художественных промыслов и ремесел»⁵.

Основная задача учреждения культурно-досугового типа, как социального института, заключается в развитии социальной активности и творческого потенциала личности, организации разнообразных форм, средств и методов создания условий полной самореализации личности.

Формирование молодежной аудитории - одна из важнейших задач специалистов учреждений культуры. Наличие молодежной аудитории можно назвать как успех учреждений культуры. Общие интересы у разных людей служат объективным условием формирования молодежной аудитории. Для молодежного возраста характерен переход от зависимого «воспринимающего» положения к более независимому, активному.

Описывая особенности молодежного возраста, важно обратить внимание на его внутреннее, психологическое содержание. Такого рода

⁵ Распоряжение Минкультуры России от 18.09.2009 г. № Р-6 «Об утверждении номенклатуры государственных и муниципальных услуг/работ, выполняемых организациями культурно-досугового типа Российской Федерации».

знания помогут правильно оценить молодежную аудиторию и успешно работать с ней в учреждениях культуры.

Молодежь - это социальная группа, которую составляют люди, осваивающие и присваивающие социальную субъективность, то есть объективно связанные на определенном этапе своей жизни переходом от преимущественного свойства быть объектом социализации к преимущественному свойству быть субъектом социальной деятельности, имеющие социальный статус молодых и являющиеся по самоидентификации молодыми (А. Ковалеву и В Лукову).

Молодежная аудитория учреждений культуры - это временная общность людей, возникающая в связи с конкретным источником информации. Она вступает с ним в определенные отношения и на этой основе приобретает специфические (аудиторные) интересы, позволяющие отличать молодежную аудиторию от других общностей людей.

Основным отличием, служат отношения молодежной аудитории учреждений культуры с источниками информации, которые постоянно развиваются, меняются, приобретают новые формы, которые могут прерываться и возобновляться. Потому для молодежной аудитории учреждений культуры ценностное значение приобретает не только содержание информации, но и ее носитель.

Нельзя забывать о том, что любые возрастные группировки отчасти условны, потому что особенностью молодежного возраста в целом психологи называют непрерывное изменение установок и ценностей, происходящее буквально каждый год в жизни человека в этот период⁶.

В реальной жизни необходимо учитывать также специфические особенности и законы индивидуального развития (в том числе и физиологические), существующие в тех или иных географических регионах, культурные традиции. Если применять это утверждение к деятельности учреждений культуры, можно сказать, что возрастная сегментация указывает

⁶ Кон И.С. Психология ранней юности. - М., 1989. - С. 32-68.

на необходимость более тщательно продумывать концепции новых направлений деятельности учреждений культуры, внимательно относиться к различиям в аудиторных группах.

Деструктивность выступает разрушением человеческого поведения, а затем и окружающих людей и среду.

В «Словаре иностранных слов и выражений» деструктивность излагается как «разрушение, стремление к порче; неплодотворность» [139, С. 38].

Актуализируя понятие «деструктивное поведение» в широком семантическом аспекте, обозначает этимологию.

В словаре иностранных слов термин «деструкция» (лат. destructio) обозначено в виде разрушения, нарушения нормальной структуры чего-либо [105, С. 129].

С.И. Ожегов слово «поведение» обозначается как образ жизни и действий [152, С.184].

Первые представления о феномене «деструктивность» содержатся в работах А. Адлера, В. Штекеля, К.- Г. Юнга, С. Шпильрейн, З. Фрейда, Э. Фромма.

Следовательно, деструктивное поведение молодежи можно назвать образом жизни и действия. Деструктивное поведение приводит к нарушению структурирования его личности, разрушению психологического и физического состояния и, в итоге, к скорейшему «прекращению жизни».

Концепции российских ученых профилактики деструктивного поведения молодежи ставят акцент «на превенцию суицидогенных составляющих семейного воспитания» – гиперопеки, авторитаризма с фригидными установками, низкого образовательного и культурного уровня.

Гиперопека (гиперпротекция) является стратегией семейного воспитания, где у родителей возникает желание в полном объеме контролировать поведение молодых людей, при этом заставляя их точно копировать собственную ценностно-нормативную систему. В подобного рода

системе воспитания практически вне социума находится личность молодого человека и неизбежно изменение системы ценностей. Следствием подобного рода стратегии выступает резкое падение адаптивных способностей личности молодого человека, беспомощность, конфликты с одноклассниками, личностный инфантилизм.

Молодежь сегодня стремится самоутвердиться в основном деструктивными способами. Особенно «золотая» молодежь.

Одна из наиболее известных теорий, которая объясняет наличие разрушительного начала в человеческой природе, - это концепция З. Фрейда, который отмечал, «что все люди имеют деструктивные тенденции, то есть антиобщественные и антикультурные, и что у большинства людей они достаточно сильно развиты, чтобы определить свое поведение в человеческом обществе» [174, С. 96].

Змановская Е.В. структуру деструктивного поведения молодежи представляет так:

- циклически повторяющиеся воздействия, однообразные по итогу;
- маргинальные воздействия и действия, формирующиеся в переходном состоянии от одного статуса в другой;
- схемы поведения и стандарты, которые часто рассматриваются как эталоны поведения;
- действия, где лежит рационализированная смысловая схема, которая переведена в проект стойких убеждений;
- акции, которые совершаются под диктатом тех или же других обстоятельств;
- спонтанные поступки и действия, спровоцированные чувственным состоянием;
- осмысленное или же неосознанное повторение стандартов глобального и массового поведения;
- поступки и действия как модификация воздействия иных субъектов, которые используются как всевозможные формы принуждения и убеждения.

Автор диссертации согласен с мнением Змановской Е.В., что деструктивное поведение молодежи возможно структурировать, особенно в условиях досуга. Это прежде всего через предметно-целевую деятельность с использованием пространственно-временных возможностей достижения конкретной цели. Поэтому деструктивное поведение молодежи в условиях досуга определенным образом находится под влиянием факторов обучения, систем коммуникации, при взаимодействии с которыми разворачивается все множественное разнообразие поступков и действий.

Достижение определенных итогов независимости от каких-либо положительно влияющих факторов предметной деятельности и попадание под влияние деструктивного поведения разрушает социально важные и культурные образцы.

Рассматривая деструктивное поведение молодежи в условиях досуга необходимо определить параметры маргинальности, которые связаны с особенностями личности, испытывающей разного рода и вида социально-психологическое давление и личностное неудовлетворение, демонстрирующее низкий уровень асертивности, социальную адаптацию и психологическую защиту в условиях негативного воздействия окружающего мира.

И.П. Брызгунова считает, что для грамотной профилактики деструктивного поведения молодежи прежде всего необходимо восстановить их доверительную связь с родителями [32, С. 116] Чем меньше молодой человек доверяет своим родителям, тем чаще его мучают мысли об отсутствии перспективы в жизни. Эмоционально-близкие, доверительные отношения между представителями молодежи с родителями уменьшают постоянные споры и конфликты увеличивают на 20 % продолжение жизни всем субъектам данного процесса.

Надо отметить, что состояние одиночества прослеживалось в ответах более 20 % опрошенных на констатирующем этапе исследования, когда в сложных ситуациях своей жизни им не к кому было обратиться за помощью.

Вот почему целесообразно при помощи тренингов, ролевых и деловых игр обучать молодежь в учреждениях культуры общению, так как заниженный уровень общительности порой имеет место быть при отсутствии необходимых познаний и навыков как у родителей, так и у взрослых молодых людей.

Как показывают исследования многих ученых-педагогов на каждой возрастной ступени молодого человека существуют субъективные предпосылки для того, чтобы он стал жертвой стечения неблагоприятных жизненных обстоятельств. Подобного рода ситуацию предопределяют в итоге индивидуально-личностные особенности субъекта, являющиеся в данном случае основой его «виктимности» (лат. *victimе* – жертва).

Е.П. Митина специально подчеркивает, что на индивидуальном уровне виктимизация молодого человека зависит от темперамента и некоторых других психологических свойств, от генетической предрасположенности к саморазрушению или отклоняющемуся поведению [136, С. 42].

Аддиктивная реализация молодого человека заменяет собой эмоциональную привязанность к другому человеку, любовь, дружбу, творчество. Что особенно ярко проявляется в условиях досуга. Процентное соотношение с числом служебных романов не соотносимо.

В условиях рыночной экономики на сегодняшний день острой конкуренции на рынке труда, увеличивающейся техногенной нагрузки, ухудшающейся повсеместно экологической обстановки резко повышаются высокие требования к уровню здоровья молодежи.

Забота о сохранении здоровья и увеличение порога продолжительности жизни молодежи в условиях досуга ставят перед учеными ряд новых теоретических и практических задач. Воспитание познаний о здоровье и о ведении здорового образа жизни молодежью в условиях, совершенствование деятельности по воспитанию здорового образа жизни в учреждениях культуры за последнее десятилетие стало актуальной проблемой для изучения теории, методики и организации социально-культурной

деятельности. В современных исследованиях рассматривается множество аксиоматических положений, касающихся феномена здоровья молодого человека. Изучению понятий, путей и средств воспитания здоровья и здорового образа жизни молодежи мы уделяли специальное внимание в первом параграфе первой главы.

Здесь особенно важно, на наш взгляд, подчеркнуть на сегодняшний день много подходов к исследованию здорового образа жизни молодежи и принципов его воспитания в учреждениях культуры. Данная проблема всегда волновала специалистов, сотрудников и их актива.

Еще с древности и по наши дни проблемы физического воспитания, закаливания, гигиены, душевной гармонии рассматриваются как некоторые основы здорового образа жизни. Стоит отметить, что выдвижение проблемности здорового образа жизни молодежи и изучение основ понятия «здоровье» активизировалось в научных трудах конца XIX – начала XX веков. Благодаря исследованиям С.П. Боткина, Н.А. Добролюбова, И.М. Сеченова, Н.И. Пирогова и других обозначились приоритеты сохранения здоровья и образа жизни с преимущественной направленностью на сохранение здоровья у молодежи.

В период 1901 – 1918 гг. в научно-популярной литературе вышли труды Гоппе-Зейлера, Л.И. Ляховского, Т.С. Клеустона, П.И. Орлова и другие. При рассмотрении понятия «здоровья» этими учеными были выявлены неблагоприятные факторы, которые влияют на молодого человека, в том числе, болезни «поведения» – нарушения здоровья, связанные напрямую с «рискованным» образом жизни молодого человека. Было доказано, что наличие у индивидуума факторов риска, таких как вредные для здоровья привычки, определенный социальный и сексуальный образ поведения – повышает вероятность развития различных заболеваний.

Психолого-педагогические составляющие культурно-просветительской работы о здоровом образе жизни заложены Е.Н. Медынским, А.У. Зеленко и А.А. Петровым, которые во множества собственных изысканий раскрывают

сущность и показывают ее специфику. В 1925 году в первый раз издано систематизированная методическая инструкция «Принципы и способы клубной работы» М.В. Петровского, в котором рассматривались вопросы активации клубной аудитории, а еще предоставлены указания по применению методик и способов достижения установленной цели [159, С. 20].

В начале XX века активно стали дискуссироваться вопросы профессионального самочувствия человека. Во времена советской России данное содержание было достойно представлено в научно-практической работы В.М. Бехтерева [30, С. 16].

По его инициативе и под его управлением в 1918 году в Петрограде был создан институт по исследованию мозга и психологической работы, в состав которого была включена лаборатория труда. Основной задачей лаборатории стало изучение процесса – разработки мероприятий по сохранению хорошего самочувствия и развития личности трудящихся. В ведущую базу исследований был заложен объемный подход к всестороннему изучению работающего человека.

При «Институте мозга» было скооперировано издание небольших по размеру для широкого круга читателей научно-популярных книг. Первая работа в данной серии в 1926 году была подготовлена доктором В.П. Кашниковым «Труд и здоровье» [103, С. 198].

В довоенное время находит отражение идея валеологического воспитания в образовательном учреждении. Основоположниками этого направления были С.М. Булгаков, Н.А. Бердяев, В.В. Веньковский и другие.

В работе С.М. Булгакова «Основные проблемы теории прогресса» показаны главные посылы теории прогресса и выделена тема гармонии развития человека, природы, и общества. В эти годы активизируется разработка уроков здоровья, чему способствует издание учебных пособий по гигиеническому воспитанию С.П. Варламовой, которая призывала обучать

подростающее поколение «технике выполнения гигиенических навыков» [43, С. 82].

В системе здравоохранения быстрыми темпами стало развиваться просвещение санитарного характера, как одного из самых ключевых направлений профилактического этапа медицины, которое было отмечено в нашей стране в 20-е годы XX века и перекинут «мостик» от внедрения составляющих гигиенической грамотности в обществе до воспитания санитарной культуры населения. В отдельную ветвь здравоохранения и врачебной науки постепенно вырисовывался образ жизни. Хотя уровень жизни был еще на низком уровне. Значительную лепту в этот процесс внесли выдающиеся организаторы русского здравоохранения Н.А. Семашко, З.П. Соловьев, видные функционеры врачебной науки В.М. Бехтерев, Д.К. Заболотный, Л.А. Тарасевич, Н.Н. Бурденко и иные.

Академик Н.А. Амосов, в книге «Раздумья о здоровье» обстоятельно рассматривает вопрос о моде на здоровье. Вот его рассуждения: «Спортивность между молодежью имеет возможность стать модой и удержаться, от того, что она соответствует натуральной потребности идти в детском возрасте. В то же время непросто рассчитывать на создание «моды на здоровье» с ограничениями и нагрузками, которая имела возможность бы распространиться и сдержаться между людьми среднего возраста и старыми... Современная культура предлагает молодому человеку для хорошего самочувствия и длительной жизни значительно больше возможностей, чем ограничений.

Надо уметь ими воспользоваться: отрицать излишки еды и тепла, восполнять дефекты физических нагрузок и уничтожать чрезмерные психологические раздражители, различного рода неприятности, если точнее дистрессы, негативные впечатления. В данном случае и есть сущность способа ограничений и нагрузок. В обмен возможно получить хорошее самочувствие, вероятность полноценно существовать и трудиться».

В конце 1980-х и начале 1990-х годы коренным образом поменялись как количественные, так и качественные характеристики исследований, которые направлены на благоприятное самочувствие и решение задач по организации ведения здорового образа жизни молодежью, детализировано разрабатываются.

Педагогической методикой информируется при помощи печати целый ряд непривычных или, ранее неприемлемых для научной и методической литературы тем и задач, которые до этого были скрытны, или нивелировались, доводились до значения «отдельных проявлений», абсолютно «необразных для русского образа жизни».

В этот период проблемами проведения культурно-просветительной работы по воспитанию здорового образа жизни стали заниматься С.А. Аптаев, В.Н. Кудинов, В.А. Холодов, И.И. Шувалов и другие. Однако эти авторы не имели концепции разработки механизма по воспитанию основ здорового образа жизни для молодежи.

В это десятилетие «понятие «здоровье» продолжает трактоваться через понятие «нездоровье», то есть в зависимости от распространения тех или иных форм болезней, дефектов развития, несчастных случаев, уровня смертности».

Целостное развитие личности в немалой степени обеспечивается процессом ее самореализации, сущность которого обозначил Б.А. Кобринский: «Внутренняя цель, преследуемая человеком при осуществлении неких высших целей, от выполнения которой он получает удовлетворение, и есть самореализация личности» [104, С. 129].

Черносвитов Е.В. уточняет: «человеческий индивидуум находится в развитии непрерывно в зависимости от социальных и культурных аспектов и строит свою личность в процессе социальной интеракции; личностью формируются свои черты и функции в ходе всего жизненного цикла в определенном мире; развитие личности находится в подчинении естественных законов, которые воздействуют на человека» [195, С. 18].

Истоки теории социализации отражены в работах Н.А. Безруких, который пытался раскрыть о процессе интернализации норм при помощи социального взаимодействия, которое предполагает, что «социальный деятель, индивидуум или общество постоянно находятся в физическом и духовном окружении других социальных деятелей и ведут себя соответственно этой социальной ситуации» [28, С.47]. В основу своей идеологии Н.А. Безруким заложен принцип подражания, а отношение «учитель – ученик», которое воспроизводится на разных уровнях, определил как видимое социальное отношение.

Как отмечает А.Г. Черницкий, молодежью осваивается экспериментальный контекст окружающей его действительности на много раньше, чем у него возникает индивидуальная рефлексия [192, С. 88].

Д.Н. Лоранский, в своей книге «Азбука здоровья» раскрывает некоторые компоненты и составляющие здорового образа жизни.

В конце 40-х годов XX века американские ученые обратили свое внимание на различия познавательных процессов индивидуального характера. Р. Гарднер определяет стиль познавательной деятельности как «сверхординарную структуру «Я», которую составляет система индивидуальных регуляций» [Гарднер Р. ПСС, Т.2. -563 с, С. 4].

Проблема возрастания социальной ценности здоровья человека и осознания компонентов и факторов здорового образа жизни молодежи в нашей стране прошла сложный путь теоретического осмысления и практических действий. В качестве возможных подтверждений ее периодизации выдвигаются различные критерии: даты принятия важнейших законодательных актов, соответствующих решений и программ партии, этапы научно-технического перевооружения здравоохранения и так далее. Однако начальной стадией для социологической интерпретации здоровья принято считать определение и стратегию, принятые Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ).

Следовательно, события по воспитанию здорового образа жизни молодежи и профилактическая деятельность учреждений здравоохранения считаются приоритетной задачей государственного плана «Здоровье».

В настоящее время по воспитанию здорового образа жизни молодежи из просветительской работы, которая касается деятельности учреждений культуры, здравоохранения, плавно реинкорнировалась (именно в сфере здравоохранения), в компетенцию профессиональной деятельности. Иными словами, происходит внедрение информационно-обучающих технологий в профессиональную медицинскую практику. До этого одним из базовых принципов в заботе собственного здоровья у молодого человека был поставлен принцип «Самолечение – вред», и при выявлении признаков недомогания рекомендовать как правильно производить лечение для сохранения здоровья имел право только медицинский работник.

Оценка любого поведения под собой подразумевает его сравнение с какой-нибудь догмой, проблемное поведение довольно часто называют деструктивным.

Деструктивным поведением Лазарус Р. называет поведение, где устойчивым образом проявляются отклонения от социально-значимых норм, как корыстной, агрессивной ориентации, так и социального и пассивного образа [119, С. 154].

К социально-значимым отклонениям алчной направленности относят нарушения закона и проступки, которые связаны с влечением получить имущественную выгоду (хищение, кражи, спекуляция, протекция и т.д.). Между молодыми людьми такое разнообразие отклонений может быть проявлено как в виде криминальных уголовно-наказуемых поступков, так и в виде правовых проступков и морального поведения.

Имеющие место быть отклонения общественного и в тоже время пассивного типа поведения выражаются в скоротечном процессе ухода от интенсивной социальной жизни, в уклонении от собственных гражданских

обязательств и долга, нежелании улаживать как личностные, так и общественные проблемы.

К подобного рода проявлениям деструктивности относят уклонение от работы и учебы, бродяжничество, распитие спиртных напитков и употребление наркотиков, токсических средств, которые погружают в мир иллюзий и негативно влияют на психику. Разным образом может проявляться общественная и пассивная позиция. Нужно разглядеть более часто встречающиеся проявления общественного поведения молодых людей, с которыми сталкиваются учителя и родители.

Особенно распространенным деструктивным поведением современной молодежи в условиях досуга является алкоголизация и ранний алкоголизм.

Отклоняющееся поведение в молодом возрасте нередко имеют свое сопровождение с алкоголизацией и употреблением токсикосодержащих веществ, в окружающем нас мире. Зачастую неизменным способом происходит рост числа молодых людей с аддиктивным, зависимым поведением, начала употребления алкогольных напитков и токсикосодержащих веществ. По данным одного из выборочных опроса (Ф.С. Махов), спиртосодержащие напитки в 8-ом классе употребляли примерно 69 %, в девятом 79 %, в десятом 90 % мальчиков.

Особенность воздействия алкоголя фармакологического характера на психическое развитие заключается в том, что, с одной стороны, он, особенно большими дозами, подавляет психическую активность, с другой стороны, если это в малых дозах, производит стимуляцию ее, одновременно снимая торможение сознания, одновременно, давая выход подавленному желанию и импульсам.

Для молодых людей, которые употребляют спиртные напитки, более характерной является мотивация, которая связана с гиперактивностью поведения. При приеме спиртных напитков у молодых людей по разному происходит реакция. У одного наступает облегчение с общением. У кого-то происходит возможность преодолеть замкнутость, придается чувство

уверенности в своих возможностях, а другим дается возможность демонстративно проявить свои способности, блеснуть «сексуальными подвигами».

У тех, кто пьет токсикосодержащие препараты, объективно главнее считается мотивация, которая связана с редукцией чувственного напряжения («После вдыхания клея, мне было индифферентно, что творится вокруг», «Я забывал о раздорах с родителями и проблемах в школе», «Я желал освободиться от нехорошего настроения», «Моя жизнь была скучноватой, я заметил иной мир»).

Изучение мотивационной сферы молодежи с позиций деструктивного поведения показывает, что многочисленные потребности у молодых людей блокированы.

Для группы молодежи, которая предпочитает употреблять токсикологические вещества (клей «Момент», дихлофос и другие), является значимой фрустрация потребности в безопасности.

Чаще всего молодые люди с деструктивным поведением вырастают в плохих семьях или же в семьях полных и внешне абсолютно благополучных, морально ущербных, не развивающихся. В аналогичных семьях не случается осуществление таких весомых функций, как процесс обеспечения базовых потребностей представителей молодого поколения в родительской любви и интересе. У подобного рода молодых людей авторитет чувственного отвержения, который обоснован личными психологическими проблемами родителей, как неразвитость родительских чувств, проекция на ребенка личных неприятных ощущений, игнорирование его потребностей.

Наиболее целесообразно, на наш взгляд, затрагивать тему здоровья молодежи необходимо с профилактики курения. По специальным выборочным данным ЦНИИ санитарного просвещения, среди молодежи курят 59 % юношей и 22 % девушек, при этом каждый шестой курящий употребляет более 19 сигарет в день и каждый второй – от 9 до 19. Растет

число представителей молодого поколения, которые употребляют наркотики и их различные заменители.

С каждым годом число молодых людей, которые зависят от наркотиков, возрастает в огромное количество раз. Определенное количество лиц, которые злоупотребляют наркотиками в нашей стране, связывать необходимо, вероятно, вследствие несовершенства системы общественного контроля, но по кое-каким оценкам в 2011 г. их было от 1,7 до 6,5 млн человек, то есть от 2 до 4 % всего населения России. Степень употребления наркотиков имеет возможность рассматриваться как угрожающий генофонду цивилизации, в случае, если 5 % населения государства будут употреблять наркотики.

По полученным данным социологических исследований, в 2012 г. в России данное процентное соответствие значительно повысилось. Большая численность наркоманов (до 69 %) это вполне молодые люди в возрасте до 29 лет. Соответствие мужского и женского пола составляет приблизительно 10:1 (на Западе 2:1). Больше 59 % наркоманов в первый раз пытаются попробовать наркотики в возрасте до 20 лет. Наркомания это, на сегодняшний день, актуальная молодежная проблема.

Наркомания содержит тяжелейшие отрицательные общественные результаты: подъем преступности, подъем смертности, быстрый процесс деградации личности и издержки трудоспособности.

По сведениям МВД РФ, в 2012 г. численность правонарушений, которые связаны с ролью молодых людей в наркобизнесе, выросло в 12 раз по сопоставлению с 2011 г. По сведениям социологических выборочных опросов, в 2012 г. 8 % молодежи время от времени употребляли наркотики, ещё 21 % - пытались их применять.

Наркотизация в Российской Федерации становится характером государственного бедствия, уже в данный момент большая часть представителей молодого поколения (29,4 %, то есть практически одна треть) имеет отношение к наркотизации. Быть «обколотым», «обкуранным» модно,

стильно, престижно среди молодого поколения. Вовлечению молодых людей в наркотизацию содействуют стрессовые, социально-экономические обстоятельства нашего времени, девальвация духовных ценностей в нашем обществе, отступления от общепризнанных мерок нравственности, насаждения культа «потребительски-эгоистического дела к жизни», безразличия к другим.

В случае, если в обозримом будущем со стороны России не станут реализованы законодательные, общественные, психологически-педагогические, меры по лимитированию использования наркотиков, то по мониторингам профессионалов при сегодняшнем темпе наркотизации к 2050 г. 80 % студенческой молодежи и молодых людей будут покупателями наркотиков, случится генетическое и телесное самоуничтожение.

Как и алкоголизм, наркотизм молодежи связан с психологическим экспериментированием, розыском свежих, необыкновенных чувств и переживаний. По исследованиям врачей-наркологов, две трети процентов молодых людей в первый раз приобщаются к наркотическим препаратам из любопытства, стремления признать, что «там», за гранью запрещенного.

Временами первую дозу навязывают ложью, под обликом табака или же напитка. Одновременно вместе с тем – это массовое появление, связанное с подражанием старшим и воздействием группы.

Долговременное эмоциональное усилие, которое связано с депривацией родительской любви, мешает адекватному психосоциальному развитию, содействует фиксации инфантильных форм поведения, проявляющихся в эмоционально-волевой незрелости, слабо развитом чувстве ответственности за свое поведение, невысокой фрустрационной толерантности психотропные препараты, вызывающие визуализацию представлений, носящих броский, взрывной нрав, или эйфорию с переменной сознания, считаются специфичной формой психической обороны, в некой мере компенсирующей для молодежи недостаток родительского тепла, формируя иллюзию перенесения в «детский мир радостей».

В этом и есть сущность способа ограничений и нагрузок. Взамен возможно получить самочувствие, вероятность полноценно «существовать и трудиться».

В конце 1980-х и в 1990-е годы коренным образом изменяются как количественные, так и высококачественные характеристики исследований, приуроченных к здоровью и задачам организации здорового образа жизни молодежи, отчетливо разрабатывается и обширно освещается в печати целый ряд непривычных для научной литературы тем и задач, которые до этого не обсуждались (вопросы полового воспитания).

В этот период проблемами проведения культурно-просветительной работы по воспитанию здорового образа жизни в учреждениях культуры стали заниматься С.А. Аптаев, В.Н. Кудинов, В.А. Холодов, И.И. Шувалов и другие.

Постоянный мониторинг изменений, которые происходят в окружающей среде, обеспечивают реальную картину деструктивного состояния поведения молодежи.

Проблема возрастания социальной значимости здоровья молодого человека и осознания компонентов и механизмов здорового образа жизни молодежи в нашей стране прошла сложный путь теоретического осмысления и практических действий. В качестве возможных критериев ее периодизации выдвигаются различные критерии: даты принятия важнейших законодательных актов, соответствующих решений и программ Правительства Российской Федерации, этапы научно-технического перевооружения здравоохранения и так далее.

В 1998 году была принята новая версия стратегии – «Самочувствие для всех в 21 веке», ключевой целью которой считается – достижение максимально вероятного значения здоровья всех обитателей регионов мира.

Главная и неизменная задача представленной стратегии заключалась в достижении полной реализации всеми людьми собственного «потенциала в здоровье». На данную генеральную стратегию откликнулось и наше

Правительство, которое издало соответствующий документ: закон «О совершенствовании гигиенического воспитания населения Российской Федерации и пропаганды здорового образа жизни». Ключевую роль в данном документе играет то, что: ответственным за процесс воспитания здорового образа жизни молодежи возлагается на медицинского работника, что и так входило в обязательную составную часть профессиональной работы независимо от специальности и занимаемой должности. Поэтому решение вопросов воспитания здорового образа жизни у молодежи введено в повестку медицинских и фармацевтических совещаний и семинаров работников здравоохранения, в учебные планы по специализации и усовершенствованию работы медицинских кадров.

С 1 января 2006 года дан старт проекту «Здоровье». Ему уже присвоили название «Национальный приоритетный проект». Основной задачей которого заключалось в улучшении ситуации в здравоохранении и создании условий для будущей модернизации государства.

Цель национального проекта «Здоровье» – снижение инвалидности и уровня смертности населения, сохранение здоровья работающей и не работающей категории населения.

В настоящее время деятельность по воспитанию здорового образа жизни молодежи из просветительской, касающейся сфер как культуры, так и здравоохранения, перешла (в частности в сфере здравоохранения) в компетенцию профессиональной деятельности – происходит внедрение информационно-обучающих технологий в профессиональную медицинскую практику. Ранее одним из главных принципов в заботе о собственном здоровье у человека был принцип «Самолечение – вред», и при появлении признаков недомогания рекомендации по сохранению здоровья имел право предоставить только медицинский работник.

На сегодняшний день широко внедряются «Школы для больных» и обучение навыкам сохранения здоровья у дееспособных молодых людей. В данных «Школах» медицинские работники знакомят представителей

молодого поколения с основами соблюдения здорового образа жизни, с нюансами современной диагностики и лечения разного рода заболеваний.

Одной из современных мер реализации пропагандирования здорового образа жизни Т.Л. Ощепкова называет необходимость создать постоянную информационно-пропагандистскую и просветительно-образовательную систему, воздействующей на сознание и чувства человека. Автор отмечает, информационную, образовательную и воспитательную, функции агитации и пропаганды [157, С. 64].

В.С. Астафьев, В.В. Борисов, Н.Л. Гусева, В.Г. Шилько предлагают применение различных комплексных ориентиров двигательной активности, реализуемых во внеурочное время: самостоятельные занятия, осуществляемые на основе приобретенных знаний, занятия в общественных самодеятельных клубах, занятия в группах здоровья и другие [35, С. 439].

По данным вышеперечисленных авторов внедрение данной модели воспитания здорового образа жизни даст возможность повысить уровень физической подготовки, посещаемость занятий по физической культуре, привлечь к участию в занятии физкультурно-спортивной деятельностью более 50 % опрошенных. П.А. Виноградов считает, что большинство опрошенных признают необходимость самостоятельных занятий с физической нагрузкой, однако понимание важности этого в укреплении здоровья не стало основанием для систематических занятий физическими упражнениями [166, С. 332].

А вот в своих исследованиях Т.В. Скобликова, указывает на то, что более 70 % выпускников вузов считают, что они не получили необходимых знаний и умений для самостоятельного занятия физическими упражнениями [192, С. 221].

Достаточно влиятельное место, по мнению, Н.В. Протасовой, О.В. Тимофеевой в воспитании здорового образа жизни у молодежи занимает эстетический потенциал занятия физической культуры [161, С. 68]. Это авторы особенно подчеркивают, что в современном обществе формируется

новый эстетический и художественный феномен занятия массовой физической культуры: спортивные праздники, театрализованное представления и зрелища открытие и закрытие которых можно назвать инновационным проявлением союза спорта и искусства. Внедрение в практику спортивно-оздоровительных программ типа чирлидинга способствует воспитанию ценностно-мотивационной сферы молодежи, повышает интерес к занятиям физической культурой, активизирует появление разнообразных талантов.

Для того, чтобы повысить уровень показателей здоровья и приобщить к ведению здорового образа жизни молодежь широко обсуждается актуальность развития профессионально-прикладной физической культуры. Различные авторы рассматривают личностную и социальную значимость, функции и эффективность в системе здоровьесбережения. Стремятся раскрыть специфику прикладной и общеприкладной функций удовлетворения естественных потребностей молодого человека к физической подготовке к труду.

Актуализируется значимость развития профессиональных и психофизических способностей и психофизиологических функций молодого человека.

Все большее значение приобретает общекультурная функция, состоящая в содействии успешности труда в целом, социализации личности, культурному досугу, межличностному общению, физическому и психическому благополучию.

Исследования функциональных особенностей молодых людей, злоупотребляющих спиртными напитками и принимающих наркотические вещества, позволяют сделать автору диссертации вывод о том, что у данной группы преобладает наглядно – действенное и наглядно – образное мышление.

Поскольку центральная нервная система молодого человека, а именно головной мозг, для реализации процессов мышления преобразует

специфическую энергию стимулов (света, звука, давления и других) в универсальные коды нейронной активности, то чрезвычайно важно понимать как проходит процесс обработки информации. Именно головной мозг молодого человека наделен определенными областями, отвечающие за каждый конкретный мыслительный стимул.

Мышлению свойственно огромное многообразие форм, среди которых автора диссертации интересуют: суждение, умозаключение, понятие.

Суждение отражает связь сущностей. Истинным является суждение, правильно отражающее отношения, которые существуют в объективной действительности и реальности между людьми как на работе, так и в быту.

Умозаключение это такая форма мышления, которая из одного или нескольких суждений выводит новое. Процесс умозаключений происходит на индуктивном (от частного к общему) и дедуктивном (от общего к конкретному) уровне, а также по аналогии (по схожести существенных признаков).

Понятие, особенно в диссертационном исследовании, обеспечивает рассмотрение сущностей и явлений, сущностных связей и отношений, и обобщение их сущностных признаков.

Результатом мышления выступает понимание молодежью сущности предметов и явлений. Это сложный аналитико-синтетический процесс деятельности мозга, направленный на раскрытие внутренней сущности предметов и явлений, на осознание связей, отношений, отражающихся в деятельности мозга.

«Анализ заключается в мысленном расчленении предметов в сознании, выделении их составляющих, сторон, аспектов, элементов, признаков и действий; а синтез заключается в мысленном объединении отдельных составляющих, сторон, аспектов, элементов, частей и свойств объекта в единое целое» [165, С. 87].

Ряд исследователей называют принцип интеграции, под которым понимают процесс установления связей между разрозненными элементами,

ведущий к образованию некоторой целостности. Необходимым условием интеграции является наличие у разных областей знаний общих научно-исследовательских целей и задач, достижение которых требует выработки новой системы средств.

Интеграция – это не просто объединение элементов в целое, а система, движение и развитие которой способствует появлению новых, не присущих ранее этим элементам свойств, а также усилению их взаимодействий, взаимовлияний, взаимосвязей [152, С. 32].

Одним из современных проявлений интегрируемых знаний в направлении воспитания здорового образа жизни выступает внедрение количественной оценки здоровья. Исследования антропометрии и соматоскопии, обследование моторно-психических реакции, выработали общее мнение о том, что важнейшим критерием здоровья является функциональное состояние организма молодого человека.

Среди отечественных физиологов понятие функциональное состояние организма молодого человека получило развитие в исследованиях П.К. Анохина, В.И. Медведева.

А многие авторы в своих исследованиях уделяют внимание обоснованию показателей центральной нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной системы и системы крови предлагая разнообразные методики определения состояния здоровья. В.Н. Майков, в изучении функционального состояния молодого человека предпочитает математический анализ многочисленных морфофункциональных проб и тестов с учетом их значимости.

Н.Д. Граевская, считает наиболее информативными, показатели функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем, А.Г. Щедрина, – ФР, динамометрию и ЖЕЛ; Л.М. Тихомирова, Г.Т. Тэн, – коэффициент физиологической целесообразности, индекс физического развития молодого человека.

Значит, функциональное состояние человеческого организма можно определить состоянием важнейших систем его жизнеобеспечения. Изучение показателей функциональных систем и их взаимосвязей является одним из видов пропагандирования здорового образа жизни молодежи.

Автор рассматривает содержание воспитания здорового образа жизни молодежи в условиях досуга опираясь на «валеологию» как науку о здоровье. Теоретические основы валеологии содержат значительный объем медико-физиологических и социально-гигиенических знаний, обеспечивающие анализ функционального состояния здорового человеческого организма в условиях окружающей среды.

К валеологическим основам автор диссертации предлагает относить накопленные теории и методики, знания о физических упражнениях для эффективного развития здоровья молодого человека, формирование его телосложения, закаливания, повышение работоспособности, психоэмоциональной устойчивости. В науке о здоровье появился новый раздел, получивший название «донозологической диагностики».

Термины «донозологические состояния», «донозологическая диагностика» были предложены Баевским Р.М., Казначеевым В.П. Ими же были разработаны общие принципы донозологической диагностики. Донозологическая диагностика – это комплекс методических, технических и организационных средств для оценки уровня здоровья. В отличие от традиционной медицины донозологический подход к проблемам здоровья и болезни при обследовании контингентов здоровых и практически здоровых людей имеет своей целью не постановку диагноза заболевания, а определение риска его развития путем оценки адаптационных возможностей человеческого организма

В настоящее время использование знаний педагогики, социологии, психологии, медицины и биологии, позволяет ученым разрабатывать и создавать программы скрининговой диагностики состояния психофизического здоровья населения и воспитания индивидуальной

рекомендации по здоровому образу жизни (П.В. Бундзен, Р.Д. Дибнер, Е.К. Маслакова, М.В. Макагун, А.В. Малинин и др.).

Поддержание здорового образа жизни – это сложная система социальных и персональных образов, методик, форм работы, энергичности, нацеленных на преодоление факторов риска появления и становления болезней. Рациональное применение науки в интересах охраны и совершенствования здоровья человека, его общественных, психических и природных критериев и является составляющим образа жизни. Данная методика обязана координировать общие действия муниципальных, социальных организаций, медицинских учреждений, самого населения.

Таким образом, деструктивное поведение у молодого поколения, в одно и тоже время различаются как по содержанию и мотивированной направленности, так и по степени социальной угрозы, имеет возможность быть проявлено во всевозможных социально-значимых отклонениях – от нарушения общепризнанных принципов морали, малозначительных правонарушений до тяжёлых и особо тяжких правонарушений.

Деструктивные отличия появляются не только лишь во внешней поведенческой стороне. К нарушению социально-значимых общепризнанных мер и развитию ассоциального поведения ведет и деструкция ценностных ориентаций и ценностных и нормативных представлений, то есть деструкции системы внутренней регуляции.

Среди ассоциальных проявлений необходимо обозначить докриминогенную степень, в случае, когда представитель молодого поколения ещё не стал субъектом правонарушения и его социально-значимое аномалия имеет место быть на уровне незначительных правонарушений, несоблюдении общепризнанных норм морали, правил поведения в социальном пространстве, уклонении от социальной работы, в употреблении спиртных, наркотических, токсических средств, которые разрушают психику.

Общие отличия, которые выражаются в криминальных уголовно-наказуемых деяниях, когда представитель молодого поколения становится

субъектом правонарушения, расследуемое следственными и судебными органами, предполагают собой большую серьезную социальную угрозу и относятся к криминогенным проявлениям.

Основными механизмами дезадаптации, формирующими деструктивное поведение молодых людей, являются камуфляжные функции мышления, приводящие к дезориентации индивидуума и социума, способности обманывать себя, неспособности изменить ситуацию и самого человека.

Процессом сохранения прошлого знания, который делает возможным его повторное использование в повседневной деятельности, выступает память. Эмоциональная память воспринимается молодым человеком как способность запоминания эмоциональных переживаний, эмоционально окрашенных реакций на конкретные воздействия в конкретной ситуации.

Входные ворота интеллекта (память) играют важную роль в адаптации индивидуума на личностном уровне, так как выступает фактором подкрепления приобретенных жизненных навыков. Основой выступает исторический (филогенез) и индивидуальный (онтогенез) опыт.

Эту оценку человек дает непроизвольно, часто неосознанно сопоставляя информацию о средствах и времени, которые необходимы для удовлетворения потребностей, с информацией, которой он располагает в данный момент. К развитию отрицательных эмоций (фрустрации, гнева, раздражения, и т.п.) приводит низкая вероятность удовлетворения потребности.

Деструктивное поведение считается итогом негативного общественного становления личности человека.

Мы определили основной понятийно-категориальный аппарат исследуемой проблемы и выяснили, что это образ социального поведения, характеризующийся тем, то человек может выйти за пределы дисциплинарных рамок образовательного учреждения, это приводит к

конфликтам и к возникновению напряженности в учебно-воспитательном процессе.

1.3. Личностно-ориентированный подход к воспитанию здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры

Личностно-ориентированный подход к воспитанию здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры - это концентрация внимания всех специалистов и педагогов занимающихся этим направлением деятельности на целостной личности участника процесса. Цель личностно-ориентированного подхода к воспитанию здорового образа жизни в учреждениях культуры - это создание педагогических условий для полноценного сосредоточения молодого человека к выбору видов деятельности соответствующих данному направлению. Это и творчество; создание образа «Я» и ответственность. В личностно-ориентированном подходе главное действующее лицо - посетители учреждений культуры. Это прежде всего участники художественной самодеятельности, клубов по интересам, любительских объединений и широкий постоянно действующий актив при администрации.

Целью личностно-ориентированного подхода является создание условий для полноценного развития, которые в данном направлении выглядят следующим образом. Это: умение рефлексировать, оценивать ценность своей жизни; поиск смысла жизни, приложения творческих сил, формирование образа «Я» и т.д.

Следует напомнить, что личностно-ориентированный подход к воспитанию здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры в психотерапии, в образовании, в управлении организациями, в медицинской практике и брачных отношениях связывают с именем Карла Роджерса. Карл Роджерс был одним из создателей гуманистической психологии 60-80-х годов. Благодаря его научной деятельности и практике реализация

гуманистической психологии осуществляется посредством личностно-ориентированного подхода.

Многие отечественные психологи и педагоги отмечают, что гуманистические идеи Роджерса способствуют увеличению потенциала обучения, что особенно важно «для демократизации и гуманизации нашей школы и общества в посттоталитарный период»⁷.

А поскольку педагогика наиболее тесно связана с психологией. Эту связь определяют общность предмета изучения, методов изучения», но и общетеоретические позиции, видение и понимание природы человеческого в человеке. Различные психологические теории приводят к различным педагогическим позициям»⁸.

По своей сущности личностно-ориентированный подход к воспитанию здорового образа жизни у молодежи в учреждениях культуры противостоит ранее существовавшей в советское время массовости, модели воспитания через массовые и групповые формы.

Личностно-ориентированный подход направлен на удовлетворение потребностей и интересов в большей мере молодого человека, нежели массового подхода. При применении данного подхода педагоги, руководители творческих коллективов в учреждениях культуры основные действия направляют не для формирования у молодежи социально-типичных свойств, а для развития в каждом из молодых людей уникальных личностных качеств.

В данном контексте можно выделить три составляющие личностно-ориентированного подхода к процессу воспитания здорового образа жизни у молодежи в учреждениях культуры. Первое - это актуальность развития у молодого человека стремления к самопознанию и самопостроению. Второе. Это комплексное воздействие, при котором педагог содействует развитию как индивидуальности молодого человека, так и его субъективных качеств.

⁷ Исенина М.М. Предисловие к книге К. Роджерса «Взгляд на психотерапию. Становление человека». - М., 1994.-С.33.

⁸ Пидкасистый П.И. Педагогика. - М., 1996. - С. 14, 25.

Личностно-ориентированный подход отличается от традиционных в деятельности учреждений культуры тем, что он позволяет выбрать направление в жизни молодежи, то есть изменить психологию, чтобы сосредоточиться на воспитании здорового образа жизни.

Личностно-ориентированное воспитание здорового образа жизни у молодежи в учреждениях культуры - это развитие и саморазвитие личностных качеств на основе общечеловеческих и отечественных ценностей. «Гуманистическое личностно-ориентированное воспитание - это педагогически управляемый процесс культурной идентификации, социальной адаптации и творческой самореализации личности, в ходе которой происходит вхождение ребенка в культуру, в жизнь социума, развитие всех его творческих способностей и возможностей»⁹.

С этих позиций и действую в большинстве учреждений культуры, где способны оказать посетителям помощь в осознании себя личностью, в раскрытии своих творческих возможностей, становлении самосознания, самореализации и самоутверждения.

Отсюда, личностно-ориентированный подход к воспитанию здорового образа жизни в учреждениях культуры это искреннее отношение педагога к каждому как к личности, как к сознательному субъекту.

Личностный подход - это важнейшее методологическое опосредование для многих педагогических теорий. Это теории, которые учитывают специфику индивидуальности молодого человека в развитии и саморазвитии. Теоретиком личностно-ориентированного подхода стал С.Л. Рубинштейн. Другой известный психолог К.К. Платонов считал, что личностно-ориентированный подход - это индивидуальный подход к человеку как к личности с пониманием ее как системы, определяющей все другие психологические явления.

⁹ Бондаревская Е.В. Педагогика: личность в гуманистических теориях и системах воспитания: Учеб. пособие для студ. средивысш. пед. учеб. заведений, слушателей ИПК и ФПК / Е.В. Бондаревская, С.В. Кульневич. - М. - Ростов-н/Д.: Творческий центр «Учитель», 1999. - 560 с.

Н.Г. Савина определяла, что личностно-ориентированный подход в его отличии от индивидуального, требует знания структуры личности, ее элементов, их взаимосвязи как между собой, то есть целостности. А индивидуальный подход рассматривается как организация педагогического воздействия с учетом индивидуальных особенностей личности.

Значит, личностно-ориентированный подход - методологическая ориентация в теорию педагогики, помогающая обеспечивать и поддерживать процессы самопознания, самостроительства и самореализации личности молодого человека в учреждении культуры, развитию его индивидуальности. Поскольку методологической основой личностно-ориентированного подхода были идеи гуманистической педагогики, то выявление индивидуальных особенностей личности молодого человека способствует содействию развития его индивидуальности в любом виде деятельности в учреждениях культуры. У каждого вида деятельности есть своя теория.

Наиболее чаще встречается теория педагогической поддержки, позволяющая установить субъектно-субъектные отношения.

Основным критерием анализа и оценки эффективности применения теорий педагогической поддержки является развитость индивидуальности личности молодого человека, проявление его уникальных черт.

Личностно-ориентированный подход к воспитанию здорового образа жизни в учреждениях культуры есть целый конгломерат теорий педагогической деятельности, позволяющий посредством опоры на систему взаимосвязанных понятий, идей и способов действий обеспечивать и поддерживать процессы самопознания, самореализации личности молодого человека.

Это позволяет широко применять личностно-ориентированный подход в деятельности учреждений культуры, ибо он направлен на удовлетворение потребностей и интересов досуговых предприятий, что позволяет педагогам сосредоточить основные усилия не для формирования у молодежи

социально-типичных свойств, а для развития в каждом молодом человеке уникальных личностных качеств.

Применение личностно-ориентированного подхода к воспитанию у молодежи здорового образа жизни предполагает перераспределение субъектных полномочий в учебно-воспитательном и творческом процессе, способствующее преобразованию субъект-субъектных отношений между педагогами, специалистами и посетителями учреждений культуры. Существуют и другие различия между личностно-ориентированным подходом и прежними методологическими ориентациями. Сравнительная характеристика личностно-ориентированного и других подходов показывает, что для воспитания здорового образа жизни молодежи, личностно-ориентированный подход - это концентрация внимания всех субъектов на целостной личности молодого человека, забота о развитии не только его интеллекта, гражданского чувства ответственности, но и духовной личности. Преимущество учреждений культуры перед другими институтами воспитания состоит в эмоциональном, эстетически обусловленном воздействии на развитие творческих задатков и личности молодого человека.

Цель личностно-ориентированного подхода - создание условий для полноценного развития следующих качеств личности молодого человека: способность к выбору; умение рефлексировать, оценивать свой образ жизни; поиск смысла жизни; ответственный подход к творческому процессу.

В личностно-ориентированном подходе важнейший фактор - это объединение усилий педагогического состава на одном направлении деятельности. Педагог становится не столько наставником, сколько диагностом и помощником в развитии личности молодого человека. Здесь точнее действовать по формуле М. Монтессори - «помоги мне сделать это самому».

Значит, личностно-ориентированный подход к воспитанию здорового образа жизни у молодежи в учреждениях культуры предполагает не только создание условий для полноценного проявления и соответственно развития

личностных качеств молодого человека, как направление деятельности. Точнее сказать, что это базовая ценностная ориентация педагога, определяющая позицию во взаимодействии с каждым молодым человеком в коллективе. Личностно-ориентированный подход предполагает помощь педагогу и молодому человеку в осознании себя личностью, выявлении, раскрытии их возможностей, становлении самосознания, в осуществлении общественно-значимых и личностных способов самоопределения, самореализации и самоутверждения.

Следовательно, воспитание здорового образа жизни в учреждениях культуры - это скорее процесс возвышения потребностей молодого человека.

Реактивно-развивающая функция досуга, обеспечивающая расширенное воспроизводство молодого человека как профессионала, становится ведущей функцией не только с точки зрения задач индивидуального развития, но и с позиций развития общества в целом.

Каждое общество стремится к стабильности и своему процветанию. Это требует в том числе и некоего согласования, «примирения» разнонаправленных индивидуальных потребностей и интересов, их гуманизации и сопряженности с общечеловеческими ценностями.

Недопущения деструктивных идей и действий. Наиболее эффективно при реализации рекреативно-развивающего потенциала досуга. В этой связи деятельность учреждений культуры по воспитанию здорового образа жизни рассматривается как важное средство поддержания общественной стабильности, за счет вовлечения личности молодого человека в различные виды культурно-досуговой деятельности, отвлекающей от различного рода деструктивного поведения.

Резкая дифференциация уровня жизни различных групп молодежи неизбежно сопровождающая развитие рыночных отношений, становится одной из предпосылок усиления напряженности в обществе. Как

инструмент, наиболее эффективно согласовывающий постоянно воспроизводящий дисбаланс между спросом и предложением.

А поскольку учреждения культуры располагают огромным потенциалом для молодежи в процессах самопознания и осознания национальной, этнической неповторимости личности молодого человека, которая возникает лишь на основе позитивно-ценностного отношения.

Теоретическим основанием молодежи в учреждениях культуры является способность специалистов и их актива проявить сущностные ценности и символы, интегрирующие культуру в некую целостность. Л.С. Жаркова видит этот процесс в том, что «Культурные интеграторы имеют персонифицированный характер, то их носителем и социально-культурным измерением является образ конкретного исторического человека или личность современника. На уровне личностного сознания мотивация сливается с национально-культурной историей, ее преданиями, внутри которых происходит «самоузнавание» культурного субъекта, его идентификация с носителями ценностей, примеров, аналогий, предостережений»¹⁰.

Разработка теорий в рамках личностно-ориентированного подхода в деятельности учреждений культуры в воспитании здорового образа жизни опирается на национально-культурную ментальность молодежи. Характеристика личности молодого человека детерминирована как внешними факторами (религией, государственностью, ландшафтом), так и «внутренними».

По мнению Л.С. Жарковой «Учреждения культуры представляют собой сложную социальную, культурную, экономическую, психологическую, педагогическую и художественную систему, имеющую соответствующую структуру из взаимосвязанных элементов, способных целесообразно функционировать для оптимального выполнения поставленных задач, ориентированную на системную связанность с

¹⁰Жаркова Л.С. Мотивационное развитие личности в социально-культурном измерении. - М.: МГИК, 2015. - С. 129.

окружающей средой во всей совокупности общественно-экономических отношений.

Теория социально-культурной деятельности - это комплекс взглядов, представлений, идей, направленных на трактовку того или иного компонента, это степень научных знаний, дающая целостное представление о закономерностях и существенных связях социально-культурно-структурных элементов в условиях досуга. По своему строению теория социально-культурной деятельности представляет целостную систему знания, которую характеризует логическая зависимость одних элементов от других: целей и задач; содержания и формы; средств и методов; организации, управления; методики и методического обеспечения аудитории, актива и т.д.»¹¹.

Возможности использования социально-культурной деятельности ограничиваются не только слабой теорией, но еще и профессиональными традициями: учреждения культуры - воспитатель, а посетитель - воспитуемый.

На основании данного утверждения можно сделать актуальный вывод о необходимости реализации личностно-ориентированного подхода в воспитании здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры. Все это актуализирует тему исследования, целью которого является освещение вопроса личностно-ориентированного подхода в данном контексте.

Здесь актуально учитывать мотивы включенности педагогов в процессы личностно-ориентированного подхода возможность самостоятельного саморазвития при освоении концепций и технологий личностно-ориентированного подхода. Диссертант пришел к выводу о том, что новым способом педагогической деятельности в учреждениях культуры является самореализация в личностно-ориентированном подходе. Это позволяет проявить свой потенциал и осуществить восхождение к индивидуальности, включенности в коллективный творческий поиск,

¹¹Жаркова Л.С. Мотивационное развитие личности в социально-культурном измерении. - М.: МГИК, 2015. - С. 130.

переживание состояния соавторства и комфорта от личностно-смысловой коммуникации с коллегами; защищенность благодаря участию в совместной инновационной деятельности. Знание мотивов, характера их распределения немаловажно для организации эффективного процесса освоения личностно-ориентированных педагогических новаций.

Развитие теории культурно-досуговой деятельности прогнозируют многие ученые, констатируя, что нынешняя ситуация способствует тому, что молодой человек будет все меньше стремиться к практической эстетике, общественно-значимой нереализуемости, получая возможность расходовать свой психологический потенциал иллюзорно в визуальной деятельности, в новых ее формах.

Вторжение игрового потенциала в информационные технологии, в которых дух игры в предшествующий период был извлечен - это означает, что началось его перераспределение между досуговыми (прежде всего художественными) видами деятельности. Однако увеличение художественных форм в жизни общества, на основе соотносимых с культурными традициями форм, позволяет сделать вывод о том, что меняется у молодежи отношение к традиционному досугу. Прежде всего это касается художественных форм его проведения.

Сегодня возникает положение, при котором личность получает возможность реализации своих возможностей в разных практических сферах¹².

Отсюда, усилился процесс развития мотивации занятий любительским искусством в учреждениях культуры. Появились новые тенденции развития молодежной субкультуры. Из некогда оппозиционной по отношению ко всем институтам официального искусства появляется тенденция возникновения более серьезных форм проведения досуга.

Современные требования деятельности учреждений культуры диктуют необходимость изменения содержания и технологий. Личностно-

¹²Хренов Н. Между игровым и серьезным / Ориентиры культурной политики. - М.: МК РФ, ГИВЦ- 2000. - № 6.

ориентированный подход, где базовая ценностная ориентация педагога, направленная на развитие ценностной ориентации личности молодого человека. А.В. Мудрик¹³ высказывает мысль о том, что личностно-ориентированный подход может осуществлять лишь тот педагог, который осознает личность самого себя. Тогда он может увидеть личность воспитанника, понять его и строить свое взаимодействие с позиции взаимопонимания. Это позволяет самому педагогу развиваться самому как личности. Педагогическое управление необходимо. Это обеспечивает благоприятную атмосферу обучения, движения своих воспитанников к достижению тех целей и задач, которые ставятся в конкретном случае. Личностно-ориентированный подход имеет ввиду отношение к каждому человеку как к самоценной личности. Для создания личностно-ориентированного взаимодействия педагогу необходимо безгранично верить и доверять ученикам, видеть смысл в стимулировании и поддержке их внутренних сил и стремлений к саморазвитию. В деятельности учреждений культуры личностно-ориентированный подход становится важнейшим фактором совершенствования процесса, эффективного решения всех задач по воспитанию здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры. В то же время он является ориентиром в использовании индивидуальных возможностей молодых людей, как активных, энергичных, так и пассивных, постоянно ощущающих слабости в учебной деятельности. У педагога надо чтобы была ясность о сущности, строении и структуре личностно-ориентированного подхода. Тогда можно целенаправленно моделировать и строить конкретные программы. Сейчас нашей стране нужны люди, способные принимать быстрые нестандартные решения, умеющие творчески мыслить.

Раскрытие личности молодого человека происходит прежде всего в его главной ведущей деятельности - работе. Если работа удовлетворяет его, то

¹³ См. Мудрик А.В. Личностный подход в воспитании // Научно-методический журнал «Заместителя Директора по воспитательной работе». – 2009. - № 7. – С. 112-113.

сотрудничество субъектов в условиях досуга способно раскрыть свою индивидуальность.

Выдающийся советский психолог Л.С. Выготский сделал очень важный вывод: «Педагогика должна ориентироваться не на вчерашний, а на завтрашний день».

Личностно-ориентированный подход - это проявление творческого начала, творческой активности. Благодаря этому растет уверенность молодежи в себе, растет самооценка, а значит, и желание достичь новых вершин в творчестве и в других областях культурно-досуговой деятельности.

Отечественные исследователи, предлагают самые разнообразные и, на наш взгляд, универсальные и соответствующие специфике отечественного менталитета молодежи, характера ее взаимоотношений в учреждениях культуры.

Выдающийся ученый А.А. Бодалев акцентирует внимание на необходимость успешного общения. «Наверное, не надо тратить много слов на доказательство положения: чем бы ни был занят человек, какой бы профессией он ни обладал, он должен знать и понимать людей и уметь к каждому из них подойти. Достижение такого понимания и овладение умением находить оптимальные способы общения, создающие у человека рабочий подъем, настраивающие его на мажорный лад, ведущие к развитию доброжелательного отношения к окружающим, - это дело не такое простое, как может показаться на первый взгляд. Одним из условий получения именно такого результата является глубокое знание психологии другого человека - прежде всего его ценностных ориентации, которые находят выражение в его идеалах, потребностях и интересах, в уровне его притязаний. Необходимо также и знание имеющегося у человека представления о себе, знание того, что человеку в самом себе нравится, что он себе приписывает, а против чего восстает»¹⁴.

¹⁴ Бодалев А.А. Личность и общение. - М.: Международная педагогическая академия, 1995. - С. 63.

Как видим, воспитание здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры строится на таких способах взаимодействия как ориентировка на положительные качества в другом человеке. Не менее существенное значение в данном контексте имеет культурная среда обеспечивающая процесс общения.

Профессор Жарков А.Д. утверждает, что «Культурно-досуговая деятельность является одним из важнейших средств реализации сущностных сил личности и оптимизации культурной среды, окружающей его. В культурно-досуговой деятельности, как правило, слитно присутствуют механизмы преобразования, познания и оценки. Следовательно, сущность культурно-досуговой деятельности актуально рассматривать как единый семиотический механизм субъекта и объекта интеллектуального типа высокоразвитой эмоционально-чувственной сферой. Далее, «культурно-досуговая деятельность как сущность обладает особым способом коллективной памяти и механизмом выработки принципиально новых идей, смыслов. Совокупность этих качеств, по мнению автора, позволяет рассматривать культурно-досуговую деятельность как коллективный интеллект, обеспечивающий личности процесс смыслотворчества и жизнотворчества»¹⁵.

Профессор Жарков А.Д. разработал свою собственную концепцию, на основе которой защитились многие его ученики.

Научная концепция (в педагогике) - система взглядов, определяющих понимание явлений и процессов, объединенных фундаментальным замыслом, ведущей идеей. Концепция указывает способ построения системы средств обучения и воспитания на основе целостного понимания сущности этих процессов. В концепции особое внимание уделяется принципам как ориентирам для разработки стратегии педагогической деятельности.

¹⁵Жарков А.Д. Теория и технология культурно-досуговой деятельности. - М.: МГУКИ, 2007. - С. 84.

Концептуальные принципы определяют разработку соответствующих теорий¹⁶.

Научная концепция профессора А.Д. Жаркова «О ценностно-ориентированном, активно-деятельном подходе к целостному технологическому процессу в учреждениях культуры и образования»¹⁷.

Концепция профессора А.Д. Жаркова включает следующие сущностные характеристики: потребности, цели, ценности всегда выстраиваются (могут быть выстроены) в определенную иерархию, имеют устойчивый порядок предпочтений; постоянное удовлетворение потребностей и их возрастание; зафиксировать границы определенных этапов в процессе удовлетворения потребностей или достижения целей и ценностей; сравнимость как сложнейший процесс потребностей (целей, мотивов, интересов, психологических установок и т.п.).

Для нашего исследования актуально, что профессор А.Д. Жарков подробно рассматривает понятие культурно-досуговой среды, как важного фактора воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры. А.Д. Жарков утверждает, что всегда присутствуют культурно-досуговые смыслы. Культурно-досуговая среда учреждений культуры означает, что она коренным образом отличается от домашней среды, бытовой среды, производственной среды. Сосредоточивая в себе все виды искусства учреждения культуры, культурно-досуговая среда вбирает в себя сущность бытия, портретирует образ жизни ее уровень и качество. А.Д. Жарков считает, что культурно-досуговая среда представляет собой сложную иерархичную систему.

Значит, культурно-досуговая среда представляет собой не только набор художественно-ценностных элементов, способствующих средообразованию и функционированию иных предметно-пространственных

¹⁶Никитина А.В Развитие творческой направленности личности будущего учителя средствами предметов эстетического цикла: дис..канд.пед.наук/А.В Никитина. - Казань, 2002. – 220 с.

¹⁷Жарков А.Д. Теория и технология культурно-досуговой деятельности. - М.: МГУКИ, 2007. - С. 156.

систем, а представляет собой самостоятельную систему, которая имеет свои: базу, цели, задачи и формы деятельности.

Культурно-досуговая среда как предметно-пространственная система, по мнению Жаркова А.Д., характеризуется целостностью включенных в нее художественно-эстетических составляющих, всей совокупности характеристик и важнейших специфических признаков открытой системы.

Научная концепция профессора Жаркова А.Д. рассматриваем в нашем исследовании, как основную платформу воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры.

Культурно-досуговая среда своей внутренней структурой позволяет моделировать социальные процессы и тем самым утверждать собственный культурный статус.

Моделирования культурно-досуговой среды учреждений культуры в самоценное явление культуры не ограничивается художественно-эстетическим предметным наполнением пространства, а достигается наполнением суммы идей и смыслов.

Актуально для нашего исследования рассмотреть с позиции профессора А.Д. Жаркова в рамках его научной концепции структуру процесса воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры. Управление этим процессом - это особый вид, целенаправленного воздействия. Здесь многое зависит от объективных законов, в процессе реализации которых развивается интерес к здоровому образу жизни молодежи.

Здесь основополагающими действиями в управлении культурно--досуговой деятельностью являются: наличие руководящей мысли для определения конечных целей; анализ окружающей среды и сбор количественных и качественных данных относительно различных факторов, которые оказывают заметное влияние; определение целей, которые необходимо достигнуть; выбор определенной структуры средств,

направленных на достижение поставленных целей; действие средств, с целью получения результатов.

Личностно-ориентированный подход - это методологическая установка для воспитательной деятельности, позволяющая специалистам учреждений культуры посредством опоры на систему взаимосвязанных понятий, идей и способов действий обеспечить в повседневной деятельности процессы самопознания, самостроительства и самореализации молодежи с учетом индивидуальности каждого молодого человека.

Современная молодежь склонна ко все большей самостоятельности в принятии решений, совершении тех или иных действий поведения, проведения досуга, выбора жизненной стратегии и т.д. Это справедливо отмечает и Филиппова «автономия молодого человека от взрослых все более возрастает. Достижение автономии и утверждение себя как личности - важнейшая задача данного возраста»¹⁸.

В процессе воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода это положение приобретает особое значение.

«Новые возможности неизменно сопровождаются новыми рисками. Преодоление рисков возможно только при условии готовности молодого человека стать субъектом собственной жизни, при наличии развитой способности и навыков самоорганизации и самодеятельности»¹⁹.

В этом контексте особую значимость приобретает изучение процесса воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода на целостное исследование, ибо в нем синтезируется множество теорий.

¹⁸Филиппова Н.М. Педагогическое обеспечение общественной самоорганизации учащейся молодежи [Текст]: дис.... канд. пед. наук: 13.00.02 / Нина Мироновна Филиппова. - Кострома, 2007. С. 14.

¹⁹Мирошкина М.Р. Психолого-педагогическое сопровождение самоорганизации молодежи в социокультурном пространстве места жительства [Текст] / М.Р. Мирошкина, Т.В. Шинин // Вестник МГУКИ. - 2011. - № 3(41). - С. 58.

Личностно-ориентированный подход как методология обеспечивает ориентир как для специалистов, педагогов и молодежи в любом виде деятельности в учреждениях культуры. Для воспитания здорового образа жизни молодежи как совокупности различных видов, форм и методов деятельности учреждения культуры располагают огромным потенциалом, концентрируя внимание о развитии интеллекта посетителей, гражданских чувств и ответственности за порученное дело на общественных началах. В процессе воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры личностно-ориентированный подход обеспечивает единство учебной, творческой и информационно-просветительной деятельности. Эта методология позволяет развивать такие личностные качества, как гражданскую активность, самоконтроль, умение делать выбор. Все это приводит молодого человека к определению с мировоззрением, общей культурой, культурой своего здоровья.

В то же время весь процесс воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры происходит в русле государственных нормативных документов, молодежной политики. Деятельность учреждений культуры по воспитанию здорового образа жизни осуществляется прежде всего через развитие творческих способностей, навыков самоорганизации, самореализации личности, умение отстаивать свои права, участвовать в деятельности общественных объединений²⁰.

Личностно-ориентированный подход к воспитанию здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры. Это ориентация на четкую позицию, проявляющуюся в гражданских инициативах, обладающего такими качествами, как сила воли, коллективизм, вера в свои силы.

Каждое учреждение культуры имеет большое число коллективов художественной самодеятельности, объединения людей по интересам для свершения общих дел.

²⁰ Концепция государственной молодежной политики Российской Федерации.

Поэтому в основе деятельности каждого учреждения культуры лежит организация.

Организация (франц. *organization*, от ср.-век. лат. *organize* - сообщаю стройный вид, устраиваю), 1) внутренняя упорядоченность, согласованность, взаимодействие более или менее дифференцированных и авт. частей целого, обусловленные его строением. 2) Совокупность процессов или действий, ведущих к образованию и совершенствованию взаимосвязей между частями целого. 3) Объединение людей, совместно реализующих программу или цели действующих на основе определенных правил и процедур.

С методологической точки зрения термин «организация» рассматривают в разных значениях. Учреждение культуры - это организационная система, которая объединяет коллектив профессионалов и любителей, реализующих различные программы, цели на основе норм и правил общественного порядка.

Личностно-ориентированный подход позволяет определить направления деятельности «порядок в использовании терминологии может быть установлен только при введении строгих определений: самоорганизация это неравновесное упорядочение, а организация - равновесное упорядочение»²¹.

Именно личностно-ориентированный подход к воспитанию здорового образа жизни позволяет развести понятия самоорганизация и организация. Самоорганизация это личностная ориентация, а деятельность учреждений культуры естественное образования, доминирующий процесс. «Самоорганизация отлична от организации и предстает как иррациональная согласованность людей, их творческая (и не только творческая) направленность на «эффективные» совместные действия»²².

²¹Руденко А.П. Самоорганизация и синергетика [Электронный ресурс] / А.П. Руденко. - Режим доступа: <http:spkurdyumov.ru/what/samoorganizaciya-i-sinergetika-a-p-rudenko/>.

²² Хохлова Ж.Б. Общественная самоорганизация подростков как проявление социокультурной креативности [Текст] / Ж. Б. Хохлова // Вестник МГУКИ. - 2012. - № 2. - С. 92.

Как и многие другие научные понятия, понятие личностно-ориентированный подход имеет философскую основу, что определяет общенаучный статус. Воспитание здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода есть процесс, в результате которого самостоятельно, молодые люди за счет внешних воздействий и внутреннего совершенства находят гармонию. Наличие обратных связей и связанные с этим возможности воспитательного воздействия на личность молодого человека в учреждениях культуры, способствует созданию личностно-ориентированных систем.

Поэтому воспитание здорового образа жизни в учреждениях культуры необходимо рассматривать как совокупность процессов, происходящих в условиях досуга в конкретной реальности и способствующих признанию молодежи как активного субъекта, действующего в объективном мире и преобразующего его.

Воспитание здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода востребует индивидуальные гуманные качества личности. Наиболее полное выявление и осуществление личностью молодого человека возможностью здорового образа жизни позволяет максимально полно реализовать его творческий и гражданский потенциал.

С точки зрения личностно-ориентированного подхода к процессу воспитания здорового образа жизни молодежи деятельность учреждений культуры предполагает: научную организацию труда коллектива специалистов, педагогов, сотрудников, планирование их работы, самодисциплина и самоконтроль, умение выявить материальные и людские ресурсы, имеющиеся в распоряжении учреждений культуры.

На наш взгляд воспитание здорового образа жизни есть и процесс изменения жизненных стереотипов, отработка необходимых умений для действий, сами действия и их контроль»²³.

²³Киселева Л.Ю. Развитие самоорганизация как одна из целей обучения менеджеров организации [Электронный

В связи с этим обращает внимание тот факт, что воспитание здорового образа жизни в учреждениях культуры связано с умением организовать оптимальные педагогические условия этого процесса основанные на потребностях, мотивации, запросов, интересов, психологических установок молодежи, в том или ином виде деятельности.

Следовательно, это процесс сознательного и целенаправленного конструирования своей личности, исходя из имеющихся эталонных представлений и результатов самооценки.

Личностно-деятельностный подход к воспитанию здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры обеспечивает логику, последовательность, упорядоченность действий. Способность и умение организовать себя, что проявляется в целеустремленности, самоанализе и жестком самоконтроле, самооценке, самоограничении себя во всем.

Личностно-деятельностный подход предполагает умение планировать свободное время молодежи, не зависимо от их досуговых предпочтений и принимать оптимальные решения, выполняя которые надо постоянно развивать эмоционально-волевую сферу, обладающую высоким чувством долга, гражданской ответственностью, высоко развитым личным достоинством. Все это «стимулирует личностное саморазвитие: пробуждает его самосознание, актуализирует рефлекссию, укрепляет сознательную саморегуляцию, помогает выработать самоэффективность в деятельности, адекватно обстоятельствам самореализовывать себя»²⁴.

Находясь в условиях деятельности учреждений культуры молодежи проявляя культуру человеческих отношений в конкретной реальности, развивает свое рефлексивное сознание.

С позиций личностно-ориентированного подхода воспитания здорового образа жизни в учреждения культуры в принципе есть «Личная

ресурс]/ Киселева Л.Ю. : Тез.докл. IV Всероссийской научной Интернет-конференции «Культура и взрыв: социальные смыслы в эпоху перемен», 2010. Режим доступа: <http://socio.my1.ru/forum/4>.

²⁴Пальцева О.П. Организационно-педагогические условия формирования навыков самоорганизации досуга студенческой молодежи [Текст]: дис.... канд. пед. наук : 13.00.05 / О.П. Пальцева. - Тамбов, 2006. - С. 29.

организованность становится важнейшим навыком для выживания в современном мире, где добиваются успеха лишь те, кто умеет эффективно организовывать себя и свое окружение. Самоорганизация это процесс, с помощью которого мы создаем окружение, позволяющее нам жить, работать и отдыхать так, как мы этого хотим»²⁵.

Эту же мысль, но с позиций соотношения профессионального и личностного самоопределения Яруллина Л.Р. раскрывает так: «Самоопределение - это установление человеком своих собственных особенностей, возможностей, способностей, выбор человеком критериев, норм оценивания себя, «планки» для себя, ценностей, исходя из требований социума и к самому себе; активный процесс понимания себя, своего места в обществе и своего назначения в жизни; сложный, многоступенчатый процесс развития человека»²⁶.

Самоопределение в воспитании здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры - это процесс, который может длиться всю жизнь. Молодые люди на основе собственного мировоззрения ищут свое место в жизни.

Личностное самоопределение выступает регулятором относительно выработанных в обществе критериев становления личности.

С позиций личностно-ориентированного подхода к воспитанию здорового образа жизни молодежи культурно-досуговая деятельность позволяет объединению молодежи: «включение молодых людей в коллективную деятельность есть одновременно его включение в самоуправление культурно-досуговой деятельности»²⁷.

Самоосуществление в личностно-ориентированном подходе - это возможность реализации своих возможностей в учреждении культуры.

²⁵Моргенстерн Д. Самоорганизация по принципу «Изнутри наружу [Электронный ресурс] - Режим доступа: <http://www.koob.ru>.

²⁶Яруллина Л.Р. Профессиональное и личностное самоопределение как поиск смысла в выбираемой профессии [Текст] / Яруллина Л.Р. // Вестник ТИСБИ. - 2004. - № 2. - С. 20.

²⁷Жарков А.Д. Технология культурно-досуговой деятельности [Текст] / А.Д. Жарков. - М.: Изд-во МГУК, ИПО «Профиздат», 2002. - С. 22.

«Самоосуществление это одновременно процесс (движение к своим сущностным, истинным началам) и результат (бытие истины и истина бытия); самоосуществление подразумевает, что активность в процессе движения к сущности исходит от самого человека, то есть осуществить себя может только сам человек; самоосуществление как сформулированный в качестве цели результат задает направление саморазвитию чел опека в целом»²⁸.

С позиций личностно-ориентированного подхода воспитания здорового образа жизни молодежи - процесс, в ходе которого создается, воспроизводится или совершенствуется молодежный коллектив как постоянно развивающаяся структура. И этот процесс предполагает постоянные изменения в отношениях. А.Г. Кирпичик, Р.С. Немов считают, что «происходит дифференциация всех видов и типов отношений на основе личностно-ориентированного подхода».

Особенно важно здесь выделить такие характеристики как: ответственность, когда все участники свои слова подтверждают делом, требовательны к себе и друг другу, объективно оценивают успехи и неудачи своего коллектива, проявляют последовательность и целеустремленность, коллективизм. Постоянная забота участников коллективов художественной самодеятельности, клубов по интересам, любительских объединений, об общих успехах; их сплоченность, построенная на единстве мнений при решении разнообразных вопросов и единство действий в совместной деятельности позволяет обеспечить «ценностно-ориентированное единство». Надо учитывать еще и эмоционально благоприятные и дружеские доверительные взаимоотношения членов коллектива, внимательное, доброжелательное, уважительное и тактичное отношение друг к другу; открытость, что предполагает способность устанавливать и поддерживать хорошие, строящиеся на коллективистской основе взаимоотношения с

²⁸ Филиппова Н.М. Педагогическое обеспечение общественной самоорганизации учащейся молодежи [Текст]: автореф. /дисс.... канд. пед. наук : 13.00.02 / Н.М. Филиппова. - Кострома, 2007. - 24 с.

другими коллективами или их представителями. А вот организованность (умелое взаимодействие членов коллектива, бесконфликтное распределение обязанностей между ними, взаимозаменяемость, позволяет коллективу быстрее понять, что «знание задач, стоящих перед группой, итогов работы, положительных и отрицательных сторон в работе организации, норм и правил поведения, знание содержания деятельности коллег по организации, черт характера, привычек и склонностей друг друга»²⁹, позволяет достичь высокого уровня психологического здоровья в коллективе.

Анализ досуговых предпочтений молодежи показывает, что существует несколько реально самоорганизующихся молодежных групп: семья, компании друзей, объединения по интересам и девиантные группы.

Личностно-ориентированный подход к воспитанию молодежи в учреждениях культуры можно структурировать в субъективность как качество отдельного молодого человека, отражающее его способность быть субъектом, обладающего свободой времени.

Субъектность личности молодого человека - это и цель в ценностно-ориентационное единство коллектива художественной самодеятельности, клуба по интересам, любительского объединения. А конструктивность деятельности, направленной на воспитание конкретных качеств личности молодого человека работает на создание здорового климата, в коллективе учреждений культуры, где все вопросы решаются открыто, на правдивой информации. Меняется и стиль жизнедеятельности коллектива учреждения культуры, который строится на социально-культурном творчестве, поиске новых идей, методов оригинального проведения культурно-досуговых программ, акций, проектов, предметной деятельности.

Личностно-ориентированный подход к воспитанию здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры позволяет направить деятельность всех субъектов на личностный культурный рост, самостоятельность, самоопределение и самореализацию. Реализация собственных творческих

²⁹ Филиппова Н.М. Педагогическое обеспечение общественной самоорганизации учащейся молодежи [Текст]: автореф. /дисс.... канд. пед. наук: 13.00.02 / Н.М. Филиппова. - Кострома, 2007. -С. 29-31.

способностей, знаний, умений и навыков за счет включения в культурно-досуговые программы, которые оказывают огромное влияние на молодежь.

Поэтому личностно-ориентированный подход к воспитанию здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры может быть только целенаправленный процесс, сформированный под влиянием психологических установок, потребностей, мотивов, интересов, запросов, досуговых предпочтений, который складывается в динамическую систему. Воспитание здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры, как динамическая система направлена на оптимизацию педагогических условий с учетом личностных качеств молодого человека.

Личностно-ориентированный подход ориентирует процесс воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждении культуры на ценностные ориентации, отечественные традиции, обычаи, нормы общественного сознания.

Личностно-ориентированный подход ориентирует процесс воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждении культуры на идеи, идеалы, ценности, традиции, нормы, нравы, историческую память, религиозные каноны и т.д., существующие и приняты в обществе. На процессы воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры существенное влияние оказывают интеллектуальный, эмоциональный, волевой потенциал личности молодого человека.

Личностно-ориентированный подход представляет собой механизм приобщения к культуре, упорядочения социальных связей и отношений, в которые включена молодежь в условиях досуга.

Как отмечает профессор Л.С. Жаркова: «Основным, наиболее доступным для народа местом приобщения к культуре является учреждение культуры различных типов. Именно здесь человек может, используя культурно-досуговой потенциал, приобщиться к ценностям отечественной и мировой культуры.

Освоение содержания, идеалов, смыслов, ценностных ориентации происходит через различные формы и методы предметно-преобразующей деятельности, обеспечивающих индивидуальную самореализацию личности. В этом процессе деятельность учреждений культуры обеспечивает и процесс

и результат усвоения систематизированных знаний, направленных на подготовку личности к жизни и труду.

Процесс формирования культурно-досуговой деятельности в этом плане можно представить как взаимодействие двух тенденций: социализации и индивидуализации. Если первая состоит в присвоении индивидом своей социальной сущности, то вторая - в выработке у него индивидуального способа жизнедеятельности, благодаря которому он получает возможность развивать себя согласно собственным природным задаткам и общественным потребностям»³⁰.

С теоретической точки зрения отношение к здоровью характеризуется как система избирательных связей личности молодого человека с разнообразными аспектами действительности, которые способствуют или угрожают здоровью. Ведущим структурным компонентом отношения молодежи к здоровью является самоотношение, которое включает оценку собственного физиологического и психологического состояния. Теоретическая модель воспитания здорового образа жизни, ее разработка актуализируется выяснением возможностей в подлинном, реальном состоянии и при создании педагогических условий в учреждениях культуры может считаться собственно индикатором и выступает регулятором реального и вербального поведения молодого человека.

Отношение к здоровью у молодежи может быть адекватным или неадекватным, вследствие того, что содержат различные формы поведения по отношению к ситуациям, которые возникают.

³⁰Жаркова Л.С. Организация деятельности учреждений культуры. - М.: МГУКИ, 2010. - С. 31-32.

ГЛАВА 2. Педагогические условия воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода

2.1. Диагностика процесса воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры

На первом этапе проводится диагностика для выявления на сколько развиты компоненты жизнестойкости: волевые качества, коммуникативные способности, рефлексия, социальная компетентность, навыки целеполагания и целедостижения; выявляется наличие или отсутствие коммуникативных барьеров конфликтности, комплекс неполноценности, акцентуация характера, фиксируется опыт поведения подростка в трудных жизненных ситуациях.

Основными методами исследования выступили: метод психологического тестирования, метод анкетирования, метод беседы, метод изучения продуктов деятельности подростка (сочинения, решение творческих задач), метод анализа поведения в игровых и учебных ситуациях. Результаты психолого-педагогической диагностики дополнены данными о социальном положении подростка (пол, возраст), увлечения, занятия подростка, особенности семьи и так далее. Акцентируется внимание на потенциальные внешние суицидальные факторы, анализируются отдельные эпизоды жизни подростка, выясняются причины возможного суицида - горе, инвалидность, депривация, не сложившиеся отношения со сверстниками, в семье, религиозный фанатизм, приверженность к деструктивным культам. На основе полученных данных происходит разработка индивидуальной социально-психолого-педагогической карты - характеристики молодого человека.

На экспериментальных базах проходила разработка диагностики процесса воспитания здорового образа жизни. Это центр молодежи г. Воронеж, ООО Профилактическом центре помощи «Практик» г. Москва, Благотворительном фонде развития социальных программ «Наше будущее»

г. Екатеринбург, Благотворительном Фонде Нуждающимся в Реабилитации «Ярдэм» г. Казань.

Для большей убедительности исследования отношения молодежи к собственному самочувствию, здоровому образу жизни, для выявления факторов, оказывающих воспитательное воздействие на здоровый образ жизни, нужно было разработать социологический тест.

На вопрос: Как Вы оцениваете свое здоровье? Основная масса респондентов остановилась на варианте «хорошее» (69 % опрошенных), 21 % расценили свое самочувствие как неплохое, 6 % дали ответ, что нехорошее, и 2 человека (2 % респондентов) считают, что у них замечательное самочувствие.

На вопрос с вероятностью выбора нескольких ответов: Как Вы считаете, что включено в термин «здоровый образ жизни»? буквально все (89 % опрошенных) сочли, что верным ответом является «двигательная активность», 76 % опрошенных считает, что строгое соблюдение режима дня: труда, развлечений и сна, 69 % опрошенных дали ответ, что это рациональное питание, 61% молодежи сочли возможным указать на недоступность вредоносных привычек, 49 % опрошенных ответили, что «культура секса», 39 % опрошенных указали на необходимость выполнения санитарии и гигиены, и 21 % молодежи посчитали, что закаливание организма является основой здорового образа жизни.

Кроме этого в диагностику опрошенные молодые люди добавили различные варианты эмоций. Первое настроение (хорошее или плохое). С научно-методической точки зрения именуемое «психологическим самоконтролем». А также необходимость «проводить время на чистом воздухе» (и вновь, научным методикой подкрепленный, надежный вариант базисной основой здорового образа жизни, «занятия спортом и умственной деятельностью»).

Диагностируя соблюдение режима и питания молодежью оказалось, что только 21 % опрошенных их соблюдают. Оставшейся части молодых

людей не соблюдает правила рационального питания. В большинстве своем причины нарушения режима и несоблюдения рациона питания являются объективными. Сюда относится: недостаток денежных средств на здоровые продукты питания у 9 % молодежи. Отсутствие времени на полноценный рацион питания у 71 % молодежи. Далеко от дома находится работа. Много свободного времени приходится проводить в транспорте. Проживание в общежитии отметили 6 % опрошенных. И все-таки, основные причины имеют субъективный характер: «обеда в кафе быстрого питания» и «мне это не нужно» (8 % и 6 % молодежи соответственно), «лень» (2 % опрошенных), также два человека (4 % от общего числа ответивших) не знают, что такое режим и полноценный рацион питания.

Среди опрошенных из молодежи 41 % (25 человек) делают утреннюю гимнастику, из них 40 % (11 человек) каждый день, 45 % один-два раза в неделю, и 16 % (5 человек) раз-два в месяц. Подобного рода показатели свидетельствуют о том, что молодое поколение не может правильно оценивать по различным причинам важность и функциональное значение утренней зарядки. Зарядка - это не столько физические упражнения, сколько процесс способствования организму перейти из спящего режима к более активному умственному и физическому функционированию.

Занятием физическими упражнениями довольно часто способствуют платные спортивные секции, фитнес-клубы, бассейны, тренажерные залы и так далее. Но, у молодежи зачастую не хватает на это финансовых средств и времени. Так, 29 % молодежи позволяют себе посещать платные спортивные секции, фитнес-клубы, бассейн, тренажерные залы и т.д., и периодически их посещают, 59 % опрошенных не имеют возможностей вследствие загруженности своего времени и недостаточности финансовых средств (30 % и 29 % молодежи соответственно), и ещё 9 % респондентов имеют возможность посещать, но считают это бессмысленным.

Личностно-ориентированный подход к здоровому образу жизни у молодежи, которая воспринимала роль в исследовании, позитивное (76 %

опрошенных), и 19 % показали, что «стараются его соблюдать». Выборочный опроса (90 % молодежи) показал, что она всецело согласна с утверждением, что здоровый образ жизни помогает карьерному росту на работе и других сферах человеческой жизни, таких, как учеба.

В процессе разработки диагностики воспитания здорового образа жизни у молодежи в учреждениях культуры оказалось, что основная масса респондентов не имеют вредоносных привычек.

Большое число респондентов любит проводить досуг со сверстниками. На второй месте - времяпрепровождение в условиях учреждений культуры. Но, к сожалению, молодежь не уделяет должного внимания грамотному и здоровому питанию. В большинстве своем респондентов не занимают утренней зарядкой некоторые пытаются заниматься физической культурой за пределами учебного заведения.

Всего 31 % опрошенных имеет возможность разрешить для себя посещение платных спортивных секций и ходят на них. А вот 61 % не посещают их вследствие, того, что у них отсутствует свободное время или же финансовые средства, и ещё 8 % респондентов не видят в данном контексте ни малейшего значения.

Отсюда, учреждения культуры должны искать резервы в более эффективном воспитании здорового образа жизни в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода.

Предварительная диагностика показала, что на фоне не совсем одобрительных характеристик общественного и финансового положения молодежи, отмечается процесс нарастания смещения в худшую сторону (свыше 60 %) элементарного самочувствия.

По итогам профилактических осмотров, которые проведены медицинскими работниками, в значимой степени подросла численность молодежи, которые мучаются болезнями нервного, психологического расстройства, желудочно-кишечного тракта, болезнями органов зрения,

сердечно-сосудистыми болезнями, отмечается отрицательная динамика состояния здоровья.

Одновременно, различные болезни, в том числе и недолговременные, изменяют реакцию организма, при этом ухудшая активное положение нервной системы, в одно и тоже время обуславливая снижение работоспособности и высшую утомляемость и, как следствие, понижает общий тонус жизни.

Диагностический показатель самочувствия и интеллектуальной работоспособности молодежи оказывают положительное влияние на процесс воспитания здорового образа жизни. Для чего необходимо создавать оптимальные педагогические условия.

Задача учреждений культуры по воспитанию здорового образа жизни на основе лично-ориентированного подхода состоит в необходимости пробудить у всех посетителей, участников художественной самодеятельности, клубов по интересам, любительских объединений и тех, кто занимается предметной деятельностью желание или заинтересованность к личному здоровью.

Во всех вышеперечисленных формах участия в деятельности учреждений культуры использовать нормально настроенные ориентиры для молодых людей с учётом их возрастных, психических и других особенностей.

Учреждения культуры на основе лично-ориентированного подхода к воспитанию здорового образа жизни способны вовлечь молодежь в этот процесс.

Диагностировать молодежь на принцип общественной ответственности за реализацию программ в области творчества, приобретении познаний, удовлетворении в общении сложнее, нежели разработать критерии для развития молодежи на физическом уровне. Сейчас большинство молодых людей с отклонениями в поведении, детей-сирот, которые страдают от безжалостного обращения и нуждающихся в попечительстве.

Поскольку диссертант придерживается концептуального подхода к воспитанию здорового образа жизни молодежи на основе личностно-ориентированного подхода, который предполагает единство биологического и педагогического. В.В. Смирнова считает, что доктрина культуры самочувствия молодежи складывается на базе особого концептуального аппарата, а еще большого количества социально-нацеленных версий, которые развиваются в рамках социально-культурного подхода.

Отсюда, можно сделать вывод о том, что научно-методологической основой воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры считается социально-культурный подход, который встраивается в единственную систему стремления многих ученых создать целостное представление о рассматриваемом предмете изучения и методиках влияния на молодежь в процессе воспитания ее здорового образа жизни в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода.

Содержательный компонент здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры отображает результативность распространения персонального или же массового стиля поведения, общения, организации жизнедеятельности, которые зафиксированы в определенных поступках и действиях. Баланс самочувствия молодого человека между организмом и находящейся вокруг средой гарантируется конкретным комплексом факторов биологических, общественных, политических, финансовых, культурных, психических, которые соединяются в четыре группы с различным вкладом в процесс воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры. Их соотношение по отношению друг к другу применительно к России смотрится следующим образом: генетические составляющие - 16-21 %; состояние находящейся вокруг среды - 21-26 %; врачебное обеспечение 9-11 %; обстоятельства и образ жизни людей - 48-53 %. Самочувствие молодого человека - итог сложнейшего взаимодействия общественных, средовых и биологических составляющих.

Итак, разработка диагностики процесса воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода выводит диссертанта на выявление мотивации совершенствования этого процесса.

Диагностика показателей здорового образа жизни молодежи позволяет решить вопрос о необходимости его формирования. С этой целью испытуемые ознакомились с ориентировочной основой действий, лежащих в основе усвоения рациональных приемов анализа и оценки своего здоровья.

Для выявления педагогических условий деятельности учреждений культуры по воспитанию здорового образа жизни в различных диагностических методиках, возможностей их использования при разработке показателей оценки был проведен специальный цикл теоретических и экспериментальных акций. Был проведен теоретический анализ основных концепций, предлагаемых для изучения конкретных диагностических методик.

В ходе эксперимента было обнаружено резкое несоответствие данных о сформированности одного и того же показателя процесса воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры.

Чтобы получить представление о диагностических возможностях апробируемых методик, были сопоставлены между собой результаты распределения респондентов по каждой методике в группах с высоким и низким уровнем состояния участников эксперимента. Данные полученные путем включенного наблюдения и изучения педагогических характеристик.

Анализ полученных данных позволил обнаружить у этих респондентов слабую мотивацию к здоровому образу жизни. При выполнении педагогических задач на культурно-досуговую ориентировку в конкретных педагогических условиях деятельности учреждений культуры 53% участников допустили только одну ошибку, выбрали неверный способ оценки. Хотя в принципе здесь достаточно высокий показатель мотивации к

соответствующему выбору вариантов на основе которого будет строиться процесс воспитания здорового образа жизни.

Этот результат свидетельствует о том, что надо руководствоваться моральными нормами во всех ситуациях воспитания здорового образа жизни в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода.

Учреждения культуры стремятся в процессе воспитания здорового образа жизни взаимодействовать с организациями медицины. А ответственная целеустремленная деятельность молодого человека по созданию и развитию важнейших ресурсов, по возложению на себя ответственности за свое здоровье, поддается элементарной диагностики. Главным шагом в данном контексте может стать воспитание нового представления о здоровье, как об образе жизни молодежи.

Первостепенно это содержащая значение константа для молодежи, так как его самочувствие - это здоровье общества через 10-30 лет.

На сегодняшний день обострена проблема в необходимой мотивации к здоровому образу жизни молодежи, которая возникает в конструировании достаточно высокого поведенческого стремления по отношению к собственному здоровью. От того, насколько успешно будет удаваться сформировать и закрепить основы здорового образа жизни молодежи зависит вся последующая деятельность во всех сферах, которая приветствует или способствует раскрытию потенциала личности.

Диагностика воспитания здорового образа жизни молодежи больше воспринимает различного рода формирующие и формируемые направления. Значение культуры здоровья молодежи довольно сложно переоценить, но все равно успешное решение этой главной социально значимой задачи. Здесь диагностика осуществиться при определенном уровне подготовленности, которая включает более широкие знания, навыки и умения.

Поэтому пути воспитания здорового образа жизни у молодежи вытекает из осознания его активной структуры. Ключевым мнением к здоровому образу жизни возможно считать врачебную энергичность, то есть

работа людей, которая связана с собственным и публичным здоровьем и нацеленную на охрану, закрепление, воспроизводство здоровья, то есть позитивную врачебную энергичность. Так, в ходе эксперимента возможно было предопределять основные направления деятельности учреждений культуры по воспитанию здорового образа жизни молодежи диагностируя его структуру.

Здесь в термин «здоровый образ жизни молодежи» входит элемент самочувствия и создание благополучной обстановки. Критерий для закрепления здоровья у молодого человека есть становление тех персональных и социально-культурных факторов, которые принимают участие в процессе воспитания здоровья. Сильным рычагом в рассматриваемом процессе выступает медицинская активность. Соответственно, существует диагностика определенных направлений воспитания здорового образа жизни молодежи: это создание, становление, усиление. Активизация положительных для здоровья критериев, событий, составление потенциала общего здоровья и преодоление, уменьшение моментов риска делает диагностику наиболее точной. Это способствует воспитанию здорового образа жизни у молодежи.

Здесь происходит социализация понимаемая как личностно-ориентированная перестройка личности. Уже в период социального созревания, длящаяся на протяжении всей жизни индивидуума в учреждении культуры, она становится различного рода общественно значимой.

Тогда ключевыми компонентами процесса воспитания здорового образа жизни считаются воспитание и участие в создании художественных ценностей.

Базовыми компонентами диагностики воспитания здорового образа жизни у молодежи считается внутренняя мотивация, катализатор о необходимости здорового образа жизни. Мотивация - процесс побуждения молодого человека к определенному действию, способность удовлетворять свои потребности, которое обусловлено его собственным желанием в

условиях деятельности учреждений культуры на основе личностно-ориентированного подхода.

Без внутреннего желания молодого человека на здоровый образ жизни практически нет смысла размышлять о каких-либо путях воздействия на процесс воспитания подобного рода поведения. В связи с этим необходимо обозначить, что молодому человеку надлежит самому обдумывать, для чего ему нужно хорошее здоровье и здоровый образ жизни. Создание данного устойчивого ориентира (внутренняя необходимость, потребность) на ведение здорового образа жизни молодежи является важной задачей государства, органов здравоохранения, общественной деятельности, так как хорошее самочувствие выступает непосредственным компонентом здорового образа жизни молодежи.

Главной стратегической целью реализации всеми учреждениями культурно-досугового типа модели закрепления здоровья молодежи должно явиться развитие у всех субъектов ответственности за свое собственное здоровье, воспитание здорового образа жизни. В деятельности учреждений культуры должна быть создана специальная структура по воспитанию здорового образа жизни. Затем, активные культурно-просветительские действия, которые направлены на развитие у молодежи внутренней потребности прослеживать состояние собственного здоровья, объяснение принципов ведения здорового образа жизни, и обучение претворения теоретических познаний о здоровом образе жизни в практическую жизнедеятельность.

В данном контексте необходимо рассмотреть диагностику понимания молодежью высокого значения собственного здоровья, уверенности в необходимости вести здоровый образ жизни, который позволяет более полноценным образом реализовать поставленные цели, использовать свои интеллектуальные и физиологические способности.

Воспроизведение каждого компонента в процессе воспитания здорового образа жизни в учреждениях культуры происходит на базе

воспитания мировоззренческих позиций, внутренних убеждений молодого человека, которые определяют рефлексию и присвоение определенной системы духовного, витального, медицинского, социального и философского знания. Здесь диагностика соответствует физическим и нейропсихологическим особенностям возраста. А знание законов психологического становления молодого человека, его отношений с самим собой, природой, находящимся вокруг окружающим миром.

Поэтому диагностика процесса воспитания здорового образа жизни в учреждениях культуры как составная часть все педагогического влияния, которое посылается на составление ценностных и нацеленных установок на самочувствие, здоровьесбережение и здравотворчество. Отсюда, построены в качестве неотъемлемой части жизненно важных ценностей и мировоззрения все остальные компоненты. В рассматриваемом процессе у молодого поколения развивается эмоционально настроенное и одновременно осознанное отношение к здоровью, которое основано на положительных интересах и потребностях личности молодого человека.

Еще следует учитывать и гносеологические связи процесса воспитания здорового образа жизни в учреждениях культуры с ходом приобретения важных для здоровьесбережения познаний и умений, знанием себя, собственных возможностей, вниманием к интересам личного здоровья. Тем более, что исследование научной и методической составляющей по этому вопросу, различного рода способов по оздоровлению и укреплению организма.

Данный процесс ориентирован на составление системы научных и практических познаний, умений и способностей поведения в каждодневной деятельности, которые обеспечивают ценностное отношение к собственному здоровью и здоровью находящихся вокруг людей.

Побуждает молодое поколение беспокоиться о собственном самочувствии, вести здоровый образ жизни, заблаговременно предугадывать

и предотвращать вероятные негативные результаты для личного организма и образа жизни диагностика.

Диагностика включает систему ценностей и установок, создающих систему гигиенических способностей и умений, которые важны для обычного функционирования организма, а еще систему упражнений, которые ориентированы на улучшение способностей и умений по уходу за самим собой, пространством проживания, находящейся вокруг средой.

Здесь эмоционально-волевой компонент - включает в себя проявление психических устройств - психологических и волевых. Ключевым условием хранения здоровья считаются лестные эмоции: переживание, из-за которых у молодого человека укрепляется волевание вести свободно здоровый образ жизни. Свобода - психический процесс намеренного управления работой, которая имеет место быть в преодолении проблем и препятствий на пути к достижению установленной цели. Лицо при поддержке воли имеет возможность воплотить в жизнь регуляцию и саморегуляцию собственного здоровья. Свобода считается очень важным компонентом, особенно с начала оздоровительной деятельности.

Диагностика позволяет осуществить целенаправленный процесс воспитания опыта отношений между представителями молодого поколения с другими слоями общества. В рассматриваемом контексте основу эмоционально-волевой составляющей создает такие качества как организованность, дисциплинированность, чувство долга, чести, достоинства.

Диагностика предусматривает, что молодой человек как на биологическом уровне деятельный субъект находится в природной среде, которая гарантирует человеческую сущность определёнными био, финансовыми и производственными ресурсами. Кроме того, данная среда гарантирует ее здоровье физическое и духовное развитие.

Словом, диагностика осознательный процесс бытия человеческой личности во взаимосвязи с биосферой открывается в зависимости от

физиологического и психического самочувствия, от экологических критериев.

Обсуждение природной среды через призму диагностика как своеобразного посылы здоровой личности разрешает внедрить в содержание здравотворческого воспитания развитие умений и способностей привыкания к экологическим составляющим. Однако, в учреждениях культуры не всегда благоприятная для самочувствия молодежи среда. Общение с миром природы содействует выработке гуманистических форм и правил поведения в окружающей среде, макро- и микросоциуме. В тоже время природная среда, которая находится вокруг учреждения культуры, считается массивным оздоровительным фактором.

Здесь физкультурно-оздоровительная составляющая подразумевает собой владение методами деятельности, которые ориентированы на увеличение двигательной энергичности, предупреждение гиподинамии. Кроме всего, рассматриваемая составляющая содержания воспитания гарантирует закаливание организма, достаточно высочайшие адаптационные способности.

При знакомстве с молодым человеком представитель учреждения культуры начинает диагностику.

На этом этапе проводится беседа об успехах в жизни и его детерминации от развития компонентов жизнеустойчивости. Затем педагог индивидуально беседует, обсуждаются результаты диагностики, анализируется социализация, конструируется модель развития и исправление необходимых качеств, для этого выбираются соответствующие способы и средства.

Последующие встречи посвящены раскрытию сущности и значения качеств - компонентов жизнестойкости, формируется позитивное понимание, осознание молодым человеком личных особенностей.

И уже когда проводится повторная диагностика (контрольный эксперимент), принявшие участие в исследовании, наступает фиксация изменения уровня жизнестойчивости.

Контрольный эксперимент показал, что у большей части молодежи, работавших по данной модели, появились позитивные изменения в развитии компонентов жизнестойчивости. Характер изменений у каждого представителя молодого поколения индивидуален, что связано с личностными особенностями и психологическим временем воспитания черт характера. Проведение диагностики в условиях целенаправленной работы становится действенным инструментом предотвращения девиантного поведения молодежи.

Поведенческие элементы адекватности отношения к собственному самочувствию: соотношение поступков и действий личности конкретным притязаниям здорового образа жизни, медицины, санитарии и гигиены.

В учреждениях культуры физкультурно-оздоровительная составляющая нацелена на освоение личностно-ориентированных, актуальных свойств, которые увеличивают совместную функциональность, а также способностей собственной и общей гигиены.

Итак, следует сделать вывод о том, что здоровому образу жизни молодежи в учреждениях культуры необходимо формироваться по двум векторам: увеличение и создание позитивного в образе жизни; преодоление, сокращение возможностей риска. Вместе с тем необходимо делать акцент на собственную ориентацию молодежи на свое личное здоровье.

Для проведения эксперимента был разработан инструментарий определения уровней развития мотивации обучения, в экспериментальных и контрольных группах - 120 человек по 60 в каждой группе.

В начале эксперимента во всех группах была проведена диагностика уровня сформированности мотивации обучения по разработанным критериям и показателям. В дальнейшем в экспериментальной группе осуществлялось включение в социально-культурную деятельность в рамках предлагаемой

нами педагогической программы. Это позволило выявить степень влияния средств проектной деятельности на развитие мотивации молодежи.

В центре нашего внимания были следующие критерии.

Самооценка, которую диссертант определял с помощью методики проведения процедуры ранжирования³¹. Полученные данные

свидетельствуют, что у значительной части респондентов (63 %) заниженная самооценка. Обычно старшеклассник ставит перед собой более низкие цели, чем те, которых он может достичь, преувеличивает значение неудач, остро нуждается в поддержке окружающих, ему свойственна недооценка своих сил и возможностей, и только у 18 % респондентов - адекватная самооценка - старшеклассник трезво оценивает свои успехи и неудачи, одобрение и неодобрение окружающих, ему свойственно критическое отношение к себе и оценке окружающих.

Устойчивость мотивации обучения определялась с помощью тестирования и методик³². По результатам проведенных тестов диссертант понял, что у 58% опрошенных преобладает «детенсивное» (слабое) нервно-психическое напряжение, располагающее молодого человека к здоровому образу жизни.

Диагностика процесса воспитания здорового образа жизни молодежи осуществлялась по показателям сформированности когнитивной, эмоционально-ценностной и поведенческой составляющей и три уровня: высокий, средний и низкий.

Высокий уровень когнитивного компонента, когда молодой человек понимает необходимость овладения основами здорового образа жизни, то есть проявляет осознанный интерес к содержанию программы. По памяти называет 10 и более заповедей здорового образа жизни. Может вспомнить более 20 других. Выделяет любимые занятия на досуге, может определить значение положительных и отрицательных факторов. Проявляет высокий интерес к традициям, посещает культурно-досуговые программы.

³¹Тестирование проводилось на основании модификации Б.А. Сосновского

³² Тестирование проводилось на основании методик А.Н. Сизанова и Е.С. Асмокова.

Эмоционально-ценностный компонент: самостоятельно задумывается о полезности здоровья, и с большим интересом включается в беседу. Стремится принимать участие в коллективных формах досуга. Поведенческий компонент: молодого человека отличает высокая активность в процессе подготовки и проведения театрализованных программ, активно включается в игровое взаимодействие; стремиться к расширению своей общественной деятельности.

Средний уровень когнитивного компонента: стремление к овладению основами здорового образа жизни; активное участие в анализе содержания программ. Самостоятельно по памяти называет более 5 заветов здорового образа жизни. Выделяет любимые дела, но не всегда может диагностировать влияние отрицательных факторов. Знаком с традициями. Эмоционально-ценностный компонент: в беседу об оценке включается охотно;

самостоятельно может оценить успехи; полезность и доступность понятий определяет под руководством педагога.

Поведенческий компонент определяет под руководством педагога проявляет интерес к подготовке и проведению программы; включается в игровое действие; расширяет свой игровой актив при непосредственном педагогическом руководстве.

Низкий уровень когнитивный компонент: обучающийся не всегда понимает важность освоения здорового образа жизни, показывает отсутствие интереса к беседе об игровом содержании программы, демонстрирует низкую активность при опросе; отсутствуют критерии определения отрицательных факторов; проявляет низкую активность при опросе. Знает мало о здоровом образе жизни, не может вспомнить. Тяготиться анализом и обсуждением материала. Готов посещать программы с друзьями. Эмоционально-ценностный компонент: об оценке не задумывался,

включается в обсуждение с трудом; полезность и доступность выделить затрудняется, подменяет интересностью. Поведенческий компонент: не обладает самостоятельной способностью к овладению

здорового образа жизни; пассивен; инициатива в расширении игрового актива минимальна либо отсутствует.

Для решения поставленных задач были использованы авторские диагностико-корректирующие методики «Сколько улыбок у здоровья», «Праздничная жизнь» и «Мое видение жизни». Значимой задачей диагностико-формирующего этапа эксперимента было изучение «личностного роста», на основе которого осуществлялась характеристика наличного уровня сформированности здорового образа жизни, как в целом, так и ее структурных слоев по трем составляющим: когнитивной, эмоционально-ценностной, поведенческой. Процесс диагностики и формирования основ здорового образа жизни строился на основе наличного уровня сформированности игровых навыков ребенка и с учетом его возрастных психофизических особенностей.

Концепции российских ученых по педагогической профилактике деструктивного поведения у молодого поколения направлены на выяснение соотношения категории смысла жизни с категорией ценности жизни.

В данном проблемном поле можно вычлениить два момента:

1) из чего бы ни возникал смысл жизни - из процесса поиска или создания, в любом случае мы создадим элементы активного конструирования своего смысла. Жизнь не имеет ни мудрого, ни трагического, заранее заданного смысла: он становится тем или иным под воздействием индивидуальных или коллективных мнений.

2) ответ на один из самых главных вопросов бытия - о смысле - требует больших внутренних усилий, поскольку по мысли Н. Бердяева, смысл жизни не может быть почерпнут из самого процесса жизни - он должен быть возвышен над жизнью.

Пути воспитания здорового образа жизни стали вытекать из осознания его активной структуры. Ключевым мнением к этому необходимо считать врачебную энергичность, то есть работа людей, которая связана с собственным и публичным здоровьем и нацеленную на охрану, закрепление,

воспроизводство здоровья, то есть позитивную врачебную энергичность. Так, в практическом эксперименте возможно предопределять здоровый образ жизни.

В понятие «здоровый образ жизни» входит исключение рисков для здоровья и создание благополучной обстановки, как критерия для закрепления здоровья, то есть становление тех персональных и социальных факторов, которые принимают участие в процессе воспитания здоровья. Сильным рычагом в рассматриваемом процессе выступает медицинская активность.

Соответственно, существуют 2 направления в воспитании здорового образа жизни: это создание, становление, усиление, активизация положительных для здоровья критериев, случаев, событий.

В ходе подготовке к проведению эксперимента на сегодня разработано около шестнадцати программ ведения здорового образа жизни, регулирующие большое количество сфер жизнедеятельности у подрастающего поколения.

Опираясь на конституциональные (морфофизиологические и психофизиологические) черты, возраст, пол, профессию, место жительства, происходит формирование здорового образа жизни, то есть для различных респондентов подбираются совместимые друг с другом методы и модели. На процесс соблюдения основных принципов здорового образа жизни воздействуют не только внутренние, но и внешние факторы.

У молодого поколения немного предпосылок для правильного воспитания представлений о здоровом образе жизни:

- интенсивная методика развивает психологические процессы, завышается самооценка, состояние ответственности;
- понятны позитивные изменения в физиологическом развитии;
- представители молодого поколения готовы в добровольном порядке выполнять домашнюю работу, прилагают усилия в физиологической энергичности.

Очень серьезное внимание в воспитании здорового образа жизни молодежи уделено в модели «Радуга».

Подобного рода внимание в образовательном учреждении по отношению к физическому развитию молодежи обусловлено особенностями организма человека: подросток растет, становится более высоким, увеличивается масса тела, развивается двигательная способность и так далее.

Для своевременного воспитания представлений молодого поколения о здоровом образе жизни, необходимо знать специально направленные упражнения, укрепляющие здоровье, определенной программы физических нагрузок. Поэтому на каждодневной основе в Центре проводится утренняя зарядка, создающая бодрое и радостное настроение у молодежи, укрепляющая здоровье, развивающая физическую силу. Гимнастика, которая проходит с утра и специальные занятия физической культурой в спортивном зале с музыкальным сопровождением, и это благоприятно оказывает влияние на эмоциональную сферу молодежи, что способствует хорошему настроению молодежи.

Процесс воспитания необходимого представлений у молодого поколения о здоровом образе жизни взаимосвязан с воспитательным процессом у них любви к чистоте и порядку.

Автор разработанной программы по воспитанию подростков уделяет большое внимание прививанию представления молодежи о здоровом образе жизни: потребности в чистоте и аккуратности, культурном поведении и самостоятельной физической и двигательной активности и так далее.

Правильное воспитание представления молодежи о здоровом образе жизни осуществляется только при точечном соблюдении режимных критериев Центра.

Режим выступает в качестве твердо установленного педагогического и физиологически обоснованного конкретного распорядка жизни человека, направленного на полноценное физическое и психическое развитие каждого человека.

Для молодежи всегда установлен свой режим, соответствующий конкретной возрастной категории. Режимом дня принято считать регламентированным времяпрепровождением, но и специально организованной жизнью подростков, которая имеет оздоровительное и воспитательное значение. Режимные составляющие оказывают воздействие на воспитание у подростков, непосредственно, навыков правильного общения со своими сверстниками и взрослыми, оказывают дисциплинарные формы воздействия на молодежь.

Одновременно диссертантом отмечены следующие аспекты ведения здорового образа жизни молодого поколения:

- 1) процесс осознания человеком опасности, препятствия на пути реализации каждой из поставленных целей и определенных задач;
- 2) процесс преодоления состояния психического и педагогического напряжения как реакции личности на трудность, значимой для субъекта педагогического процесса;
- 3) процесс изменения обычного образа жизни, поведения, общения.

Автором исследуется здоровый образ жизни молодежи с точки зрения когнитивной, эмоционально-оценочной и поведенческой составляющей, в которых отражаются широта, модальность, напряженность. Впоследствии, автор выделяет определенные уровни когнитивной, эмоционально-оценочной и поведенческой составляющей отношения к здоровому образу жизни молодежи.

Когнитивная составляющая в строгом порядке наделена оценочным компонентом и представлениями субъекта о качестве жизни, защищенности, достоверности, о состоянии своего здоровья и получаемой им помощи от нужных субъектов и общества во взаимосвязи.

Рассматриваемая составляющая включает в себя процесс оценки конструктивной жизненной стратегии ведения здорового образа жизни самим человеком. Данные представления и оценки придают интеграционную характеристику в виде «субъективного образа мира», являющийся «базовым

образованием самосознания», где более размеренно представлено понятие «мир в человеке и человек в мире». Его составляющая включает образ «Я выступает системой представления и отношения» человека к самому себе и всему, что он считает своим (референтной группой принадлежности). Иными составляющими выступает образ другого человека, образ мира в совокупности своей, в том числе и оценка социального воздействия.

Основной составляющей психологической и педагогической безопасности и эмоционального благосостояния выступают общие представления у молодого поколения о несправедливости, происходящие в мире экологических, политических, религиозных проблем, терроризма, безработицы, оценка частоты негативного состояния (в виде отчаяния, мыслей о самоубийстве, страха, возмущения, одиночества и других), которые испытывает молодежь в своей жизни.

В когнитивную оценку конструктивной стратегии ведения здорового образа жизни молодежи по мнению опрошенных включены представления и оценка трудностей в межличностных отношениях, в учебно-воспитательной деятельности, в конструктивной организации личного досуга. Когнитивная оценка событий происходит по критериям, выделенных Р. Лазарусом и смодифицированными им, основываясь на нашем исследовании:

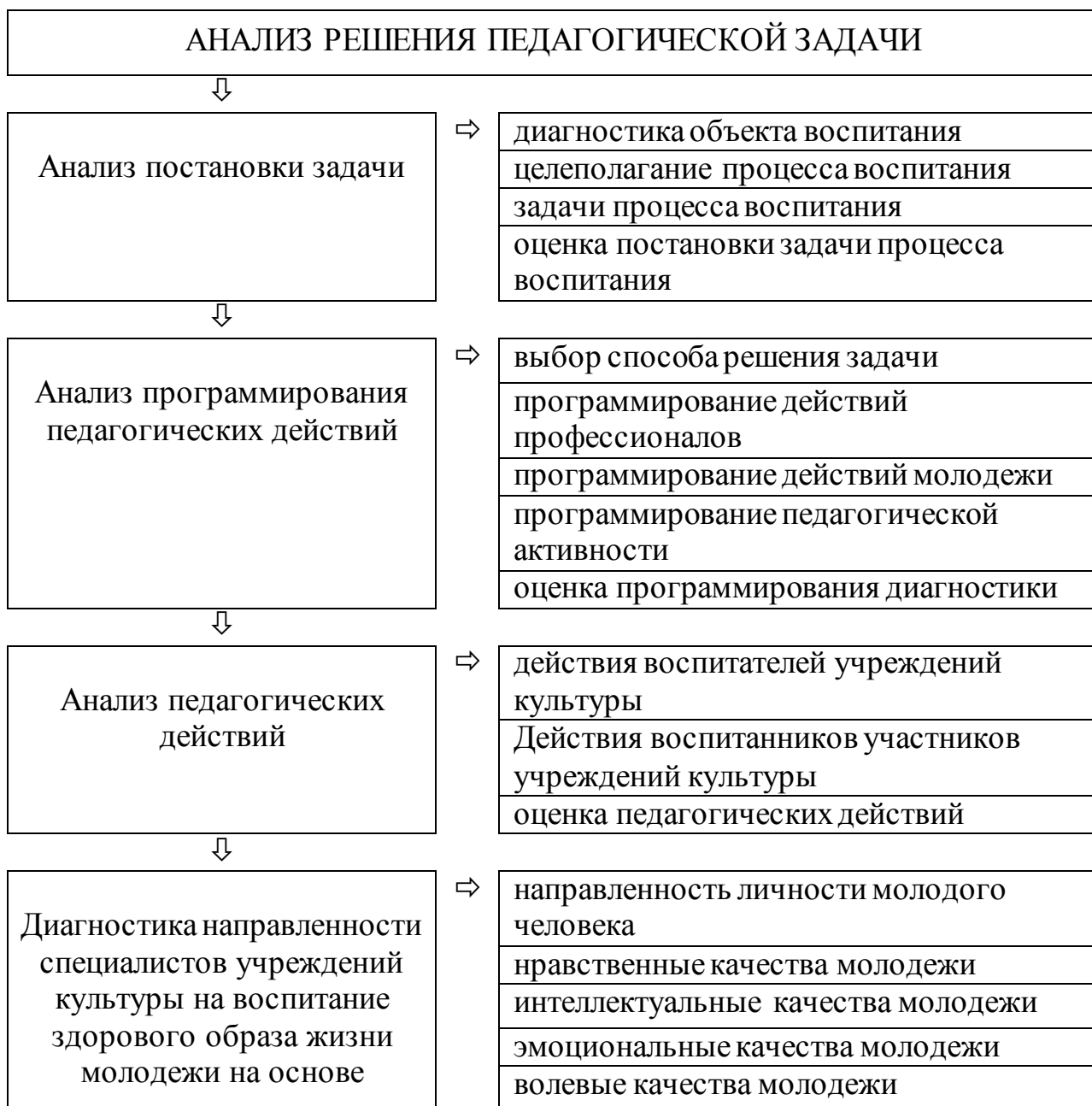
а) угроза благополучного состояния - физическое, психологическое, финансовое;

б) испытание - постижение конкретного определяемого результата, получение признания в группе, приобретение независимости от родителей.

Для правильной оценки конструктивной жизненной стратегии ведения здорового образа жизни молодого поколения автор одновременно предложил респондентам основные критерии, которые выделены Е.В. Битюцкой: невозможности в полной мере управлять событиями - неконтролируемая ситуация; неопределенная ситуация; необходимость быстро реагируемого процесса на ее условия; затруднение в процессе принятия решения в отношении действий в ситуации.

Одна из современных педагогических технологий, которая учитывает закономерности формирования сознания человека, - процесс организации «мастерской ценностной ориентации». Это необыкновенное название, эта организация предполагает обычные занятия, где содержанием является создание опыта сотворчества, в котором происходит «переживание» нравственных, эстетических, социальных ценностей, происходит принятие их молодым человеком в свой внутренний духовный мир.

В ходе констатирующего этапа исследования диагностика процесса воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры проходила по следующей схеме.



лично-
ориентированного подхода

задачи профессионального
совершенствования специалистов
учреждений культуры

Организация процесса воспитания здорового образа жизни молодежи в
учреждениях культуры

Этапы деятельности	Содержание деятельности	Сроки выполнения
Личностная направленность деятельности педагогического состава учреждений культуры		
<i>1. Этап «Когнитивное воспитание здорового образа жизни молодежи»</i>		
Организация процесса воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры	<p>Формирование групп согласно направленности личности участников опытно-экспериментальной работы.</p> <p>Выбор форм деятельности: культурно-массовое, физкультурно-оздоровительное, определение названия культурно-досуговой программы и формы его проведения.</p> <p>Постановка цели культурно-досуговой программы.</p> <p>Планирование культурно-досуговой программы.</p> <p>Проведение культурно-досуговой программы, кодирование, стимулирование и контролирование действий молодежи в учреждении культуры.</p> <p>Анализ проведенной программы.</p>	Сентябрь-ноябрь 2012 года
Организация деятельности коллектива художественной самодеятельности, клуба по интересам, любительского объединения	<p>Распределение участников опытно-экспериментальной работы по группам.</p> <p>Обсуждение содержания, форм, методов и участников эксперимента.</p> <p>Проведение круглого стола «Значение здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры».</p> <p>Проведение круглого стола «Приемы влияния на личность».</p>	Ноябрь-декабрь 2012 года
Организация учебно-воспитательной деятельности в	<p>Диагностика участников различных коллективов.</p> <p>Формирование экспериментальных коллективов.</p>	Январь-февраль 2013 года

учреждениях культуры	Подготовка планов-конспектов занятий. Обсуждение планов конспектов занятий на методическом совете. Проведение занятий для диагностики. Проведение занятий в экспериментальном коллективе. Проведение конкурса проектов по воспитанию здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода	
<i>2. Этап «Моделирование процесса воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры»</i>		
Моделирование культурно-досуговых программ	Модульные тренинги в культурно-досуговых программах. Ролевые игры в культурно-досуговых программах. Обучающий коучинг в творческих коллективах.	Март-апрель 2013 года
Моделирование физкультурно-оздоровительных программ	Компьютерные деловые игры в физкультурно-оздоровительных программах. Модульные тренинги и ролевые игры в физкультурно-оздоровительных программах. Практические проекты в физкультурно-оздоровительных программах. Участие в конкурсе молодежи «Лидер года».	Май-июнь 2013 года

Проведенное исследование констатирующего этапа исследования позволило своевременно выявить признаки проявляющейся депрессии у 38 % экспериментальной группы и 35 % контрольной группы.

Процесс определения уровня эмоционального состояния экспериментальной и контрольной групп показал, что самыми спокойными в этом определении оказались молодые люди экспериментальной группы (63 %), а более склонны к спокойствию контрольной (42 %). Менее постоянными в смысле характера 56 % экспериментальной группы и 58 % - контрольной.

Полученные данные свидетельствуют о том, что молодежь не имеет достаточных знаний, умений, навыков и опыта о здоровом образе жизни, а

значит происходит недооценка необходимости использования всего того, что свидетельствует о тех показателях, которые продемонстрировали участнику обследования.

Таким образом, диагностика процесса воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры позволяет получить наиболее реальные данные в дальнейшем ходе исследования.

2.2. Формирование педагогической модели воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры

Сложившаяся в настоящее время ситуация с точки зрения процесса формирования модели здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры.

Моделирование в педагогической науке рассматривается как: «1. Действие построения модели. 2. Процедура наблюдения субъектом некоторых паттернов поведения модели и попытки имитировать это поведение. Многие считают, что это основной процесс научения, участвующих в социализации»³³.

Изучение основополагающих требований к личностным и функциональным качествам молодежи в учреждениях культуры, выявление дефиниции «здоровой образ жизни», ее характеристик, позволяют создать целостную модель.

Диссертант исходил из того, что идея моделирования выступает основной для теоретических и экспериментальных методов исследования. Научная литература акцентирует внимание на важности моделирования (А.А. Вербицкий, В.И. Загвязинский, Г.П. Щедровицкий). В определении модели авторы подходят с различных точек зрения.

³³ Большой толковый психологический словарь. Артур Ребер. Том 1. – М., 2000. – С. 455.

Так, В.А. Штофф считает, что модель – это ирреальная или материальная система, способная заменить объект исследования, в виде новой информации об объекте; И.Б. Новик рассматривал модель как виртуальный или реальный объект соответствующий изучаемому объекту, который способен имитировать его на конкретных этапах познания; О.Г. Ревзина и И.И. Ревзин рассматривают модель – как гипотезу объекта. С точки зрения В.А. Фролова, модель – это интерпретация какой-либо системы; Б.А. Глинский, Б.С. Грязнов, Б.С. Дынин, Е.П. Никитин считают, что модель – это функция; Г.П. Щедровицкий считает, что функция модели сводится к имитации и воспроизведению процессов.

В словаре Э.Г. Азимова и А.Н. Шукина модель как деформация трактуется так: «Модель (от фр. *modele*, лат. *modulus* – мера, образец) – это минимизированный, ирреальный или знаковый образ какого-либо объекта или системы объектов, применяемый как их «заместитель» и средство оперирования (в том числе и обучения)»³⁴.

Значит, понятие «модель» можно трактовать как эталон схему, систему с конкретными свойствами какого-либо объекта. Педагогическую модель иногда рассматривают в виде схематического изображения. Педагогическая модель конструируется как в когнитивных, так и в образовательных целях. Педагогическая модель дает возможность получить всю информацию о реальном объекте или процессе. Педагогическая модель воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры позволяет увидеть в целом этот процесс на основе лично-ориентированного подхода.

Педагогическое моделирование успешно зарекомендовало себя в процессе исследования деятельности учреждений культуры. С этой целью изучается деятельности учреждений культуры и конструируются педагогической модели одна из задач нашего исследования является конструирование педагогической модели процесса воспитания здорового

³⁴ Азимова Э.Г. Шукина А.Н. Педагогический словарь. – М., 2011. – С. 145.

образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода.

Педагогическая модель воспитания здорового образа жизни в учреждениях культуры понимается нами как создаваемый образ процесса, где подробно описываются основные детерминанты, где цель достигается конкретным коллективом в оптимальных организационно-педагогических условиях.

Автором разработана педагогическая модель воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры как совместной деятельности, которая определяется:

- а) первостепенным состоянием предложенной системы;
- б) образом желаемого состояния представленной системы в будущем;
- в) составом и структурой действий при желании перейти от настоящего к будущему.

Педагогическая модель воспитания здорового образа жизни в учреждениях культуры строилась на принципах: актуальности; прогностичности; рациональности; реалистичности; целостности; контролируемости; чувствительности к сбоям.

Диссертантом было сделано предположение о том, что процесс воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры должен осуществляться в непосредственной взаимосвязи с их возрастными особенностями, а также определенными условиями жизни, экономическими, природными, климатическими, социальными, культурными средами, организационными, педагогическими и дидактическими условиями, уровнями готовности всех субъектов, участвующих в этой деятельности.

Личностно-ориентированный подход к процессу воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры выступает дифференцированный. Это позволило в ходе педагогического эксперимента выявить первостепенные составляющие здорового образа жизни у молодежи

в учреждениях культуры. Актуализация дифференцированного подхода в современной системе деятельности учреждений культуры, который реализует личностно-ориентированный подход в практику. Основываясь на индивидуальные особенности личности молодого человека, учитывая его интересы, потребности, мотивы, досуговые предпочтения, возможно.

В педагогической модели дифференцированный подход представлен как процесс, который включает в себя: цель, содержание воспитания здорового образа жизни молодежи, технологию обучения, способ организации деятельности, критерии эффективности самого образовательного процесса. Значит, дифференцированный подход как часть личностно-ориентированного подхода добавляет возможности последнего в воспитании здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры и становится инновационным, то есть ориентированным на личностные интересы и способности, которое ищет пути, как лучше удовлетворить познавательную потребность молодежи, как разрешить возникающие проблемы в поддержке и укрепления здоровья.

Опираясь на труды таких ученых, как Алексеев Н.А., Антропов М.В., Бондаревская Е.В., Белухин Д.А., Демаков И.Д., Куканов Е.В., Кушнир А.М., Панюков С.В., Шадриков В.Д., Якиманская И.С. и др., диссертант рассматривает дифференцированный подход в авторской педагогической модели воспитания здорового образа жизни у молодого поколения, через анализ понятия «внешних» и «внутренних» факторов.

Личностно-ориентированный подход для нашего исследования объединяет методологию и теорию деятельности учреждений культуры в виде специфического способа повседневной жизнедеятельности и деятельности по воспитанию базовых принципов по ведению здорового образа жизни молодежи.

Процесс актуализации личностно-ориентированного подхода обусловлен возвращением дифференцированного подхода к культуре. В предложенной педагогической модели деятельности учреждений культуры

как главенствующего в понимании и объяснении и процесса формирования педагогической модели воспитания здорового образа жизни у молодежи позволяет «считать здоровье молодого человека как феномен культуры и понимать этот термин через понятие «культура», сделав акцент на характеристиках здоровья, появляющиеся благодаря приложенным усилиям человека» (из Т.Ф. Орехова с. 132).

Варианты концепций деятельности учреждений культуры, которые обуславливают в педагогической модели многообразие его стратегий и тактик. В рамках концепции профессора Жаркова А.Д., которая представлена как совокупность методологических и практических приемов, которые обеспечивают процесс воспитания здорового образа жизни молодежи в исследуемых учреждениях культуры на основе понятия, ценностно-мотивационного ориентира, отношения молодого человека к лично себе, к окружающему миру, пониманию понятия культуры здоровья и ведения здорового образа жизни.

В педагогическую модель воспитания здорового образа жизни молодежи входит и технология, которая направлена на решение дидактической задачи и попутно обеспечивают сохранение и укрепление собственного здоровья у молодого человека.

Поэтому следует различать технологии, которые направлены на воспитание здорового образа жизни молодежи и попутно обеспечивают достижение дидактических и воспитательных целей. Затем технологии, направленные на решение лечебно-реабилитационных задач. Технологии, позволяющие обеспечить решение оценочных задач формирующей деятельности рассматриваются автором диссертации в качестве процесса и результата освоения молодежью системных знаний, умений, навыков и опыта при ориентире на различные педагогические модели и обретает новые систематические цели и функции.

Цель педагогической модели - создание оптимальных условий, обеспечивающих возможность укрепления здоровья молодежи, процесс

воспитания компетенции в здоровом образе жизни, использование приобретённых теоретических знаний на практике.

В основу концепции Жаркова А.Д. о ценностно-ориентированном, активно-деятельностном подходе к целостному технологическому процессу в учреждениях культуры отражаются все повседневные проблемы, связанные со здоровьем молодежи. Это и гигиенические, культурные, социальные нормы и ценности и необходимый объем информации, предполагающий сочетание изложенной информации в теории с примерами и иллюстрациями, что значительно улучшает процесс восприятия.

Ценностное ориентирование молодежи - это основная часть внимания позитивной деятельности учреждений культуры и их положительному влиянию на процесс воспитания здорового образа жизни молодежи. Показ личных положительных примеров, более эффективен в сравнении с другими методами воспитания.

Логический процесс преемственности воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры при его осуществлении определяется повседневным, системным познанием. А поскольку педагогическая модель воспитания здорового образа жизни молодежи представляется автором диссертации в образе целостной системы, где сознание молодежи ориентировано на повышение энергичности, состояния которое характерно полное единство физического, психологического и общественного благополучия. Разнообразная деятельность учреждений культуры и мотивационная работа профессионалов и их актива открывают возможность воспитать у молодого поколения правильное представление о человеке как значимой ячейкой общества.

Работа подобного рода создает представления у молодежи о себе самом индивидуально, о функции собственного организма, молодому поколению даются исходные представления о здоровье, основных методах функционирования организма. Поэтому в процессе формирования педагогической модели воспитания здорового образа жизни молодежи были

поставлены следующие задачи. Это: структурировать психологические и физиологические возможности собственного организма; сформулировать мотивационные составляющие здоровья молодого человека; обеспечить примерами успешного ведения здорового образа жизни молодежи; сконструировать доброжелательные взаимоотношения внутри коллектива учреждения культуры; адаптировать культурно-досуговую программу; создать систему самоуправления для процесса воспитания здорового образа жизни молодежи в коллективе; организовать правильное рациональное питание с целью - пополнить ресурсы молодого организма.

Здесь термин «здоровье» выступает в качестве продукта большого количества взаимосвязанных между общественных, психологических и физиологических аспектов, которые нацелены на воспитание здорового образа жизни молодежи, обеспечивающих взаимодействие в условиях учреждений культуры.

Опытно-экспериментальная работа велась с 2008 по 2016 гг. Для более глубокого анализа процесса воспитания здорового образа жизни молодежи были использованы: Центр здоровой молодежи г. Воронеж, ООО Профилактический центр помощи «Практик» г. Москва, Благотворительный фонд развития социальных программ «Наше будущее» г. Екатеринбург, Благотворительный Фонд Нуждающимся в Реабилитации «Ярдэм» г. Казань.

Впоследствии, после проведения исследования, непосредственно в учреждениях культуры с поддержкой методики «Омега-потенциал» исследовалось совместно со специалистами сферы здравоохранения полезность влияния разнообразных физических нагрузок на организм молодого человека. Данный тест зарекомендовал себя положительно. Был апробирован комплекс физических упражнений, который ориентирован на становление подвижности организма, функционирование которого необходимо в условиях учреждений культуры при подготовке и проведении культурно-досуговых программ широкого профиля.

Для решения ведущей задачи исследования в учреждении культуры была разработана методика оздоровительной гимнастики с молодежью во время занятий в коллективах художественной самодеятельности, клубов по интересам, любительским объединениям. Данная методика базируется на совершенно новом подходе к взаимосвязи дозирования физических упражнений в творческом процессе.

В поисковом опыте за базу были взяты 3 комплекса упражнений для коллективов художественной самодеятельности, клубов по интересам, любительских объединений.

Для коллективов художественной самодеятельности методика «Гибкость» осуществлялась по следующей модели.

Конструкция занятия была обыкновенной - Предварительная часть, Основная часть и Завершающая часть.

Предварительная часть занимала 5 минут от совместного времени занятия и включала в себя упражнения бегового характера, ОРУ, простые акробатические упражнения.

Главная часть занимала 15-20 минут от совместного времени занятия и включала в себя упражнения, которые ориентированы на становление подвижности в суставах.

Завершающая часть занимала 10 минут от общего времени занятий и были задействованы упражнения йоги. В процентном соотношении упражнения составили: упражнения, которые ориентированы на становление повышенной подвижности в суставах - 69 %; упражнения непосредственно с силовой нагрузкой - 9 %; упражнения, оказывающие воздействие на становление ловкости и координации в движении - 8 %; упражнения, нацеленные на расслабление и развивающие дыхание – 9 %.

Оздоровительные занятия 2 группы под названием «Сила» велись по следующей модели: предварительная часть занимала 10 минут от совместного времени занятия и включала в себя беговые упражнения, ОРУ, простые акробатические упражнения. Основная часть занимала 20-25 минут

от совместного времени занятия и включала в себя упражнения, нацеленные на становление силы. Завершающая часть занимала 10 минут от общего времени занятий и включала в себя упражнения, которые направлены развитие подвижности в суставах.

В процентном отношении это выглядело следующим образом: упражнения, которые ориентированы на становление силы - 69 %; упражнения, которые ориентированы на становление повышенной подвижности в суставах - 15 %; упражнения на становление ловкости и координации в движении – 5 %.

Оздоровительные занятия третьей группы «Скоростно-силовые» велись по следующей модели.

Предварительная часть занимала 5-10 минут от общего времени занятия физической нагрузкой и включала в себя необходимые упражнения: беговые, прыжковые, ОРУ, простые акробатические упражнения.

Главная часть занимала 20-25 минут от совместного времени занятия и включала в себя упражнения, нацеленные на становление скоростно-силовых качеств, особенно актуальных в хореографических коллективах. Завершающая часть занимала 7 минут от совместного времени занятия и включала в себя упражнения, которые развивают эластичность, упражнения на расслабление и медитацию.

В процентном отношении это выглядело следующим образом: упражнения, имеющие скоростно-силового характера - 69 %; упражнения, нацеленные на становление эластичности - 16 %; упражнения, нацеленные на расслабление - 15 %.

Показателями эффективности данной методики стали: состояние самочувствия, которое диагностируется комплексом «Диакомс». В данный комплекс еще была включена методика определения коэффициента самочувствия, коэффициент Махалобиуса, являющийся интегральным значением функционирования той или другой актуальной системы основанной на работе всех меридианов. Модель компьютерного анализа

«Диакомс» рассчитывает коэффициент здоровья молодого человека при вводе в него необходимых данных характеристик. Разбирая полученные по коэффициенту Махалобиуса характеристики, предлагались варианты решений.

В группе «Гибкость» до начала формирующего этапа педагогического эксперимента, коэффициент был равен 2.5 у.е. Это свидетельствует о том, что молодые люди рассматриваемой группы пребывали на низком уровне состояния здоровья. Наблюдались небольшие различия друг от друга.

В группе «Сила» коэффициент составил 2.8 у.е., что тоже указывает на низкий уровень состояния здоровья. По сведениям методики «Диакомс» наблюдалось довольно-таки сильное понижение активного состояния здоровья.

В группе «Скоростно-силовые» коэффициент равен 2.7, что указывает на наличие отклонений в состоянии самочувствия у 84 % участников эксперимента. При глубоком анализе полученных данных наблюдалось понижение иммунитета, изменение уровня состояния здоровья молодежи.

Рассматривая анализ данных (в группе «Гибкость» коэффициент Махалобиуса составил 1.6, в группе «Сила» - 1.1, а в группе «Скоростно-силовые» - 1.28.). Все это показывает, что предложенная уникальная методика оздоровительных занятий гимнастикой с молодыми людьми, участниками коллективов художественной самодеятельности, клубов по интересам и любительских объединений показывает, что физические нагрузки оказывают оздоровительное влияние на весь организм.

Наибольшее эффективное влияние оказали методики, включающие в себя упражнения силового и скоростно-силового характера.

Кропотливый статистический тест приобретенных данных разрешает уверенно признать, что долговременное (4-6 месяцев) выполнение комплекса гимнастических упражнений по уникальному способу, разносторонне воздействует на организм молодого человека - участника коллектива

художественной самодеятельности, клубов по интересам и любительских объединений.

Российскими исследователями доказано, что попытки возродить физкультурно-оздоровительную деятельность в учреждениях культуры при помощи старых организованных форм, как правило, не дает ожидаемых результатов. Ценным является опыт использования в творческом процессе учреждений культуры таких форм, как консультация, спецкурс, беседа по воспитанию здорового образа жизни молодежи. Об этом свидетельствуют исследования Н.П. Абаскаловой, Г.С. Никифоровым, Т.Н. Прокопенко, А.М. Столяренко и др. Идеи этих ученых были использованы при формировании педагогической модели воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры, которые особым способом скорректировали бы проблему. Отношение представителей молодого поколения к собственному образу жизни, есть процесс воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры вполне вероятен только при помощи специального педагогического сопровождения.

Под педагогическим сопровождением диссертант понимает всю «совокупность форм, средств и методов применения в особых педагогических обстоятельствах.

В рассматриваемом контексте решить дилемму воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода в виде педагогической модели рассматривается диссертантом как деятельностно-целевой элемент педагогического обеспечения целостного процесса, в котором отмечаем присутствие цели, педагогических критериев, способов, методов, этапов и средств достижения поставленных целей. Воплощение конкретных педагогических действий, содействующих осознанию молодежи значительности происходящего, ориентированно на самосохранение и самореализацию разных идей, понимания значения процесса воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры.

Процесс ориентирования молодежи на воспитание здорового образа жизни, как педагогической стратегии, необходимо включать в педагогический процесс обеспечения деятельности учреждений культуры, который обязан быть пронизан мыслями проникновения в сознание молодежи общепризнанных мер и правил здорового образа жизни.

Поэтому формирование педагогической модели воспитания здорового образа жизни молодежи включено воздействие субъекта, имеющего педагогический опыт, рекомендательный, поддерживающий характер которого ориентирован на ценностные ориентации, на общественные и общечеловеческие.

Формирование педагогической модели воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры подразумевает процесс овладения личностью достаточными знаниями, умениями и навыками и опыт становления необходимых качеств у личности молодого человека. Воспитание здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода ориентировалось диссертантом на интенсивную модифицирующую деятельность.

Практические задачи достижения целей формирования педагогической модели воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры осуществлялся последовательным способом на каждом этапе ориентирования молодежи - участников эксперимента. Воспитание здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры этап актуализации включал: решение педагогом конкретно определенных задач; осуществление педагогически направленных действий; использование определенных форм и методов, а также результат, проявляющийся в повседневной жизнедеятельности молодежи.

Формирование педагогической модели воспитания здорового образа жизни у молодежи в учреждениях культуры содержит педагогические критерии реализации данной модели в практику. Необходимость наличия определенных педагогических критериев для реализации воспитательных

технологий было доказано И.Ф. Исаевым, С.В. Кульневичем, В.А. Сластениным, Е.Н. Шияновым и другими учеными.

Автор диссертации следовал достижениям вышеуказанных ученых в реализации рассматриваемой педагогической модели в условиях учреждения культуры на основе личностно-ориентированного подхода. Это: ориентировка воспитания молодежи на здоровый образ жизни в учреждениях культуры (мотивационный аспект); актуализация эмоционального отношения к процессу воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры.

Включение разработанных диссертантом педагогических критериев направленных на воспитание здорового образа жизни у молодежи в учреждениях культуры, как методологической, теоретической и технологической точки зрения дает положительной результат в отношении к созданию личного здорового образа жизни, творчески настроенному факту реализации здоровой жизнедеятельности.

В ходе процесса формирования педагогической модели воспитания здорового образа жизни зачастую возникали взаимосвязи культурно-досуговой и физкультурно-оздоровительной деятельности. В более широком значении воспитание здорового образа жизни понимается учеными-педагогами, культурологами как метод приобщения молодого человека к физиологической культуре, в процессе которой он осваивает систему познаний, акцентирует свое отношение к нему. Эти идеи были заложены в научных трудах В.К. Бальсевича, В.М. Выдрина, В.А. Запорожанова, В.И. Ильинича, П.Ф. Лесгафта, Л.И. Лубышевой, Л.П. Матвеева, Ю.М. Николаева, А.Д. Новикова, В.В. Пономарева, В.И. Столярова, И.И. Сулейманова и других.

В связи с этим реализация педагогического критерия - ориентирования молодежи на здоровый образ жизни в исследуемых учреждениях культуры производилась в рамках программы эксперимента.

Введение в творческий процесс деятельности учреждений культуры и конкретно: коллективов художественной самодеятельности, клубов по интересам и любительских объединений содержательных компонентов - неотъемлемый (базовый) и вариативный (для заключения частных задач) и интенсивное внедрение ее вариативного компонента в теоретическом анализе рассматриваемой модели позволяет сбалансировать и наличие физкультурно-оздоровительной деятельности. Отсюда, воспитание у молодежи представлений о здоровом образе жизни в учреждениях культуры с применением всевозможных форм, методов, способов и выразительных средств содействует приобщению молодежи к здоровому образу жизни.

Положительную взаимосвязь содержания базисного и вариативного компонента педагогической модели воспитания здорового образа жизни у молодежи диссертант связывает с реализацией сложившиеся обстоятельства, педагогические ситуации, организационно-методические условия.

Правильное установление смысла, понимание и обретение личных мыслей в любом направлении повседневной жизнедеятельности, по мнению педагогов и специалистов учреждений культуры создают возможность к переменам, благодаря определенной целенаправленной работе. Содержательным критерием в практической и педагогической деятельности учреждений культуры.

Воспитание ориентира у молодежи на здоровый образ жизни может быть реализовано только при помощи способов кооперативного совместного изучения. Ориентированность на переход от пассивной формы восприятия информации к интенсивной и обеспечивает взаимодействие субъекта и объекта через лекции, лекции-концерты, беседы, диспуты, встречи, валеологические конференции и олимпиадные игры и т.д. При применении рассматриваемых способов есть вероятность задействования таких основных составляющих личности молодого человека, как дееспособного к знанию и самопознанию, необходимости высочайшего значения и ценностного отношения.

Учреждения культуры имеют все шансы содействовать переоценке молодежных смыслов личной жизнедеятельности, претворению в жизнь необходимости в достижении, признании, реализации личных разного рода способностей, в том числе и по изменению личного образа жизни.

В ходе формирования педагогической модели воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры проводилось ориентирование молодежи на здоровый образ жизни через эмоциональное и ценностное принятие на личностном.

В практическом значении в решении задач рассматриваемого этапа формирования педагогической модели воспитания здорового образа жизни. Ценностная составляющая получает свое право на осуществление деятельности, когда молодой человек, при взаимосвязи с предметом деятельности в учреждениях культуры создает отношение. Ценностной составляющей становятся качества объекта удовлетворяют необходимости субъекта, учреждения культуры используют чувственно-настроенную сферу и порождают личностное значение, при этом создавая внутреннюю позицию личности молодого человека. Под воздействием реальной жизненной практики, при наличии внутренней энергичности у представителя молодого поколения, появляется ценностное отношение к воспитанию здорового образа жизни в учреждениях культуры.

Основываясь на этом, диссертантом был сделан выбор таких педагогических способов, методов и выразительных средств, которые содействовали бы воспитанию у молодежи внутренней картины здорового образа жизни.

Ключевыми свойствами подобного рода картины считаются: когнитивный (совокупность познаний, представлений, выводов о здоровом образе жизни) и чувственный (чувственная сторона), которые содействуют пониманию, то есть ценностному принятию и моделированию здорового образа жизни как необходимого жизненного ориентира, так и чувственному, эмоциональному, находящимся под воздействием культурно-досуговых и

физкультурно-оздоровительных программ. Педагогическая поддержка культурно-досуговых и физкультурно-оздоровительных программ обеспечивает эффективное познание процесса воспитания здорового образа жизни у молодежи (диалоги, дискуссии), которые содействуют активизированной энергичности психологической сферы личности молодого человека. Моделирование интерактивных способов, самостоятельных, персональных и общих форм культурно-досуговых и физкультурно-оздоровительных, которые обеспечивают деятельностный аспект.

Особенное внимание на этапе концентрации уделено способу моделирования, который рассматривался как допускающий возведение какого-либо эталона, аналога, модели, или же процесса, который отображает немаловажные свойства изучаемого объекта. Создание модели видится как промежуточный период, на котором выполняется подготовка к реализации в рассматриваемой деятельности.

Моделирующая деятельность разрешает нам применить интегрировать в познание молодежи основ воспитания здорового образа жизни, использовать их ценностные ориентиры, конкретизировать «здоровьесберегающие замыслы», получить изначальный опыт конструирования подобной деятельности. С данной целью организован мастер-класс, модель работы которого построена с использованием интерактивных способов (проектирование, демонстрация, разминка, обратная связь, индивидуальный пример и другие).

Для достижения данной цели в ходе педагогического эксперимента был проведен цикл в количестве 12 мастер-классов модель работы который строился с использованием интерактивных способов (проектирование, демонстрация, разминка, обратная связь, индивидуальный пример и другие).

Как итог интенсивного взаимодействия педагога и адептов, молодежи друг с другом, учтено создание процесса воспитания модели здорового образа жизни как деятельностного (через совокупность действий) к решению

различных задач. Цикл проведенных мастер-классов позволил молодежи сориентироваться в решении конкретных задач, получить навыки и моделирования в процессе общей деятельности и общения.

Важное педагогическое условие ориентации молодежи на здоровый образ жизни выступает продолжением логического смысла серии культурно-досуговых и физкультурно-оздоровительных программ, выбор надлежащих педагогических технологий, действий, методик организации деятельности молодежи.

На наш взгляд, в данном контексте мышление приобретает такие формы, как: суждение, отражающее связи, отношения вещей. Истинным становится то суждение, которое правильно отражает отношения, существующие в объективной действительности. Умозаключение как форма мышления, когда из одного или нескольких суждений выводится новое. Дифференцируются умозаключения на индуктивные (на основании частного делается обобщение), дедуктивные (на основании общего возникает знание о конкретном) и по аналогии (по схожести существенных признаков объекта). Понятие как форма мышления наиболее часто встречается в диссертационных исследованиях, обеспечивает познание сути вещей и явлений в их сущностных связях и отношениях, а также обобщение их сущностных признаков.

Результат мышления педагога - это понимание предметов и явлений в процессе воспитания здорового образа жизни. Понимание - аналитико-синтетическая деятельность мозга, направленная на раскрытие внутренней сути предметов и явлений, на осознание связей, отношений, зависимостей, отражающихся в деятельности мозга.

В процессе формирования педагогической модели выясняются причины явления, определяются исходные принципы, факты, мотивы, смыслы, значение поступков молодежи и т.д. «Мысль может быть усвоена и понята только таким человеком, у которого она является звеном в составе личного опыта. Анализ - это мысленное расчленение предметов в сознании,

выделение их составных частей, сторон, аспектов, элементов, признаков и действий; синтез - это мысленное объединение отдельных частей, сторон, аспектов, элементов, признаков и свойств объектов в единое качественно новое целое». (И.М. Сеченов. Избранное. - М, 1997.- с. 17).

Нарушение мыслительной деятельности приводит к формированию деструктивных элементов поведения молодежи. Особенно явно поддаются педагогическому наблюдению молодые люди, злоупотребляющие спиртными напитками. Изменения критичности мышления, обнаруживаемых при проверке и исправлении результатов исследуемых своей деятельности. Уровень развития мышления у молодежи в процессе воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры определяет, в какой мере молодой человек способен ориентироваться в окружающей действительности, насколько полно он владеет ситуацией, как способен на нее влиять, готов ли изменить себя. Нарушения мышления у молодого человека выражается в том, что молодой человек утрачивает способность влиять на ситуацию по принятию или изменению обстоятельств и самого себя. Компенсаторная заместительная реакция проявляется в уходе от ситуации и себя в саморазрушительную деятельность, погружение в мир иллюзии.

Следовательно, мышление это опосредованное и обобщенное познание объективной реальности, способ и средство биологической и социальной адаптации молодого человека в социуме, ибо этот познавательный процесс служит раскрытию внутренней сути объектов и явлений действительности.

Отсюда, основными механизмами дезадаптации, формирующими поведение молодых людей, являются камуфляжные функции мышления, приводящие к дезориентации индивида и социума, самообману, обману, неспособности изменять ситуацию и молодого человека.

Логично, что последующий ступенью в мыслительной деятельности становится память как процесс организации и сохранения прошлого опыта, делающие возможным его повторное использование в деятельности.

Эмоциональная память - это запоминание эмоциональных переживаний, эмоционально окрашенных реакций на результат действия. Хорошая память является показателем интеллекта. Важную роль здесь играет уровень научения, так как он становится фактором подкрепления приобретенных поведенческих навыков. Эмоции молодого человека определяются актуальной потребностью и вероятностью (возможностью) ее удовлетворения. Основой выступает исторический (филогенез) и индивидуальный (онтогенез) опыт. Оценку собственного развития молодой человек производит непроизвольно, часто неосознанно сопоставляя информацию о средствах и времени, необходимых для удовлетворения потребности, с информацией, которой он располагает в данный момент. К развитию отрицательных эмоций (фрустрации, гнева, раздражения, и т.п.) у молодого человека приводит низкая вероятность удовлетворения потребности. Положительные эмоции (радость, удовольствие, подъем) порождает возрастание вероятности удовлетворения потребности молодых людей по сравнению с ранее имевшимся прогнозом. Это состояние молодой человек стремится продлить, усилить, повторить.

На динамику деструктивных элементов поведения молодежи с применением психоактивных (ПАВ) веществ влияет принцип максимизации позитивных эмоций и минимизации отрицательных. В происхождении саморазрушительного поведения молодого человека важную роль играет дефект памяти. Он воспроизводит отрицательные моменты, соответствующие реализации деструктивного паттерна поведения, и сохраняет следы положительных эмоций, сопровождающих реализацию удовлетворения патологической потребности.

Генерирование эмоций у молодых в ситуации прагматической неопределенности - это мощный филогенетический фактор адаптации организма к изменяющимся условиям внешней среды. И положительные, и отрицательные эмоции у молодого человека играют примерно равную роль в процессах адаптации организма к постоянно меняющейся среде.

При разработке педагогической модели воспитания здорового образа жизни в учреждениях культуры автор диссертации ориентировался на активизацию ресурсов этого процесса. Были задействованы следующие ресурсы по поддержанию здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры в виде:

1. Административного ресурса (разработка надлежащих программ, планирование здоровьесберегающих событий, пропагандирование ведения здорового образа жизни, помощь, финансирование, контроль и другие).

2. Ресурсов учебного и воспитательного процесса создание с пещкурса о здоровом образе жизни молодежи и внедрение его в деятельность учреждений культуры в форме культурно-досуговых программ и физкультурно-оздоровительных программ через организацию физкультурно-оздоровительных программ; внедрение возможностей культурно-досугового пространства регламентированного (формами учебно-творческого занятия) и нерегламентированного характера. Разнообразные формы культурно-досуговой деятельности субъектом, которыми являются: педагоги, специалисты, профессионалы, их актив, а также участники художественной самодеятельности, клубов по интересам и любительских объединений.

3. Физкультурно-оздоровительное обеспечение культурно-досуговых программ. Руководитель театрального коллектива экспериментального учреждения культуры объяснил молодым участникам об их творческих способностях, предстоящем направлении деятельности - то есть воспитание здорового образа жизни, педагогически поддерживал идею реализации здорового образа жизни. Выбор форм и способов организации деятельности молодежи на этом этапе включало консультации педагога о значении физкультурно-оздоровительной и культурно-досуговой деятельности, что содействует их сближению в творчестве и здоровьесберегающей деятельности, обогащению жизненного опыта.

В результате проведенной работы автором была разработана педагогическая модель воспитания здорового образа жизни в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода.

Формирование педагогической модели воспитания здорового образа жизни в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода состояло из ценностей понимания здорового образа жизни, которые состоят из следующих основных разделов:

1. Познавательный-просветительный, обеспечивающий когнитивность процесса.
2. Ценностно-ориентированный процесс отношения молодежи.
3. Воспитательный процесс по введению здорового образа жизни в коллективах художественной самодеятельности.
4. Обеспечение технологического характера и внедрение модели.

Прогнозируемые результаты после внедрения педагогической модели воспитания здорового образа жизни в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода. Это:

1. Создание системы воспитания, сохранения и укрепления здоровья молодежи. Участвующей в деятельности учреждений культуры.
2. Создания предпосылок для снижения заболеваемости, повышения качества жизни молодежи, положительный эффект в демографической ситуации.

Цель и задачи педагогической модели, основные показатели в виде:

1. Реализации стратегии системности воспитания здорового образа жизни в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода.
2. Разработки в перспективе эффективных культурно-досуговых и физкультурно-оздоровительных программ по созданию условий для этой деятельности.
3. Укрепления, сохранения здоровья молодежи в учреждениях культуры посредством оздоровительных программ.

4. Воспитания мотивационного компонента к воспитанию здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры.

5. Информационное обеспечение процесса воспитания здорового образа жизни в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода.

Представленная педагогическая модель включает в себя многоуровневый подход по воспитанию здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода через реализацию следующих проектов.

Воспитание здорового образа жизни молодежи при помощи личностно-ориентированного подхода (подход, который направлен на достижение дидактических целей и попутно обеспечивает сохранение и совершенствование здоровья молодого человека), направлен на решение когнитивных задач; на решение оценочно-результативных задач здоровьесформирующей деятельности. Диссертант рассматривает процесс и результат усвоения молодежью системных знаний, умений и опыта целенаправленной ценностной ориентации на определенного рода педагогическую модель и приобретает тем самым новые системные цели и функции. В учреждениях культуры этот процесс имеет приоритетный характер в непосредственном достижении целей по укреплению и сохранению здоровья молодежи на основе личностно-ориентированного подхода.

Одним из основных разделов учебной и воспитательной работы в учреждениях культуры стало проведение занятий по физической культуре и ведению здорового образа жизни посредством гимнастических, физкультурно-оздоровительных программ. В реализации данной концепции участвуют все отделы по воспитательной работе учреждений «Практик», «Наше будущее», «Ярдэм», все коллективы художественной самодеятельности, клубов по интересам, любительских объединений.

Согласно ежегодному плану работы учебно-творческий процесс воспитания молодежи, то есть всех участников, включает в себя занятие физической культурой и спортом в основной и специальной подгруппе, а также в подгруппе лечебной физической культуры.

В ходе эксперимента были проведены программы комплексного характера. Это соревнования по определенным видам спорта, осуществлялась работа спортивных секций (баскетбола, волейбола, мини-футбола, настольного тенниса, спортивного ориентирования, легкой атлетики, шахмат, лыжного спорта, силового троеборья, гиревого спорта) и подгрупп спортивного совершенствования (волейбола, баскетбола, легкой атлетики, настольного тенниса, спортивного ориентирования, лыжного спорта, футбола, шахмат, пауэрлифтинга, гиревого спорта, спортивного туризма).

Помимо этого, проводилась работа спортклуба, цель которой - совершенствование физического характера молодежи и организация досуга, который соответствует здоровому образу жизни. Работа клуба, секций, подгрупп была ориентирована не только на молодежь, но и преподавателей самих учреждений. Постоянно в учреждениях «Практик» и «Ярдэм» готовится 1-2 кандидата в мастера спорта, 3-4 спортсменов 1-го спортивного разряда, 5-6 человек 2-го спортивного разряда, 7-8 3-го спортивного разряда.

Для того чтобы спортивно-массовой работа осуществлялась успешно учреждение «Наше будущее» располагает следующим материально-техническим оборудованием: 2 спортивными залами, спортивно-оздоровительным комплексом, тренажерным залом, укомплектованным современным оборудованием, стадионом с полным оснащением для занятий баскетболом, настольным теннисом, пауэрлифтингом.

В 2012-2015 гг. в учреждениях «Практик», «Наше будущее», «Ярдэм» были реализованы следующие комплексные программы воспитания здорового образа жизни у молодежи:

1. Соревнования между подгруппами внутри по разным направлениям легкой атлетики, которые включают использование ориентирования спортивного характера, демонстрацию методов пропаганды здорового образа жизни.

2.3. Технологии создания педагогических условий воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе реализации авторской модели

Анализируя технологии создания педагогических условий воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры следует отметить, что существенный вклад в решение этой проблемы внесли ученые Московского государственного института культуры.

Т.Г. Киселева и Ю.Д. Красильников рассматривают следующую классификацию социально-культурных технологий, которые особенно ценны для темы нашего исследования. «Это: подгруппа оздоровительных технологий: медико-биологические, валеологические, курортологические, лечебно-профилактические, спортивно-оздоровительные; подгруппа культуроориентированных технологий: изучение, сохранение, восстановление (реставрация), освоение и использование культурных ценностей в современной среде; подгруппа культуро-творческих технологий, направленных на создание и развитие культурных ценностей, а также технологии творческого развития детей, подростков и взрослых; подгруппа экологических или природоориентированных технологий: изучающие, осваивающие и охраняющие природную среду и ее ресурсы в процессе досуга; подгруппа технологий, созданная на основе историко-содержательного признака: коммерческие и некоммерческие, маркетинговые, рекламные, благотворительные и социально-защитные технологии, т.е. технологии предпринимательства и экономического обеспечения в

социально-культурной сфере; подгруппа технологий социального прогнозирования, проектирования и творческого моделирования»³⁵.

Как видим, здесь разработан полный комплекс технологий реализации педагогической модели воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода.

Согласно логике исследования диссертантом была избрана технология профессора Жаркова А.Д., которая детально разработана и многократно апробирована на различных аудиториях. Специфика реализации педагогической модели воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры заключается в том, что она позволяет осуществить целостный технологический процесс в учреждении культуры. Поэтому технология Жаркова А.Д. имеет цель - сформировать у молодежи в учреждениях культуры способности к реализации педагогических моделей воспитания здорового образа жизни.

И здесь следует подчеркнуть, что технологии реализации педагогической модели воспитания здорового образа жизни молодежи включают в этот процесс все структуры механизма учреждения культуры.

При реализации педагогической модели воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры были экспериментально апробированы педагогические условия.

В режиме технологии профессора Жаркова А.Д. были выстроены и конкретные формирующие типологии. В представленной технологии видна взаимосвязь с учреждениями культуры с другими институтами воспитания.

Важнейшим показателем технологии реализации педагогической модели воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры является создание педагогических условий совершенствования этого процесса.

³⁵ Кисилева Т.Г., Красильников Ю.Д. Социально-культурная деятельность: Программа-контекст учебного курса. – М.: МГУКИ, 2001. – С. 74.

Исследование процесса воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры Жаркова Л.С. Считает, что «Поскольку хотя бы теоретически система учреждений культуры предоставляет личности интеллектуальные, психолого-педагогические, образовательно-развивающие услуги на основе свободного самоопределения посетителей, то культурно-досуговой деятельностью заполняют тот «вакуум», который постоянно образуется в системе досуга вследствие его масштабности и неустроенности общества к воспроизводству духовных ценностей, его слабо профессионально-кадрового потенциала. Отсюда неспособность сметены учреждений культуры в решении проблем духовного роста, развития интимно-эмоциональной и художественно-эстетической сферы каждой конкретной личности»³⁶.

В отобранных базовых учреждениях культуры. Это муниципальное бюджетное учреждение культуры « Центр культуры «Молодежный» г. Екатеринбург и муниципальное бюджетное учреждение культуры «Центр культуры «Урал» г. Екатеринбург – экспериментальные.

А также муниципальное автономное учреждение культуры «Центр культуры и искусств» Верхний-Исетский г. Екатеринбург и Екатеринбургский Дворец культуры железнодорожников – контрольные. Были созданы оптимальные педагогические условия воспитанию молодежи на основе личностно-ориентированного подхода. Базы исследования соответствовали поставленным задачам, где диссертант мог аргументировать собственную позицию и координировать ее с администрацией при выработке совместного решения в общей деятельности.

На констатирующем этапе о технологии создания педагогических условий воспитания здорового образа жизни в учреждениях культуры имели представления только 17% профессионалов.

А принявшие в исследовании участие: мужчины – 41 %, женщины – 58 % имеют высшее и незаконченное высшее образование всего 14 %. Среднее

³⁶ Организация деятельности учреждений культуры. – М.: МГУКИ, 2010. – С. 39.

специальное – 39 %, начальное профессиональное – 2 %, общее среднее – 46 %. Среди жизненных проблем, которые интересуют молодых людей, наиболее важными являются финансовые проблемы, для мужчин – 68 % и 41 % для женщин. Проблемы здоровья, в большой степени респондентов волнуют жилищные проблемы (20 %), воспитания и образования детей (17 %) и только 17% респондентов волнуют проблемы здоровья.

На наш взгляд, это объясняется недостаточным количеством свободного времени у молодежи.

Обращение к тематике воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры позволяет усилить динамику возрастания влияния педагогических условий в деятельности учреждений культуры. Деятельность учреждений культуры способна удовлетворить разнообразные досуговые интересы и потребности различных групп молодежи. Являясь мощным стабилизирующим фактором, создания условий для творческой энергии молодежи учреждений культуры способны постоянно реализовать внутренние потенции молодых людей.

В учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода актуально было выяснить соотношение содержания и структуру этого процесса. Поэтому в технологии реализации педагогической модели воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры главным условием является успешная координация целенаправленных действий.

В исследовании принимало участие всего 350 респондентов - молодежи в возрасте от 17 до 35 лет, из которых – 150 юношей, 200 девушек.

Прежде всего необходимо отметить, что респонденты выделяют следующие характеристики конструктивной жизненной стратегии воспитания здорового образа жизни молодежи. Это уровень педагогических ситуаций (34 %); умение контролировать события (29 %); затруднения в процессе принятия решения в отношении действий в конкретных

педагогических условиях (23 %); сложность процесса прогнозирования педагогических условий (13%).

В качестве базовых и основных характеристик воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры рассмотрены: личностная активность и отношение личности молодого человека к данной проблеме.

Было установлено, что 55 % респондентов переживали сложные жизненные ситуации, 22 % респондентов считают, что их личностная активность в переходе на здоровый образ жизни еще низкая, а 21 % - затруднились дать ответ на данный вопрос. Возможно представить, что 43 % выборки участников эксперимента не чувствовали проблем в здоровом образе жизни во время исследования, но имели навык их преодоления.

При анализе технологий в реализации педагогической модели воспитания здорового образа жизни молодежи, необходимо выделить коллективные и творческие действия в конкретных условиях.

При выяснении личностных отношений к здоровому образу жизни молодежи: отношение к себе, своим умениям и навыкам. Здесь смысловые проблемы занимают 34 %; влияние социальных факторов: различные кризисы в обществе - 31 %; страх перед будущим - 33 %).

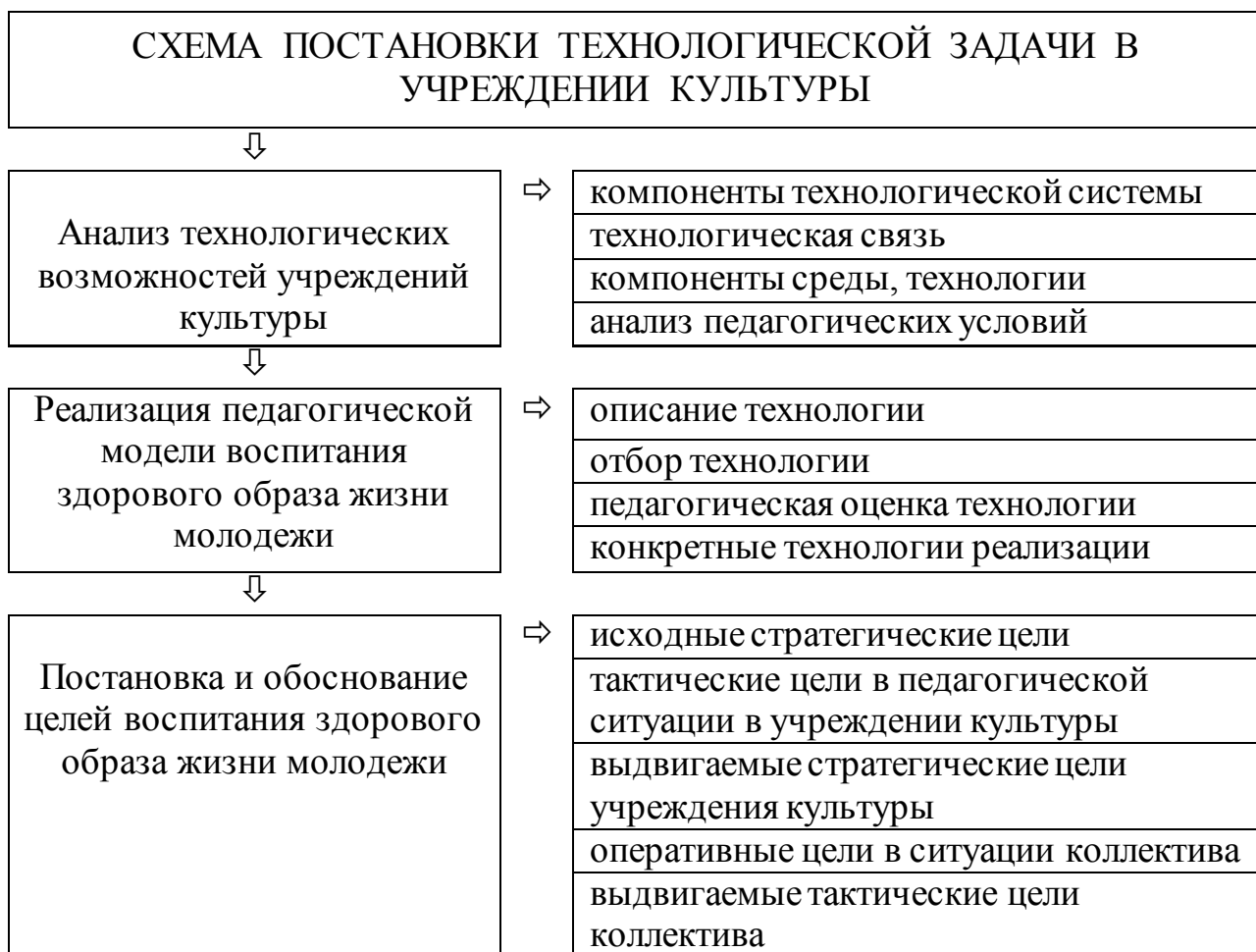
Конструируя жизненную стратегию воспитания здорового образа жизни у молодежи при анализе полученных вследствие исследования данных, получили апробацию педагогических условий. Автор диссертации выявил следующие педагогические условия, оказывающие влияние на воспитание здорового образа жизни в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода.

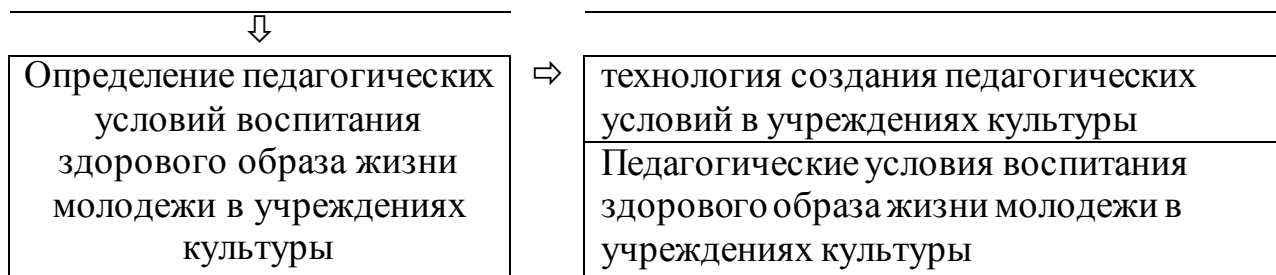
Педагогические условия воспитания здорового образа жизни молодежи оказывают влияние на поведенческие реакции. Первый срез полученных данных показал, что такие поведенческие реакции как: «разрядки» (крик, плач) (0,69); требования изменить ситуацию (0,701); отказ от различного рода действий (0,599); обвинения себя (0,603); отказ от общения (0,605).

В конструировании жизненной стратегии воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры 89 % педагогов высказали, что они не имеют представления об использовании технологий создания технологий педагогических условий воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры.

В рамках эксперимента педагогическому составу и сотрудникам была предложена следующая схема для освоения.

Схема технологического процесса реализации педагогической модели воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры





После года освоения данной схемы технологического процесса создания педагогических условий воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры.

Здесь следует подчеркнуть, что весь технологический процесс строится на противоречии между активно-деятельностной природой молодого человека участвующего в жизни учреждения культуры и педагогическими условиями созданными в этом учреждении.

Поэтому были практически использованы все перечисленные конкретные технологии, указанные Киселевой Т.Г. и Красильниковым Ю.Д, под концепцией Жаркова А.Д.

Реализация педагогической модели воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры через активнейшее участие в творчестве, является наиболее эффективным, ибо здесь есть конкретные коллективные технологии:

- художественные через занятия в коллективах художественной самодеятельности (0,838);
- самовыразительный процесс в творчестве (0,710);
- восприятие ситуации оптимистически (0,586);
- присоединение к сверстникам по решению конкретной проблемы (0,515).

Реализация педагогической модели воспитания здорового образа жизни молодого поколения через проявление энергичности в физкультурно-оздоровительной деятельности отметили 36 % опрошенных; а 35 % принимают, одновременно участие в работе коллективов художественной самодеятельности. Поэтому 28 % жизнеутверждающим образом

воспринимают ситуацию, молодые люди готовы использовать оба вида деятельности.

Выяснилось, что умение учиться здоровому образу жизни молодежи помогают: занятия в коллективах художественной самодеятельности (0,599); занятия в любительских объединениях (0,612); занятия в клубах по интересам (0,596); обращение за конкретной поддержкой к взрослым людям, которые считаются компетентными (0,464).

Досуговые предпочтения в учреждениях культуры позволяют участникам любого коллектива снять напряженность с помощью творчества (0,802); обратиться за поддержкой к сверстникам (0,526); обратиться за поддержкой к педагогам (0,432).

Эта стратегия реагирования отвергается 59 % опрошенных. Интересные были получены данные до эксперимента, такой фактор в воспитании здорового образа жизни как спиртное (уход в зависимость) - 6,9 % респондентов, а обращаются за поддержкой к сверстникам - 39 %, вместо того, чтобы обратиться к педагогам учреждений культуры.

К сожалению, велик уход молодежи в учреждения культуры от решения проблемных вопросов через игнорирование.

Процесс игнорирования педагогического состава учреждения культуры в воспитании здорового образа жизни включает: игнорирования проблемных вопросов (0,702); авось пронесет (0,589); - ожидание надежды на чудо (0,579).

Игнорируют решение проблемных вопросов, в тоже время, думая о «чуде» примерно 19 % опрошенных; а 39 % отторгают рассматриваемую стратегию, считая, что они находятся в неопределенном отношении к понятию здорового образа жизни у молодежи.

При проведении сравнительного анализа (с поддержкой непараметрического критерия Крускалла-Уоллиса), по показателям при оценивании проблемы в здоровом образе жизни молодежи участниками эксперимента переживающие свои неудачи на момент исследования, стали

задумываться о педагогической поддержке, как педагогическом условии в учреждениях культуры.

На наш взгляд главными заботами респондентов (58 %), которые одобрили деятельность учреждений культуры в воспитании здорового образа жизни молодежи найти себя в творчестве, осуществленной деятельности.

Здесь особенно важно то, что опрошенные выделяют когнитивные оценки здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры (31 %). У них самый низкий показатель довольства собственной жизнью на момент проведения эксперимента. Эти молодые люди более склонны неправильно расценивать свое психическое и эмоциональное состояние, состояние здоровья в целом, и надеются, что может быть ситуация, в которой все само собой встанет на свои места.

Значит, в основном проблемы воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры выяснилось, что 37 % adeptов имеют предрасположенность к депрессии, концентрации отчаяния, бессонницы, подавленность, испуг и тревожность, злость и недовольство, зависят от педагогических условий.

В ходе проведения исследования выяснилось, что опрошенные, у которых есть проблемы в здоровом образе жизни, замечали, чаще всего, у себя состояние, проявляющееся в виде одиночества, отверженности имели чувство ненужности и отличия от других, которые связаны с общественным окружением. Многие надеялись, что происходящее вокруг них является несправедливым. Следовательно, в учреждениях культуры создание педагогических условий воспитания здорового образа жизни молодежи на основе лично-ориентированного подхода когнитивный элемент реализуется большим числом технологий.

По отношению поведенческого компонента по воспитанию здорового образа жизни молодежи реализация педагогической модели происходит при педагогической поддержке культуроориентированных технологий. Здесь всем субъектам надо обращаться к компетентным взрослым людям. А

молодежь зачастую выбирает реагирование защитного характера через уход от решения трудных задач. Необходимо так же заметить, что аналогичного рода разрешение проблем в здоровом образе жизни молодежи вызывает чувство беспокойства о сегодняшнем дне и тревогу о будущем.

В ходе эксперимента было установлено, что респондентов, которые испытывают проблемы в здоровом образе жизни, различает показатель ценностных ориентаций. По таким шкалам как духовное потребление, гедонизм, снятие напряжения, уравновешенность, интернальность в области достижений, предпочтение составляет художественная ценность.

В ходе эксперимента респондентам было предложено сделать выбор основных источников информирования о здоровом образе жизни. Полученные материалы показали, что главными источниками о здоровом образе жизни молодежи стали телевизионные передачи (70 %). Речь идет о таких популярных программах о здоровье, как телепередача «Здоровье» с ведущей Еленой Малышевой и «Малахов плюс» на Первом канале; «Без рецепта» на НТВ; различные передачи о здоровье на «Домашнем»; также обращено внимание, что телеканал РТР - СПОРТ, а теперь МатчТВ, которые посвящены спортивной тематике. Сюда можно отнести и такие передачи, как «Диалоги о рыбалке» и посвященные путешествиям: «Вокруг света», «Непутевые заметки», которые стали для многих информационными источниками о ведении здорового образа жизни молодежи.

При проведении констатирующего этапа исследования было установлено, что процесс оценки качества жизни опрошенных молодых людей связан непосредственно с уровнем материального благополучия. Качество жизни по данному определению Всемирной Организации Здравоохранения - это конкретное определенное восприятие молодыми людьми своего собственного положения в жизни в рамках культурных и других ценностных ориентаций.

Материальное положение и оценка качества жизни опрошенных молодых людей посещающих учреждения культуры (в %).

Качество жизни	Материальное положение		
	Малообеспеченные	Среднеобеспеченные	Высокообеспеченные
Неудовлетворительное	110	40	40
Среднестатистическое	80	120	120
Выше среднего	40	70	70
Всего	230	230	100

В ходе исследования выяснилось, что воспитание здорового образа жизни у молодежи стало распространение вредных привычек среди опрошенных показало, что курят больше половины (56 %) мужчин и 24 % женщин. Процесс распределения курящих по возрасту представлен в таблице, где видно, что большее количество среди курящей молодежи приходится на возрасты 16-18 лет (47 %), 18-25 лет (30 %) и 25-35 лет (22 %).

Итак, в более старшем возрасте появляются заболевания, которые являются следствием курения, принуждают множество молодых людей пересмотреть свою точку зрения по отношению к вредоносной привычке.

Распределение курящих и некурящих респондентов по возрастным группам (в %).

Возраст, годы	Курящие	Некурящие	Всего
16-18 лет	47	52	99
18-25 лет	48	51	99
25-35 лет	43	55	98

Между курящими только лишь 48 % юношей и 51 % девушек считают, что эта вредная привычка наносит довольно мощный урон здоровью.

Другой отрицательной привычкой является воздействие на самочувствие юношей и девушек спиртных напитков. Данные точные сложно выяснить. У нас получилось, что среди респондентов 76 % юношей и

52 % девушек употребляют спиртное. Используя лечебно-профилактические и спортивно-оздоровительные технологии автор диссертации всем участникам эксперимента.

На вопрос: «Как вы относитесь к занятиям физической культурой?». Ответы распределились так: «Это важно» - 39 %; «Можно увлекаться время от времени» - 59 %; «Это ничего не дает, самочувствие находится в зависимости от настроения» - 2 %. В принципе большая часть молодежи понимает позитивное воздействие физической культуры на здоровье молодого поколения.

На состояние здоровья молодежи в значимой степени воздействует психолого-педагогический локальный климат в семье. В связи с этим диссертантом исследована психологический климат в семье. На вопрос: «Какие у Вас отношения в семье?». Были получены ответы такого характера: «дружные» - 49 %, «напряженные» - 26 %, «конфликтные» - 25 %.

Итак, респондентам, у которых есть проблемы в здоровом образе жизни, на момент проведения, могут быть свойственны такие черты характера, как предрасположенность к импульсивному поведению, неустойчивость чувственного состояния с предрасположенностью к быстрому реагированию. У молодежи чаще чем у других возрастных поколений происходит смена настроения, раздражимость, недостающая саморегуляция, нерешительность в себе, пессимистичность. В то же время предрасположенность молодежи к различным формам двигательной энергичности, совместной чувственности и совместной адаптивности, показывают, что технологии, применяемые в учреждениях культуры могут быть эффективными.

Полученные результаты проведенного исследования будут рассматриваться автором более подробно при последующем анализе переживания молодежью трудностей в реализации педагогической модели воспитания здорового образа жизни на основе личностно-ориентированного подхода. И здесь важно создать конструктивную жизненную стратегию

педагогического сопровождения как педагогическое условие в учреждениях культуры.

При анализе ответов опрошенных, было установлено факт того, что бюджет свободного времени у молодежи не одинаков. На дорогу в учреждение культуры 35 % молодых людей затрачивают более полутора часов; 32 % более часа, а 31 % более получаса. Из всех опрошенных более чем 80 % молодых людей считают, что у них нарушается режим труда и отдыха. Недостаточно времени для полноценного сна, организации элементарных двигательных упражнений, занятий спортом и рациональным питанием. Это означает, что молодежь из своего бюджетного времени не может уделить внимание для занятия физкультурно-оздоровительной деятельностью. Это не дает возможность сделать вывод о достаточности времени для разного рода занятий.

Какие же факторы мешают уделять больше времени занятием физкультурно-оздоровительной деятельности. Это видно из полученных результатов: неудобное расписание работы спортивных секций **59 %**; **слабое состояние** материально-технического оснащения - 21 %; обеспеченность спортивным инвентарем - **19%**.

В проведенном анализе выявлено, что занятия физической культурой взаимосвязаны с результатами трудовой или учебной деятельности. Так, 50 % респондентами указано на то, что это дает положительный эффект на работе или учебном процессе, и только 11 % опрошенных считают, что занятие физкультурно-оздоровительной деятельностью затрудняет работе и учебе, а 43% затруднились ответить на поставленный вопрос. Это и определяет пассивное отношение молодежи к занятиям физкультурно-оздоровительной деятельностью. Исследования в таких подгруппах показало, что у них часто болезненное состояние, уровень работоспособности низкий, не умение рационально трудиться, питаться, среди них больше (на 10-12 %) лиц, которые имеют вредные привычки.

Недооценивание опрошенными сути физических упражнений в закреплении здоровья, существенно увеличивают фактор риска заболеваемости, ослабляет готовность и желание молодого поколения к профессиональной деятельности в будущем.

Приведенные данные свидетельствуют о том, что здоровье молодежи находится в прямой взаимосвязи с работоспособностью. От состояния здоровья молодого человека зависят во многом и успехи в учебе. Здоровый образ жизни молодежи в той, или иной мере, непосредственно определяет будущее всего общества. Молодежь должна осознавать тот постулат, что здоровье является величиной непостоянной и потерять ее легко, а вернуть довольно сложно.

На наш взгляд, необходимо кардинальным образом изменить отношение учреждений культуры к здоровью молодежи. Здесь необходимы педагогические условия для учебы, отдыха, развлечений, информированности молодежи. Необходимо внедрить в молодежную жизнь программу по оздоровлению и профилактике негативных факторов, которые снижают состояние здоровья.

В деятельности учреждений культуры по воспитанию здорового образа жизни у молодежи большое значение имеют психологические исследования. Впервые выявление психического состояния здоровья молодежи проведено при помощи психологических тестов ученых Дж. Кеттела, Ч.Д. Спилберга и Ю.Л. Ханина.

В данном исследовании мы исходили из того, что психическое состояние молодого человека определяется состоянием повышенного беспокойства, испытывающим страх и тревогу или социальном состоянии (перенастрой на другой вид работы, ее перспективность и т.д.).

В результате использования тестов выяснено, что к новым реформам не готовы свыше 65 % молодежи. Отмечена низкая тревога у 39 % юношей и у 35 % девушек. При этом у девушек более тревожное отношение, чем у юношей. Затем после серии бесед диссертанта, видно смещение уровня

тревоги в сторону более низкого. У 27 % юношей и 23 % девушек. Хотя находясь в учреждении культуры молодые люди в целом спокойны (49 % юношей и 51 % девушек).

Рассматривая уровень депрессивного состояния, то у 99 % юношей и девушек второкурсников такого недуга не определено.

Как показало наше исследование технологии создания педагогических условий воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода необходимо в экспериментальных базах спланировать эту работу.

Реализация процесса воспитания здорового образа жизни в учреждениях культуры наиболее успешно проходила через участие в подготовке и проведении праздников, обрядов и ритуалов; развитие художественного творчества у молодежи; поддержку талантливой молодежи; информационное обеспечение молодежи; воспитание ценностных ориентаций молодежи; создание новых форм физкультурно-оздоровительной деятельности с молодежью; организацию молодежных культурно-досуговых программ и развлечений.

Именно эти технологии создают наиболее эффективные педагогические условия в учреждениях культуры в процессе воспитания у молодежи здорового образа жизни на основе личностно-ориентированного подхода.

Констатирующий этап зафиксировал, что молодежь особенно ориентирована на создание педагогических условий, которые способствовали бы возрастанию удельного веса в досуговой деятельности духовных форм, синтезирующих развлекательность, насыщенность информацией и возможность творчества.

Особой популярностью у молодежи пользуются концертно-зрелищные программы, при создании которых требуются колоссальные затраты: умственные, физические и материальные. Несмотря на большие энергозатраты, которые сопровождают процесс производства концертно-зрелищной

программы для молодежи, актуально профессионалам находиться на одной волне с молодежью. Удовлетворяя культурные потребности молодых людей, надо искать и инновационные подходы при постоянном изучении интересов молодежи.

Определяя предпочтения молодых людей в выборе концертно-зрелищных программ, нами были проведены опросы и наблюдения.

По результатам опроса получилось, что полностью удовлетворены только 25 % опрошенных, а частично удовлетворены 55 % и только 18 % не удовлетворены. Диссертант попытался узнать, почему такой низкий процент опрашиваемой аудитории устраивают предлагаемые концертно-зрелищные программы для молодежи. Оказалось, что перед организаторами была поставлена задача, направленная на улучшение качества концертно-зрелищной программы, удовлетворяя культурные запросы молодых людей.

Опрос специалистов-профессионалов показал, что постепенно повышается интерес и к другим формам. Значит, надо развивать уровень специалистов-профессионалов, чтобы они интересовались другими формами и прежде всего своей историей, в частности фольклором.

Наиболее активными в общении со специалистами были молодые люди с высшим образованием. Материалы дают возможность увидеть, что в организации общения участников праздника очень часто допускаются просчёты. Из-за огромного количества молодых людей, вовлеченных в подготовку и проведение молодежного праздника, 45 % организаторов не смогли выйти на прямые контакты с другими институтами воспитания. Менее других общались со специалистами-профессионалами 12 % молодые люди, не имеющие общего среднего образования.

Диссертант стремился привлечь к подготовке и проведению молодежного праздника умельцев из района, гончаров, ткачей, резчиков, пряж, фольклорные коллективы, чтобы создать возможность посетителям учреждения культуры не только посмотреть их работу, но и самим приобщиться к процессу создания изделия.

А включение в программу праздника концертно-зрелищных элементов делает его динамичным, зрелищным. Для этого в структуру праздника были заложены шествие, театрализованный концерт, выступления фольклорных коллективов, которые, судя по данным нашего исследования, были наиболее привлекательными.

Здесь важно подчеркнуть, что на констатирующем этапе при подготовке и проведении молодежных праздников при создании педагогических условий воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе лично-ориентированного подхода было три уровня.

Экспериментальное учреждение культуры. Высокая степень усвоенности познаний о воспитании здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры – 39 % респондентов. Средняя степень усвоенности познаний воспитания здорового образа жизни молодежи – 47 % респондентов. Низкая степень усвоенности познаний о воспитании здорового образа жизни молодежи – 13 % респондентов.

Рис. 1.



На рис. 2. Изображены результаты усвоенности полученных знаний о воспитании здорового образа жизни в контрольной группе.

Контрольное учреждение культуры. Высокая степень усвоенности познаний профессионалами о воспитании здорового образа жизни молодежи – 10 % респондентов. Средняя степень усвоенности познаний воспитания здорового образа жизни молодежи – 70 % респондентов. Низкая степень

усвоенности познаний о воспитании здорового образа жизни молодежи – 20 % респондентов.



По полученным данным констатирующего этапа эксперимента на экспериментальной базе было до 20 % исследуемых, которые не понимают о последствиях зависимости жизни от здорового образа жизни и 58 % имеют довольно хорошие познания.

Констатирующий этап эксперимента показал, что в контрольной базе были показаны следующие результаты: 39 % - не понимают о последствиях, а 52 % отлично ознакомлены, 9% - употребляли наркотические средства.

На экспериментальной базе поведение молодежи было связано с трудностями – 37 % молодежи; поведение отрицания – 25 %; рационализации – 26 %.

В контрольной базе был получен следующий результат поведения, связанный с трудностями – у 33 % молодежи, отрицания – 22 %; рационализации – 38 %.

Итак, констатирующий этап эксперимента нам показал непростую ситуацию на всех обследуемых базах.

Использование диссертантом технологии А.Д. Жаркова позволило выяснить, что педагогические условия воспитания здорового образа жизни молодежи очень сильно повысилась познавательная деятельность, они стали больше функциональны. Педагогические условия определяющие деятельность педагогов и руководителей творческих коллективов позволяют

закреплению у молодежи познаний о том, что хорошее самочувствие - самое главное состояние жизни.

Полученные данные на контрольных базах исследования показали, что молодежь получила в достаточном размере информацию о дилеммах, которые связаны с понятием здорового образа жизни. Вследствие досконального анализа был сделан вывод о том, что для наибольшего числа адептов, применение одурманивающих препаратов остается случайным и одиночным эпизодом.

На формирующем этапе эксперимента актуально было выяснить цель мотивации у молодых людей как побуждающая. Векторная (побуждающая и направляющая) мотивационная переменная трактуется как целевой объект, подкрепление, а в различных когнитивных теориях мотивации. Мотивационная переменная как побудительная вероятность успеха-неуспеха в учреждениях культуры по здорового образа жизни у молодежи.

Реальные мотивы, движущие молодым человеком в учреждении культуры сложны и формируются под воздействием целого комплекса внешних и внутренних факторов. Поэтому поведения молодых людей в учреждениях культуры в ответ на разные системы мотивации весьма затруднительно.

Мотивация как функция реализуется через воспитательную систему психологических установок молодежи. Это значит, что молодые люди должны иметь стимул, с точки зрения удовлетворения его потребностей или достижения его целей.

При этом изучение творческого коллектива, а не отдельных участников может позволить профессионалам учреждений культуры создать педагогические условия мотивационного развития личности. Это можно осуществить воспитание здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода.

Для дальнейшего совершенствования технологий создания педагогических условий воспитания здорового образа жизни молодежи в

учреждениях культуры необходимы систематические социологические исследования.

На данном этапе социологическое исследование по теме «Технологии создания педагогических условий в учреждениях культуры» позволили использовать новые, современные технологии на основе личностно-ориентированного подхода.

Исследуя отношение профессионалов учреждений культуры по использованию современных технологий осуществлялось по следующим направлениям. Это: основные формы воспитания здорового образа жизни молодежи; отношение профессионалов к этому направлению деятельности; участие учреждений культуры в конкурсах проектов, в разработке комплексных программ по здоровому образу жизни.

По мнению профессионалов учреждений культуры 39 % молодежи нацелена на познавательные формы; а не активные занятия физкультурой – 37 %.

По мнению респондентов, различаются информационно-просветительные технологии воспитания здорового образа жизни, которые зачастую привлекают к участию в театрально-зрелищные формы 32 %. Это позволяет создать новые педагогические условия восприятия информации. Возможность принять участие в конкурсах, соревнованиях, у молодежи, потребность в работе с компьютером 54 %, конкурирует с педагогическими условиями восприятия информации.

В последние годы широко распространена разработка целевых комплексных программ, по которым работают учреждения культуры. полученные данные о том, что такие целевые комплексные программы разрабатываются в 45 % молодежи учреждений культуры, которые приняли участие в исследовании. В учреждениях культуры целевые комплексные программы разрабатываются в 15 %.

Автора диссертации интересовал вопрос о том, как проводят свои досуг сами профессионалы учреждений культуры. Профессионалы учреждений

культуры предпочитают: смотреть телевизор (69 %); имеют хобби (16 %); путешествуют (10 %); занимаются физкультурой (7 %).

Особенностью проведения свободного времени профессионалам учреждений культуры явилось то, что они участвуют в различных творческих коллективах (90 %). Для профессиональной деятельности досуг является дополнением.

Значит, профессионалы учреждений культуры переносят свой опыт на посетителей и используют современные технологии создания педагогических условий, делая их разнообразными. А интересы и потребности молодежи, являясь мощным стабилизирующим фактором использования творческой энергии позволяют создать педагогические условия для самореализации внутренних потенций молодого человека в воспитании здорового образа жизни.

Под педагогическими условиями в нашем исследовании понимается необходимая и достаточная совокупность взаимосвязанных мер организации деятельности, технологии, формы, методы, средства деятельности учреждений культуры. Создание оптимальных педагогических условий способствует реализации педагогического потенциала профессионалов и участников художественной самодеятельности.

Педагогическими условиями, обеспечивающими реализацию педагогического потенциала участников художественной самодеятельности по воспитанию здорового образа жизни.

Выбор технологий, адекватных развитию у участников художественной самодеятельности знаний, умений и навыков здорового образа жизни является интегративным качеством, состоящим из когнитивного, психологического, практического компонентов, каждый из которых требует специального подбора технологий создания педагогических условий.

Другими компонентами воспитания здорового образа жизни считаются медицинские характеристики молодого человека и степень его настоящей физиологической подготовленности, которые отслеживались медицинскими

работниками. В то же время и стабильность к самим болезням с аналогичного рода целями ведется анализирование пропусков по болезни.

Важными компонентами социального здоровья у молодежи выступает уровень благополучия его социальной ситуации становления. В учреждении культуры это имеет место быть в общественном статусе молодого человека.

В ученическом коллективе он измеряется при поддержке социометрии. Социометрическая техника, которая разработана Дж. Морено, используется для достоверной диагностики межличностных и межгрупповых отношений в целях их конфигурации, совершенствования и улучшения [162, С. 65].

При поддержке социометрии велось педагогическое наблюдение за поведением молодежи. Обсуждалась ее психолого-педагогическая сопоставимость, проводилось определение лидеров общественного мнения для перегруппировки молодых людей так, чтобы не появилась надобность снижать напряжение в творческом коллективе учреждения культуры, которое появляется вследствие обоюдной неприязненности, членов коллектива, зависти друг к другу и т.д.

Психологическое становление молодого поколения связано с процессом становления персональных психических особенностей личности молодого человека, которые содействуют его удачной общественной адаптации. К психологическому самочувствию было отнесено соотношение психологического становления конкретным возрастным общепризнанным мерам, психического и чувственного состояния представителя молодого поколения и мотивацию к его здоровому образу жизни и умению вести его.

Процессы адаптации начинаются с констатации различий между существующим уровнем резистентности организма и психики и желательным, необходимым её уровнем в данных конкретных условиях жизнедеятельности. Вслед за этим инициируется процесс, ведущий к достижению оптимального уровня адаптированности (резистентности).

Помимо физической выделяется и психическая резистентность. Одним из проявлений ее высокого уровня выступает невозмутимость молодого

человека³⁷. Про таких людей говорят: «У него толстая кожа», предполагая устойчивость его психических качеств в условиях разного рода психогенных (психотравмирующих) воздействий. В одних и тех же трудных обстоятельствах жизни молодые люди ведут себя по-разному: один – «держится», другой – «срывается», третий – «раскисает».

Подобного рода резистентность можно объяснить слабым воображением молодого человека, ибо он мыслит и переживает только то, что воспринимает непосредственно. Одни молодые люди не переносят громкого звука и яркого света, другим – эти раздражители безразличны. Высокий уровень психической резистентности может определяться низким уровнем притязаний молодого человека. Чем больше притязаний, тем ниже психическая резистентность. Молодые люди, желающие добиться всего и сразу, не утруждающие себя трудом и терпением, достаточно часто при несовпадении желаний и возможностей впадают в депрессию, которая может привести как к суициду, так к другим формам одеструкции (алкоголизму, наркомании, гэмблинговой аддикции и т.п.).

Чем больше у молодого человека потребностей, тем выше частота ситуаций гедонического подкрепления, положительного или отрицательного, тем субъективно больше «успехов» и «неудач» в его жизни, тем выше выработанность его потребностно-эмоциональной сферы. Материальные потребности имеют наибольшее психотравмирующее значение. Это объясняется соперничеством, конкуренцией, конфликтами. Потребности когнитивного характера открывают перед молодым человеком возможность более насыщенной, продуктивной, спокойной жизни: никто не может помешать молодым людям осваивать информационные сокровища окружающего мира.

Дезорганизация деятельности молодого человека происходит в случае избыточной энергетизации эмоциональной сферы, когда степень эмоционального влияния (подкрепляющего возбуждения) на деятельность

³⁷Де Ламетри Ж.О. Человек – машина. – М., 2001. – С. 7.

его превышает величину самого потребностного побуждения и подменяет его. «Сбой» в функционировании психики происходит не потому, что эмоции являются помехой деятельности, а вследствие наличия ситуации, сложность которых превосходит приспособительные возможности психики. Это – аффект. Адаптационные возможности тем ниже, чем больше конкретный молодой человек пытается осуществить невозможное.

Как считают С.К. Бондырева, Д.В. Колесов «подлинными героями в опасной ситуации оказываются люди, в которых ничего «геройского» никто не замечал. Многие же «герои» мирного времени в условиях реальной опасности оказываются несостоятельными. Это положение обусловлено тем, что в повседневных условиях «героический» стиль поведения – результат уже мобилизованного (напряжённого) состояния психики. Дополнительного напряжения она не выдерживает»³⁸.

Как показало наше исследование от 35 до 40 % к высокому уровню притязаний молодежи, нравственной развращенности приводит завышенное самомнение, сибаритство и гедонизм – привычка к богатству, роскоши, максимуму жизненных удобств.

Совершенно очевидно, что тяготы и неудобства легче перенесет молодой человек, который понимает, что в жизни могут возникнуть самые разные проблемы и трудности.

Процессы адаптации происходят не спонтанно, а в пределах нормы реакции, предусмотренной генетической программой, индивидуальными возможностями психики и организма в целом. Сопоставление приспособительных возможностей молодого человека с предъявляемыми к нему требованиями на каждом жизненном этапе онтогенеза выявляет свои слабые места, физиологические и психологические «зоны риска». Адаптационные возможности молодого человека возрастают по мере развития онтогенеза – от рождения к взрослости, определяются они рядом количественных и качественных параметров жизнедеятельности.

³⁸ С.К. Бондырева, Д.В. Колесов. Выживание: факторы и механизмы. – М. – Воронеж, 2005. – С. 332.

В ходе онтогенеза происходит увеличение размеров и массы тела, возрастает физическая сила, расширяются диапазоны функционирования органов, систем, психики, увеличивается их активность и прочность (функциональный резерв). Происходит всё более тонкое и точное дифференцирование экстерналиных и интерналиных воздействий и соразмерности ответа на них.

В учреждениях культуры и на занятиях в творческих коллективах, любительских объединениях и клубах по интересам адаптационные способности и возможности организма и психики удерживаются с небольшими колебаниями примерно на одном уровне весь период зрелости, вплоть до начала инволюционного периода. В первую очередь нарушается гибкость функционирования психики молодого человека. Он становится неспособным среагировать вовремя на экстерналиное воздействие, стресс. Тогда мобилизация имеющихся жизненных возможностей ослабевает.

Под влиянием воздействий в учреждении культуры молодой человек может «усваивать» их природу и изменяться. В других случаях он полностью противостоит воздействию, сохраняя свою неизменность. Поскольку в основе конструктивного жизнепонимания всегда лежит адаптационное усилие, адаптационная стратегия, которая определяет то, как именно она реализуется.

В процессе проведения занятий в творческих коллективах воспитание здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры сочеталось с проведением информационной деятельности о негативном воздействии факторов риска на здоровье. О необходимости процесса изучения здоровья при подготовке и проведении культурно-досуговых программ. В содержании культурно-досуговых программ речь должна идти о снижении употребления психо-аллергических веществ, профилактики наркомании. Побуждение молодежи к физиологическому и функциональному здоровому образу жизни, занятиям упражнениями физической культурой, туризмом и спортом, увеличение значения доступности рассмотренных технологий оздоровления

позволило в исследовании разработать и экспериментально проверить целостность педагогической модели воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры.

Особенно необходимую информацию о состоянии здоровья молодежи дают исследования, которые проводятся в динамике. Поэтому обследование по представленной модели представителей молодого поколения проводилось таким образом.

Было определено, что при актуализации дефицита жизненных ресурсов внутри организма у молодого человека возникает необходимость так изменить активность течения жизненных процессов, чтобы справиться с возникшей проблемой: или уйти от проблемы или преодолеть её. Это разрешение требует дополнительных усилий: работы центральной нервной системы, мышц, органов чувств. В этом сущность стресса. Как отмечают психологи «Стресс – это повышение интенсивности жизненных процессов до уровня надежного противостояния угрозе (опасности) – прекращения жизни»³⁹.

Несмотря на широко введённое в научный и даже повседневный оборот понятия «стресс» до сих пор не имеет точного и полного определения.

«Напряжение», «давление» как буквально переводится с английского языка термин «стресс» включает следующие компоненты: стресс – фактор – для противодействия ему человеку необходимо выполнить дополнительную работу, осуществить дополнительные усилия по отношению к обычному, спокойному состоянию, иначе произойдёт разрушение организма.

У 38 % молодых людей, кто не привык сам анализировать информацию, в учреждения культуры поступают по принципу подражания. Здесь вырабатывается особая установка мировоззрения: «Мы – как все!» Это психологическое основание конформизма, который необходимо воспринимать объективно, видя в нём позитивные и негативные стороны. Одна из крайностей конформизма – полная несамостоятельность человека в

³⁹ Г. Селье. Стресс без дистресса. – М., 2006. – С. 340.

своём поведении, а другая – идеология сверхчеловека. (Д.В. Колесов). Достаточно часто нежелание в чем - то кому - то подражать может быть проявлением и упрямства, и недостаточной практичности, и неспособности молодого человека к объективации.

Отсюда, и поведение 54 % молодых людей в учреждениях культуры определяется подражанием.

Мы согласны с Д.В. Колесовым, что в основе «доброжелательности» лежат две составляющие: доминанта биофилии (стремление к жизни) и потребность в самосохранении, проецируемая на других людей.

У недоброжелательного человека сокращается продолжительность жизни, поскольку возрастает вероятность конфликтов с окружающими; во-вторых, недоброжелательность вызывает ответные негативные эмоции, в-третьих, недоброжелательность ведёт к тяжёлым заболеваниям психологического характера, например, к таким, как злокачественные новообразования»⁴⁰.

При недоброжелательности негативные эмоции становятся самоцелью, предметом особой потребности.

В основе внеситуационного негативного отношения к другим людям (зависть, злоба, ненависть) лежит резко отрицательная их оценка, постоянно подкрепляемая и одновременно порождающая негативные эмоции в связи с любой информацией о них. Наличие у молодого человека каких-либо творческих достоинств воспринимается недоброжелателем по коллективному как недостаток этого человека и как нечто, ущемляющее его самого.

Но зависть, ненависть, злоба – это, несомненно, серьёзная угроза для здоровья молодого человека как физического, так и психического. Д.В. Колесов относит эти качества к числу «болезней поведения»⁴¹.

И далее Колесов Д.В. пишет, что «Порой воспитание порождает такие особенности индивида, исправить которые медицина бессильна»⁴².

⁴⁰ Д.В. Колесов Доброжелательность и долголетие. - М., 2005. - С. 348.

⁴¹ Д.В. Колесов. Доброжелательность и долголетие. – М., 2005. - С. 355.

Значит, матрицу конструктивного поведения молодого человека, имеющего целью приобретение здоровья и долголетия можно представить в виде схемы.

Базисными факторами конструктивного поведения молодого человека в нашем исследовании стали особенности его творческого начала, жизненный потенциал организма, которые, в свою очередь, определяются наличием у него важных для просоциального поведения психических качеств (оптимизм, самокритика, умение решать сложные жизненные ситуации, вариабельность, мобильность, любовь к жизни, людям).

Репрезентативный метод выборки обеспечивался при поддержке механического отбора. Было опрошено с периодичностью каждого пятого участника художественной самодеятельности, клуба по интересам, любительского объединения, то есть 20 выборок. Самое главное – созданная анкета включала в себя 19 вопросов по 5 группам факторов, которые воздействуют на процесс воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры: общественные и демографические факторы; психолого-педагогическая черта семьи; черта ведения культурной жизни и отдыха; вредные привычки; самочувствие и медицинская энергичность, вопросы, приуроченные к исследованию источников и характера информации о ведении здорового образа жизни.

Проведенное нами анкетирование в учреждениях культуры. Муниципальное бюджетное учреждение культуры «Центр культуры «Молодежный» г. Екатеринбург – экспериментальный. Муниципальное бюджетное учреждение культуры «Центр культуры «Урал» г. Екатеринбург – экспериментальный. Муниципальное автономное учреждение культуры «Центр культуры и искусств» Верхний-Исетский г. Екатеринбург – контрольный. Екатеринбургский Дворец культуры железнодорожников – контрольный. Благотворительный фонд развития социальных программ. Центр здоровой молодежи г. Воронеж, ООО Профилактический центр

⁴² Д.В. Колесов Доброжелательность и долголетие. – М., 2005. - С. 356.

помощи «Практик» г. Москва, Благотворительный фонд развития социальных программ «Наше будущее» г. Екатеринбург, Благотворительный Фонд Нуждающимся в Реабилитации «Ярдэм» г. Казань отработать технологии реализации педагогической модели воспитания здорового образа жизни.

Выяснилось, что ключевым моментом становления заболеваемости считаются стрессовые истории. Как было выявлено прежде, 91 % опрошенных желали бы знать ключевые способы снятия стресса. В процессе изучения был установлен тот факт, что чаще всего надо применять следующие методы снятия нервного напряжения: общение с друзьями, близкими – 25 %; двигательная энергичность – 21 %; хороший сон, развлечения – 15 %; водные процедуры – душевые, обливательные – 14 %. Занимаются табакокурением или же употреблением спиртных напитков для снятия стресса – 12 % респондентов. Снимают стресс при помощи употребления пищи – 11 % респондентов.

Для построения правильного процесса воспитания здорового образа жизни в учреждениях культуры необходима медицинская энергичность населения. Постоянно проходят диспансеризацию 71 % молодых женщин и 62 % молодых мужчин. Это может быть объяснено психическими и патологическими различиями в дамской и мужской моделях нравственного поведения в отношении собственного здоровья.

Дамская модель выделяется большей эластичностью, прагматичностью по отношению к собственному самочувствию как на уровне установок, стандартов, так и на уровне воздействия в настоящих ситуациях. Мужская модель в большей степени подвержена действию установок и стандартов, которые создают своего рода кодекс общепризнанных мер, которым указано не беспокоиться о собственном здоровье.

Таблица 2. Распределение опрошенных по полу и частоте прохождения профилактического осмотра (в % к итогу).

Частота прохождения профилактического осмотра	Распределение респондентов по полу	
	Молодые мужчины	Молодые женщины
Регулярно, 1 раз в год	49	73
Нерегулярно, по случаю	51	27
Всего	100,0	100,0

При помощи занятий физической культурой была проведена профилактика по потреблению ПАВ среди молодежи. Оптимизационный процесс режима двигательной энергичности молодых людей в учреждении культуры обязательная составляющая жизнедеятельности молодого человека. Подходящий уровень двигательной энергичности молодого человека обязан всецело удовлетворять его биологическую потребность в перемещении, соответствующим образом совершенствовать состояния самочувствия и гармоническому физическому развитию.

Проводимый диссертантом фор энергичность. Молодые люди, которые не удовлетворяют потребность в перемещении, которая считается одной из характеристик высокой заболеваемости молодых людей.

Таким образом, в области познавательных универсальных знаний о здоровом образе жизни молодежи в учреждениях культуры надо понимать и верно разбирать сообщения и наиважнейшие понятия. Применять знаковый и символические средства, в том числе овладеет воздействием моделирования широким диапазоном закономерных действий и операций, в тоже время, охватывая общие приёмы решения воспитательных задач.

Воспитание здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе деятельностного подхода необходима внутренняя

позиция на уровне позитивного отношения к учреждению культуры, творческому коллективу, ориентации на содержательные факторы реальности и принятия эталона «здорового молодого человека».

Воспитание у молодежи личного изучения базовых принципов здорового образа жизни, самостоятельного и личного рода ответственность которых установка на ведение здорового образа жизни.

Здесь важны базовые основы экологической культуры: принятие значения природного мира, готовность следования в собственной деятельности общепризнанным мерам здоровьесберегающего поведения.

Молодежь получит возможность для воспитания таких компонентов как:

- внутренняя позиция на уровне позитивного отношения к образовательному учреждению, осознание надобности обучения, которое выражено в преобладающем большинстве учебных и познавательных мотивов и предпочтении общественного метода оценки знаний;

- выраженная стойкая учебная и познавательная мотивация обучения;

- устойчивое учебное и познавательное внимание к здоровому образу жизни;

- положительная адекватная дифференцированная самооценка на базисной основе аспекта успешности в реализации общественной роли «здорового подростка»;

- установка на здоровый образ жизни и осуществление её в реально существующем поведении и поступках;

- осознанные устойчивые эстетические предпочтения и ориентации на искусство как важную сферу человеческой и социальной жизни.

Регулятивные универсальные знания молодежи о здоровом образе жизни таковы.

Это грамотное претворение в жизнь непосредственно нацеленную цель как постановку базисной основы пропорции того, что уже известно и усвоено и того, что ещё неизвестно.

Для этого необходимо учитывать поставленные критерии при планировании и контроле метода решения поставленных задач.

Молодежь получила возможность научиться:

- осуществлять более расширенный поиск информации при поддержке использования ресурсов библиотек и Интернета;
- записывать, закреплять информацию о здоровом образе жизни;
- организовывать и преобразовывать модели и схемы для достижения поставленных задач;
- осознанным и произвольным методом строить сообщения в устной или же письменной форме;
- осуществлять подборку более эффективных методов решения поставленных задач, одновременно исследуя определенные условия;
- осуществлять синтезирование как воспитание целого из частей, автономно достраивая и восполняя отсутствующие составляющие;
- произвольно и осмысленно обладать совместными приёмами решения поставленных задач в области достижения здорового образа жизни.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенное исследование показало, что цель, поставленная в диссертации, достигнута, все задачи решены, рабочая гипотеза подтвердилась, положения, выносимые на защиту гармоничны в соответствии с задачами и содержанием отдельных параграфов.

На наш взгляд, правомерно сделать следующие выводы о педагогических условиях воспитания здорового образа жизни молодёжи в учреждениях культуры.

Здоровье для молодого человека является высшей ценностью. Это основной жизненный ресурс, при котором сохраняется работоспособность и гармонично развивается человеческий организм. Поэтому знание, умение и навыки по сохранению и укреплению своего здоровья является для подавляющего большинства молодежи (свыше 70%), в силу разных причин не достигаемыми. Здесь актуально понять, что для полноценной жизнедеятельности необходимыми качествами становятся сила духа, воля, высокий культурно-нравственный уровень, самообладание и хорошие физические данные.

Здоровый образ жизни характеризуется взаимностями в удовлетворении человеческих потребностей, развитии мотивации, интересов, досуговых предпочтений, поведенческая особенность жизни человека. Это тот конкретный стереотип жизни молодежи с регулируемой психологией и психофизиологией личности молодого человека.

При оценивании эффективности педагогических условий воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно ориентированного подхода, образуют стройную иерархию.

Первое сущностное педагогическое условие это физиологическая зависимость молодого человека от ценностных ориентаций, от принятия традициями и индивидуальными наклонностями. Ценности в жизни молодого человека имеют свою иерархию, где каждая предыдущая ценность

менее значима, чем последующая, а в совокупности движутся к высшей человеческой ценности здоровью, в которой слиты воедино природные, личные и общественные составляющие.

На этом уровне проявляются субъективные ценности, которые можно увидеть в оптимальных педагогических условиях учреждения культуры.

Данная концепция воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры понимается автором диссертации как совокупность видов и методов каждодневной культурной жизнедеятельности участников процесса. На основе мировоззрения личности молодого человека, его ценностных ориентаций, смыслов деятельности и укрепляющей адаптивные способности организма, физкультурно-оздоровительных действий и создаются педагогические условия.

Ведущим педагогическим условием воспитания здорового образа жизни молодежи на всех уровнях является культурно-досуговая среда учреждений культуры.

Культурно-досуговая среда как педагогическое условие, может быть определена следующими характеристиками:

- общей организацией учебно-творческого процесса (план работы коллектива, расписание занятий, длительность занятий, перерывов на физкультурно-оздоровительную деятельность и так далее);
- целостным технологическим процессом создания эстетических ценностей;
- уровнем взаимодействия всех участников учебно-творческого процесса в количествах художественной самодеятельности, клубов по интересам, любительских обучений;
- двигательным режимом молодежи;
- санитарными и гигиеническими условиями воспитания здорового образа жизни молодежи;

Опираясь на концепции российских ученых по педагогической профилактике деструктивного поведения молодежи. Деятельность

учреждений культуры направлена на выяснение соотношений категорий смысла жизни и ценности жизни.

Эти задачи могут быть решены только в учреждениях культуры .

В решении данных задач можно вычлениить два момента:

Первое, от куда, как молодой человек сформулировал смысл жизни? Это из процесса поиска или создания, или из познавательной деятельности учреждения культуры. В любом случае, диссертант считает, что необходима мотивация конструирования своего смысла жизни. Жизнь не имеет ни мудрого, ни трагического, заранее заданного смысла: смысл появляется под воздействием индивидуальных или коллективных сознаний.

Второе. Ответ на один из самых главных вопросов бытия – о смысле жизни – требует больших внутренних усилий, поскольку по мысли Н. Бердяева, смысл жизни не может быть почерпнут из самого процесса жизни – он должен возвышаться над жизнью.

Именно в учреждении культуры создаются педагогические условия здоровьесберегающего характера в творческом процессе, что позволяет обучающимся адаптироваться в культурно-досуговом пространстве, раскрывать свои творческие способности.

Следовательно, создание ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни молодежи, в согласовании с возрастными и персональными особенностями всех участников процесса.

Сам же процесс воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры включает в себя: процесс соединения информационной и художественной деятельности, обеспечивающие практически все функции деятельности учреждений культуры.

Увеличение значения познаний риска здоровья на самочувствие, на повышение активности к здоровому образу жизни молодежи. Это меры по понижению распространенности табакокурения и употребления табачных изделий, понижению количества употребления спиртных напитков, профилактика использования наркотических веществ; побуждение молодежи

на физическом уровне и интеллектуальном образе жизни. Занятия физической культурой, увеличением доступности данных образов оздоровления.

Грамотное использование педагогических технологий направлена на воспитание здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры, позволяет создавать педагогические условия, которые позволяют по новому ставить задачу охраны здоровья молодых людей, как в психическом, так и в физическом направлениях.

Диагностика воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры по профилактике и укреплению самочувствия молодежи, сохранению здоровья в педагогических условиях экспериментальных учреждений состояла не только в их педагогической реабилитации, но и в разработке психолого-педагогических критериев становления культивируемого значения под девизом «Оправдай наши ожидания – будь здоров».

Поэтому процесс воспитания здорового образа у молодежи в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода – это имеет большое значение если будет проходить фиксация личностных результатов.

Задачи, которые стояли перед специалистами учреждений культуры, разнообразны. Одной из целей считается создание критериев для определения физиологического и психологического здоровья молодежи. Для этого необходимо чувственное благополучие, свободного и действенного роста потребностей.

Изучая педагогические условия деятельности учреждений культуры по воспитанию здорового образа жизни молодежи надо понимать, что это связано с физиологической культурой, т.е. двигательная энергичность – это системообразующий момент здоровья. Двигательная энергичность, как ведущее звено физиологического воспитания, считается важным

компонентом воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода.

Одной из задач нашего исследования считалась разработка и экспериментальные испытания целостной педагогической модели по воспитанию здорового образа жизни молодежи в условиях учреждений культуры.

Опираясь на полученные в ходе исследований данные, в ходе исследования следует подчеркнуть, что возможности учреждений культуры в соединении оздоровительной, медицинской, и воспитательно-образовательной деятельности не ограничены.

Поэтому создание педагогических условий для воспитательных методов в учреждениях культуры позволяют сформулировать следующие выводы. Динамика повышения заболеваемости молодежи во многом определяется причиной невысокой двигательной энергичности. Отсюда, одной из важных задач, стоящий перед педагогом и специалистами в учреждении культуры, это расширение и обогащение двигательного навыка у молодых людей, независимо в каком творческом коллективе он участвует. Значит надо создать педагогические условия для рационального двигательного режима, для постоянных физических кондиций молодежи.

Создание педагогических условий для физического воспитания всех посетителей учреждений культуры, позволит поднять эффективность форм, средств и методов нацеленных на всестороннее физическое воспитание молодых людей.

Итак, физическая подготовка всех участников и посетителей учреждений культуры позволяет укреплению, культурно-физкультурных способностей и внутренней дисциплины.

Педагогические условия для комплексной оздоровительной работы в учреждениях культуры позитивно воздействуют на состояние здоровья молодежи, их физическое и психическое становление, что подтверждают

итоги апробации экспериментальной педагогической модели ее жизнеутверждающих смыслов.

Важнейшим педагогическим условием воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно ориентированного подхода является сотрудничество учреждения культуры и семьи. Общие занятия физкультурно-оздоровительной деятельности совместно с родителями.

Это совместные занятия стимулируют ориентацию у молодого человека на здоровый образ жизни. Необходимую информацию родители имеют все возможности получить у специалистов и педагогов учреждений культуры. С этой целью организуются консультации, семинары, родительские собрания. Только при взаимной связи всех звеньев воспитательно-образовательного процесса возможно достичь положительных результатов.

Итак, расширяя конструктивный навык молодежи в воспитании здорового образа жизни в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода можно достигнуть высоких результатов. Эти поиски были зафиксированы в педагогической модели воспитания здорового образа жизни в учреждениях культуры на основе личностно ориентированного подхода.

Пробация целостной педагогической модели воспитания здорового образа жизни в учреждениях культуры на основе личностно ориентированного подхода позволила сформулировать следующие рекомендации по работе с родителями.

При исследовании персональных особенностей молодых людей важно повседневно обращать внимание на их физическое состояние и здоровье, интересоваться настроением, мотивацией посещения учреждения культуры. Это прежде всего создание условий для функционирования всех систем и функций организма через специально выбранные комплексы физических упражнений и игры с учетом возрастных и персональных возможностей

индиобраза. И конечно, надо постоянно содействовать осознанному, самостоятельному освоению конкретного объема познаний, приобретения умений и навыков во всевозможных условиях в любой аудитории при выполнении двигательных упражнений и т.д.

Воспитывать у молодых людей внимание к повышению уровня физиологической культуры как организованной форме предельного проявления их двигательных и активных возможностей.

Всемерно развивать двигательное творчество и многообразную игровую деятельность молодых людей, во всех творческих коллективах: на занятиях, репетициях, концертах.

Педагогические условия для выявления индивидуально-психологических особенностей молодых людей в учреждениях культуры на основе личностно ориентированного подхода позволяет лучше «Знать человека, чтобы воспитывать»; «У каждого молодого человека личный темперамент».

В соответствии с поставленными задачами диссертант доказал, что в педагогической деятельности учреждений культуры по воспитанию здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно ориентированного подхода. Огромное внимание необходимо уделять профилактике, которая включает в себя: проведение, повседневной информационно-пропагандистской деятельности, направленной на увеличение значения познаний молодежи о поддержании функциональных возможностей организма.

Запрещение в нашей стране курения и употребления табачных изделий в общественных местах, уменьшение употребления спиртных напитков, профилактика употребления наркотиков и наркотических средств позволило активизировать деятельность учреждений культуры в этом направлении..

Апробированные формы, средства методы способы были ориентированы на выявление зависимости молодых людей от наркотиков. При анализе данных этапов исследования, возможно обозначить, что у

молодежи гораздо стала на более высокий уровень познавательная деятельность, они стали более функциональны в ходе занятий, пытливы, с вниманием задания педагогов.

Таким образом, педагогические условия воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода осуществляется в определённой совокупности внешних событий (благоприятные обстоятельства, совокупность познаний об объективных факторах, влияющих на здоровый образ жизни – соответствующей мотивации, готовности к тому, чтобы ему соответствовать.

Педагогические условия воспитания здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе личностно-ориентированного подхода наиболее эффективны, когда они созданы под отдельных составляющих, которые сформировались на различных этапах созревания личности.

В современном мире здоровье молодого человека, его психологическая установка на здоровый образ жизни относятся к высочайшим жизненным ценностям и провозглашаются как норма в жизни общества. В развитых государствах здоровье молодежи создается как важная ценность в стране. Следовательно, оно выступает как важное средство внимания самых всевозможных жизненных целей молодого человека и общества.

Рассмотренная педагогическая модель, педагогические условия воспитания молодежи включает и ценностно-целевой компонент. Эти задачи и методы ценностных ориентаций; приоритетнейшие идеи данного направления деятельности учреждений культуры.

Рассмотренный компонент выступает в качестве ценностно-смыслового ядра воспитательной системы деятельности учреждений культуры по воспитанию здорового образа жизни в учреждении культуры на основе личностно-ориентированного подхода позволяет в ходе этого процесса удовлетворить общественно-значимые интересы.

В оптимизации педагогических условий здорового образа жизни в учреждениях культуры на основе личности воспитания ориентированного подхода включает в себя взаимообуславливающее действия педагога и молодежи, где происходит встречное движение от объекта к субъекту.

В технологическом процесса моделирования педагогической воспитательной системы предметной деятельности отводится основополагающее значение.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Авдеева Н.Н., Шмарин И.И., Степанова Г.Б. Здоровье как ценность и предмет научного знания // Мир психологии. - 2010.- № 1(21). С. 23-25.
2. Абраменкова В.В. Проблема отчуждения в психологии // Вопросы психологии.-2000.-№1.-С.3-8.
3. Агаларова Л.С. Роль врача общей практики в воспитании здорового образа жизни // Здравоохранение РФ.-2006.- № 4. С. 37-39.
4. Акбашев Т.Ф. Третий путь. - М., 2011. С. 113.
5. Актуальные проблемы валеологии в образовании: Материалы I съезда валеологов. – М., 2008. С. 22-25.
6. Александров А.А. Патогенетическая психотерапия: современное состояние и перспективы // Психотерапия. 2011. № 1. С. 3-7.
7. Алешина Ю. Е., Борисов И. Ю. Поло-ролевая дифференциация как показатель межличностных отношений / Вестник Моск. ун-та. Сер. 14. Психология, 2009, № 2. С. 66-72.
8. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребёнка. /Дошкольное воспитание. 2012. № 11. С. 20-22.
9. Амонашвили Ш.А., Плексин А.Г. Педагогика здоровья. – Москва: Педагогика, 2009. С. 47.
10. Амосов Н.М. Раздумья о здоровье. М., 1987. С. 44.
11. Ананьев В.А. Введение в психологию здоровья: Учебное пособие. – СПб.: Питер, 1998. – С. 299.
12. Ананьев В.А. Психология здоровья - как новая отрасль человекознания / В.А. Ананьев // Вестник психосоциальной и коррекционной работы. - 1998.
13. Антонов А.И. Микросоциология семьи. – М.: Изд. Дом «Nota Bene», 1998.
14. Антонов А.И., Медков В.М. Социология семьи. – М.: МГУ, 1996.

15. Антонова Л.Н. Психологические основания реализации здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях / Л.Н. Антонова.- М.: МГОУ, 2004. – 99 с.
16. Анцупов А.Я., Шипилов А.И. Конфликтология. Учебное пособие для вузов. - М., 2009.
17. Аптер М. Кибернетика и развитие. - М., 1970. – 249 с.
18. Балашова В.А. Основные направления программы «Оздоровительная модель общеобразовательного учреждения» / В.А. Балашова, Л.М Бекетова // Завуч. - 2000.- № 4. С. 22-24.
19. Барабаш В.Г. Ценностное отношение к здоровью как психолого-педагогическая категория// Образование в период детства: традиции, реальность, инновации. Междунар. научно-практ. конф., Москва-Шадринск, 2007. С. 9.
20. Баранов А.А. Окружающая среда и здоровье // Педиатрия. - 2014. – № 5. С. 8-10.
21. Белов В.И. Психология здоровья. СПб, 1994, 269 с.
22. Белова И. И. Парадоксы здорового образа жизни молодежи // Социологические исследования. 2008. №4. С. 73-77.
23. Белова Н.И. Основные направления воспитания здорового образа жизни молодежи: Автореф. дис. канд. социолог. наук. М., 2006. С. 169.
24. Безруких Н.А. Воспитание установки молодежи на здоровый образ жизни в образовательном процессе профессиональной школы: Автореф. дис. канд. пед. наук. – Саратов, 2006. С. 188.
25. Бестужев-Лада И.В. Ступени к семейному счастью. – М.: Мысль, 1988.
26. Бехтерев В.М. Избранные труды по психологии личности. – СПб.: Питер, 1999. – 322 с.
27. Битюцкая Е. В. Трудная жизненная ситуация: критерии когнитивного оценивания // Психологическая наука и образование. 2007. №4. С. 76-82.

28. Блэк К. Конкретный и конкурентный PR. – М.: Эксмо, 2004. – 266 с.
29. Блэк С. PR: международная практика. – М.: Издательский дом «Довгань», 1997. – 174 с.
30. Бодалев А.А. «Быть борцом – значит быть человеком» // Педагогика.- 2008.-№ 3.-С.3-6, С. 6
31. Борисов А.Б. Большой педагогический словарь. – М.: Книжный мир, 2003. – 596 с.
32. Борисова И.П. Обеспечение здоровьесберегающих технологий в школе/ И.П. Борисова // Справочник руководителя образовательного учреждения. 2005. №10. С. 73-81.
33. Братченко С.Л. Психологические основания исследования толерантности в образовании [http:// hpsy. ru](http://hpsy.ru)
34. Брехман И. И. Валеология — наука о здоровье/ И. И. Брехман – М.: ФиС, 1990. – 209 с.
35. Брехман И.И. Введение в валеологию - науку о здоровье. Л., 1987. 119 с.
36. Брызгунова И. П. Все о здоровье ребенка. Руководство для родителей. – Оренбург: Труд, 2010. - 766с.
37. Бурлачук Л., Коржова Е. Психология жизненных ситуаций. – М., 1998.
38. Бутова С.В. Оздоровительные упражнения на уроках / С.В. Бутова // Начальная школа. 2006. № 8. С. 77.
39. Бухановский А.О. Общая психопатология.- Ростов -на-Дону, 2000.- 368 с, С. 228
40. Быховская И.М. Здоровье как практическая аксиология тела // Мир психологии. - 2010. -№1(21). – С.63-70.
41. Варламова С. П., Седова Н. Н. Здоровый образ жизни - шаг вперед, два назад //Социологические исследования. 2010. №4. С. 67-79.
42. Вартамян Ф.Е. Современные тенденции развития здравоохранения // Здравоохранение. 2008. №1. С. 12-16.

43. Васильева О.С. Здоровый образ жизни: стереобразные представления и реальная ситуация // Народное образование. 2003. №10. С. 112.
44. Веллер М. Смысл жизни.-М., 2007.- 358 с.
45. Венедиктов Д.Д. Глобальные проблемы здравоохранения и пути их решения. – М.: Медицина, 1979. – 99 с.
46. Венедиктов Д.Д. Общественное здоровье: пути оценки и прогнозирование // Общественные науки и здравоохранение. – М., 1987.
47. Вентцель К.Н. Идеальная школа будущего и способы ее осуществления //Хрестоматия по истории школы и педагогики России.-М., 1974.-548 с.
48. Возвышаева И.В. Охрана здоровья детей и подростков в Российской Федерации: Законодательные и нормативные аспекты / И.В. Возвышаева // Школа здоровья. – 2001.-№1. С. 14-18.
49. Возьмитель А.А., Осадчая Г.И. Образ жизни: теоретико-методологические основы анализа // Социологические исследования. 2009. № 8. С. 101-104.
50. Волков А. Профилактика деструктивного поведения и авитальной активности // Народное образование. 2005. №7. С.123-129.
51. Волосков И.В. Особенности социализации молодежи // Социологические исследования. 2009. № 6. С. 54-58.
52. Выготский Л.С. Собрание сочинений в 6-ти томах. Т.3, с.5. – М., 1994.
53. Вульфов Б.З. Воспитание толерантности: сущность и средства [http:// bank. openipk. ru](http://bank.openipk.ru)
54. Гаспарян Ю.А. Современная семья и уровень ее состояния (Социологические проблемы). – СПб., 1996.
55. Гафиатулина Н.Х. Специфика отношения молодежи России к здоровью в социоструктурном контексте: втореф. дис. канд. социологических наук. Ростов-на-Дону, 2007. – С. 169.

56. Гегель. Энциклопедия философских наук. Т. 1. Наука логики. М., «Мысль», 1974. – 449 с.
57. Гишинский Я.И. Самоубийство как социальное явление// Проблемы борьбы с девиантным поведением – М, 1989 – 44 с.
58. Голод С.И. Семья и брак: историко-социологический анализ. – СПб., 1998.
59. Голубева Л.Г. Пути и способы оптимизации здоровья детей. Калуга, 2011. – 96 с.
60. Гончаров С. Решение Межведомственной комиссии Совета Безопасности РФ по охране здоровья населения - в жизнь / С. Гончаров, М. Гоголев // Гражданская защита.- 2003.- № 11. С. 52-55.
61. Гордеева А.В. Здоровье и образование, или образование здоровья / А.В. Гордеева // Школа. - 2002.- № 2. С. 17-18.
62. Горин А.Г. Курение и человек. – М: Спект Пресс, 2012. – 322 с.
63. Горобец Т.Н. Познавательный механизм аутодеструктивного поведения.– М., 2004. – С.149.
64. Горчак С.И. К вопросу о дефиниции здорового образа жизни // Здоровый образ жизни. Социально-философские и медико-биологические проблемы. Кишинев, 1991. С. 9-17.
65. Горячев В. Здоровье - категория педагогическая: Педагогическая технология доктора В.Ф. Базарного / В. Горячев // Народное образование. - 1999.- № 9. С. 9-11; Воспитание школьников. - 1999.- № 1. С. 21-24.
66. Громов И.А., Мацкевич А.Ю., Семенов В.А. Западная теоретическая социология.- СПб. 1997. С.53.
67. Грязнов А.Н. Индивидуально психологические, аддиктивные особенности у больных алкоголизмом и наркоманией // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова.-2005.- Том 11.-№2.- С.66-70
68. Даль В.И. Пословицы русского народа [http:// pribautka. ru /proverb-dahl / 68. html](http://pribautka.ru/proverb-dahl/68.html)

69. Даобразенко Д. Основы здорового образа жизни / Д. Даобразенко, В. Петленко // Основы безопасности жизнедеятельности. - 2003.- № 4. С. 7-8.
70. Даобразенко Д. Формулы здоровья / Д. Даобразенко // Основы безопасности жизнедеятельности. - 2003.- № 9. С. 29-30.
71. Декларация принципов толерантности //Век толерантности.-2001.- №1.-С.62-113
72. Димов В.М. Новая концепция здоровья: системный подход //Социально-гуманитарные науки.-1999.-№4.-С.187-192
73. Динейка К.В. 10 уроков психофизической тренировки. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 78 с.
74. Дорошкевич М. П. Основы валеологии и школьной гигиены / М. П. Дорошкевич. – М., 2003. – 196 с.
75. Дошкольное воспитание. /Ежемесячный методический журнал Министерства образования и науки РФ. - М: Просвещение, 2012. № 5. С.11-14.
76. Еллинек Г. Социально-этическое значение права, неправды и наказания. – М, 1910. – 189 с.
77. Емельянов Б.В. Космическая педагогика К.Н. Венцеля <http://shkola-mysli.by.ru/02-08.htm>
78. Еременко Е.С. Вред курения. – М.: РЦЗД РАМН, 2012. – 121 с.
79. Жарков А.Д. Теория и технология культурно-досуговой деятельности: Учебник для студентов вузов культуры и искусств. – М.: Изд-во МГУКИ, 2007. – 480 с.
80. Жарков А.Д. Теоретико-методологические основы культурно-досуговой деятельности. Монография М.: МГУКИ, 2013.-480 с.
81. Жарков А.Д. Теоретико-методологические основы культурно-досуговой деятельности. Монография М.: МГУКИ, 2013.-480 с.
82. Жаркова Л.С. Методика организации библиотеки в сфере социально-культурной деятельности: научно-практическое пособие М.: литература, 2009.-111 с.

83. Жаркова Л.С. Профессионализм в подготовке кадров для учреждений культуры Монография. М.: МГУКИ, 2007.-176 с.
84. Жаркова Л.С. Мотивационное развитие личности в социально-культурном измерении. Монография. М., МГИК, 2015.
85. Жаркова Л.С. Организация деятельности учреждений культуры. Учебник. – М.: МГУКИ, 2010. – 394 с.
86. Жаркова А.А. Методологические основы парадигмального подхода к развитию личности. – М.: МГУКИ, 2009. –162 с.
87. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно–методической деятельности в физической культуре и спорте. - М.: Академия, 2010. С. 259.
88. Жданова Л.А., Руссова Т.В. Возрастные особенности развития и воспитания здоровья детей. /Вестник ИГМА. 2010. № 12. С.32-34.
89. Жданова Л.А., Руссова Т.В. Актуальные спектры воспитания здоровья подростков /Российский педиатрический журнал. 2008. № 3 . С.65-69.
90. Жданова Л.А., Руссова Т.В. Роль адаптивных реакций в воспитании здоровья детей. /Российский педиатрический журнал. 2009. №2. С.12-30.
91. Жданова Л.А., Руссова Т.В. Возрастные особенности развития и воспитания здоровья детей. /Вестник ИГМА. 2010. № 12. С.39-45.
92. Журавлева И.В. Здоровье подростков: социологический анализ. - М., 2012. – С. 47.
93. Зайцев Г.К., Колбанов В.В., Колесникова М.Г. Педагогика здоровья. СПб., 1994. – С. 91.
94. Закон РФ «Об образовании» // Школа, 2012. №3. С. 3-9.
95. Зверева О.Л., Ганичева А.Н. Семейная педагогика и домашнее воспитание: Учебн. пособие для студ. высш. пед. учебн. заведений. – М.: Академия, 2000. – С. 159.
96. Змановская Е.В. Девиантология (Психология отклоняющегося поведения - М., 2003, С.28.

97. Инструктивно-методическое письмо "О программно-методическом обеспечении дошкольного образования в контексте педагогики развития" от 24.03.95г. N 42/19-15.
98. История политических и правовых учений. Под ред. В. С. Нерсянца, М., 2005. С. 489.
99. Кагермазов У.А. О понятиях «норма», «здоровье» и «болезнь» // Вестник МН СССР. – М., 1973. № 9.
100. Каждан О.В. Организация работы в классах здоровья / О.В. Каждан // Школа. - 2000.- № 4. С. 12-14.
101. Казаковцева Т.С, Косолапова Т.Л. К вопросу здравотворческой деятельности в образовательных учреждениях / Т.С. Казаковцева, Т.Л. Косолапова// Начальная школа. 2006. № 4. С. 76.
102. Калугина Т.Г. Концептуальные основы здоровьеразвивающего сопровождения образовательного процесса: Физическая культура. Валеология / Т.Г. Калугина // Образование. - 2001.- № 2. С. 22-26.
103. Калью П.И. Сущностная характеристика понятия «здоровье» и некоторые вопросы перестройки здравоохранения. – М.: Наука, 1988. – 256 с.
104. Карнеги Д. Как перестать беспокоиться и начать жить. – М.: «Топикал», 1995 – 799 с.
105. Клепцова Е.Ю. Психология и педагогика толерантности.- М.: Академический Проект, 2004.-176 с.
106. Красильников А.М., Нерсянец В.С., Кудрявцев Ю.В. Социальные отклонения. Введения в общую теорию. – М, 1984 –302 с.
107. Кобринский Б.А. Телемедицина в системе практического здравоохранения. М.: МЦФЭР, 2002. – 169 с.
108. Ковалева А. И. Социализация. // Знание. Понимание. Умение. 2004. № 1. С. 155-159.
109. Коган Л.Н. Теория культуры.- Екатеринбург, 1993. С. 130.
110. Коджаспирова, Г.М. Словарь по педагогике / Г.А. Коджаспирова, А.Ю. Коджаспиров. – М.: МарТ, 2005. – 450 с.

111. Колесов Д.В. Здоровье через образование / Д.В. Колесов // Биология в школе, - 2000.- № 2.- (Валеология). С. 27-29.
112. Комаров Г.А., Бабурин А.Н., Манько М.В. Консолидация усилий органов здравоохранения, врачей и Русской православной церкви в воспитании здоровья нации // Здравоохранение Российской Федерации.-2007. № 5. С. 39-40.
113. Константинов В.Б., Копейкин Н.Ф. Здоровье – индикатор развития человека и общества // Здравоохранение Российской Федерации. 2001. № 3. С. 43-44.
114. Концепция воспитания здоровьесберегающей образовательной среды // Журнал Центра современных образовательных технологий. – 2012. №1(2).
115. Кочеткова А.В., Филиппов В.Н., Скворцов Я.Л., Тарасов С.Т. Теория и практика связей с общественностью. – СПб.: Питер, 2006. – 239 с.
116. Краткий словарь иностранных слов /Под ред. И.В. Лехина.- М., 1950.- 454 с., С. 99.
117. Крэйн У. - Психология развития человека: 25 главных теорий; Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007.
118. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровливания. М.: Линка-пресс, 2010. – 119 с.
119. Кузнецова А.Д. Нравственное воспитание слушателей вузов МВД России: Автореферат кандидатской диссертации пед.наук. СПб, 1999 –22 с.
120. Кузьмина Н.В. Методы системного педагогического исследования. – Л., 1980, 13-26 с.
121. Кузьмина Н.В. Основы вузовской педагогики. – Л., 1972. – 311с.
122. Кузьмина Н.В., Реан А.А. Педагогическая деятельность как процесс управления// Методологическое и психологическое обеспечение перестройки управленческой деятельности. – Уфа, 1989. – с.43-49
123. Куликова Т.А. Семейная педагогика и домашнее воспитание: Учебник для студ. сред. пед. учебн. завед. – М.: Академия, 2000. – 229 с.

124. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования // Эмоциональный стресс /Под ред. Л. Леви. М., 2000. С. 123-234.
125. Лаптенко С.Д. Семья и духовное развитие личности. – Минск, 1977.
126. Латохина Л. Как быть здоровым душой и телом. /Дошкольное воспитание. 2012. № 1. С. 36-39.
127. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. - М., 1975. С. 101.
128. Лихачев Б.Т. Педагогика. Курс лекций. /Учебное пособие для молодежи пед. институтов и слушателей ИПК и ФПК. М.: Прометей, 1992. – 553 с.
129. Лобыкина Е.Н., Хвостова О.И., Колтун В.З., Рузаев Ю.В. Научно-организационные подходы в области пропаганды знаний о рациональном питании// Здравоохранение Российской Федерации. 2007. № 1. С. 44-48.
130. Лубышева Л.И. Концепция воспитания физической культуры человека. М.: ГЦОЛИФК, 2012. – 119 с.
131. Лукина А.К. Проектирование пространства развития подростка в современных условиях //Педагогика.-2001.-№2.-С.23-23., С 23
132. Лысак И.В. Философско-антропологический анализ деструктивной деятельности современного человека. Автореф. дисс. на соиск. уч. степ. докт. философ. наук.- Ростов-на-Дону, 2007.- 49 с, С.32
133. Майерс Д. Социальная психология. СПб, 1998. С. 318.
134. Максимова Т. М. Современное состояние, тенденции и перспективные оценки здоровья населения. – М.: Российская ассоциация общественного здоровья, 2002. – 199 с.
135. Маханева М.Ю. Воспитание здорового ребенка: пособие для практических работников детских дошкольных учреждений. М.: РКТИ. 2009. – 47 с.
136. Махов Ф. С.: Кого и как мы растим - КАРО, 2012. С. 334.

137. Мац А.Н. Врачам об нобразрививочном движении и его вымыслах в СМИ // Педиатрическая фармакология. 2009. Т. 6. № 6. С. 21-29.
138. Мацковский М.С. Социология: проблемы теории, методологии и методики. – М., 1989.
139. Менегетти А. - Интеллект и личность; Онтопсихология, 2007. - 130 с.
140. Менчинская Е.А. Основы здоровьесберегающего обучения в начальной школе: Методические рекомендации по преодолению перегрузки молодежи / Е.А. Мечинская - М.: Вентана-Граф, 2008. – 239 с.
141. Митина Е.П. Здоровьесберегающие технологии сегодня и завтра / Е.П. Митина // Начальная школа. 2006. № 6. С.49.
142. Мудрик А.В. Личность школьника и ее воспитание в детском коллективе/А.В. Мудрик.-М.: Знание, 1983.- 96 с.
143. Мурашов В.И. Философия здоровья / В.И. Мурашов // Школа духовности. - 2002.- № 3. С. 47-49.
144. Мяло К.Г. Евроремонт российской истории / Ксения Мяло // Рос. Федерация сегодня. – 2002. № 4. С. 48-49.
145. Мясищев В.Н. Личность и неврозы.- Л.: ЛГУ, 1960.-424 С.,С. 124
146. Назаретян А. Не ной - и разбогатеешь //Аргументы и факты № 32, 2007.- С.18
147. Науменко Ю.В. Здоровьесберегающая деятельность школы/ Ю.В. Науменко// Педагогика. 2005. №6. С.37-44.
148. Научно-методическое обоснование построения мультифункционального комплекса для оценки показателей здоровья молодежи с целью его коррекции//Валеология. - 2003.- № 1. С. 17-18.
149. Нежина Н.В. Охрана здоровья молодежи / Н.В. Нежина // Физическое воспитание. 2004. № 4. С. 32-35.
150. Нестерова Л.В. Реализация здоровьесберегающих технологий в сельской школе / Л.В. Нестерова // Начальная школа. 2005. № 11. С.78.

151. Новейший словарь иностранных слов и выражений. - Минск, 2001. - 954 с., С. 269.
152. Ньюсом Даг.А, Терк Джуди ВанСлайк., Крукеберг Дин. Все о PR. Теория и практика публич рилейшнз/Пер. с нгл.-М.: Консалтинговая группа «ИМИДЖ-Контакт»: ИНФРА-М., 2001. – 549 с.
153. Образовательная программа по направлению инновационной деятельности «Технология педагогики «здоровья» // Управление школой «1сент.». - 2003. - №40. С. 45-48.
154. Обухова Л.Ф. Возрастная психология. – М.: Роспедагенство, 1996. 397 с.
155. Овчаренко В. Педагогическая профилактика наркомании / В. Овчаренко // ОБЖ. 2005. № 3. С. 22-27.
156. Оганов Р.Г., Хальфина Р.А. Руководство по медицинской профилактике. – М.: ГЭОТАР – Медиа, 2007. – 459 с.
157. Ожегов С.И. Словарь русского языка. - М.: Рус. яз., 1984. С. 449.
158. Олова В.Н. Сборник трудов. М. 2007. С. 581.
159. Орлова Н. Заговор на здоровье... Ижевска // МК в Ижевске. 2007. 3 окт. С. 24.
160. Орлова О. Тихая эпидемия // Копеечка. 2007. 7 марта. С.9.
161. Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях. М., 2005.
162. Ощепкова Т.Л. Воспитание потребности в ЗОЖ у детей младшего школьного возраста / Т.Л. Ощепкова // Начальная школа. 2006, № 8. С.88.
163. Педагогика: Большая современная энциклопедия / сост. Е.С. Рапацевич. – М.: Современное слово, 2005. – 154 с.
164. Петров К.Л. Здоровьесберегающая деятельность в школе/ М.В. Петровский // Воспитание школьников. 1995, №2. С.31-33.
165. Петровский В.А. Личность в психологии.- Ростов-на-Дону, 1996. 119 с.

166. Петрушин В.И, Петрушина Н.В. Валеология: Учебное пособие.— М.: Гардарики, 2003. С. 123.
167. Подласый И.П. Педагогика. /Учеб.пособие для молодежи высших пед. учеб. заведений. М.: Просвещение, Гуманит. изд.центр ВЛАДОС, 2011. – 443 с.
168. Положий Б. Почему мы не хотим жить? //Аргументы и факты.-№ 39.-2008.-С. 9
169. Попов С.В. Валеология в школе и дома // О физическом благополучии школьников. СПб, 2005. С. 456.
170. Психология. – Под ред. В.М. Мельникова. – М., «Физкультура и спорт», 2012. С. 419.
171. Пустыникова Л.Н. Здоровый образ жизни с детства. Методические рекомендации. Пермь, 2010. – 34 с.
172. Пятигорский А.М. Несколько замечаний о мифологии с точки зрения психолога //ученые записки Тартуского ун-та, вып. 181.-1965.-С. 18-20
173. Реабилитационная работа с нетипичными детьми и их семьями: Учеб. пособие /Т.И. Черняева.-Саратов:СГТУ, 1999.-160 с.
174. Риэрдон Б. Толерантность – дорога к миру.- М., 2001.- 284 с.
175. Розанова Е.Г. Игровые сценарии в педагогической практике. /Социологические исследования. 2010. №10. С.141-148.
176. Рубинштейн С.Л.- Избранное. – М., 1998. С.123.
177. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии: В 2 т. – М.: Педагогика, 1989. 376 с.
178. Рыбин В.А. Проблема нравственно-гуманистического воспитания в философско-педагогических учениях (XVII – XIX вв.) Автореф. дисс.... докт. пед. наук.- М., 2006.- 44 с.
179. Рябова Л.И. Актуальные проблемы профилактики деструктивных форм поведения: сборник материалов IV фестиваля профилактических «Поколение плюс».- Пермь.- 27-31 марта 2006 года.- С.39

180. Семенова В.Н. Валеология в практике работы школы // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. 2008, №3, С. 32-37.
181. Сеченов И.М. Избранное. – М., 1997. С. 22.
182. Смирнов В.В. Концептуальные основы воспитания культуры здоровья молодежи в сфере досуга // Вопросы современной науки и практики. Университет имени В.И.Вернадского. 2011. №3. С. 324-328.
183. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе / Н.К. Смирнов - М.: ПК и ПРО, 2002. – 109 с.
184. Собчик Л.Н. Введение в психологию индивидуальности. -М., 1997.- 480 с., С.15
185. Современная западная социология.- М., 1990. С.197.
186. Соколова Э. Образование – путь к культуре мира и толерантности [http:// bank. orenipk. ru](http://bank.orenipk.ru)
187. Социология: Энциклопедия.- Мн.: Книжный Дом, 2003. С. 259.
188. Становая Т. США в СНГ: принуждение к демократии [http:// www. rian.ru](http://www.rian.ru)
189. Стожарова, М.Ю. Воспитание психологического здоровья дошкольников / М.Ю. Стожарова. – Ростов н/Д: Феникс, 2007. – 199 с.
190. Столяров В.И., Быховская И.М., Лубышева Л.И. Концепция физической культуры и физкультурного воспитания (инновационный подход) // Теория и практика физической культуры. 1998, № 5. С.23-27.
191. Сухомлинский В.А. Мудрая власть коллектива //Избр. пед. соч. Т.3.- М., 1981.-440 с.
192. Тарасова Т.А., Власова Л.С. Я и мое здоровье. /Пособие./ Валеологические знания и умения детям школьного возраста. Челябинск, 2009. – 87 с.
193. Тверская Н.В. Здоровьесберегающий подход в развитии успешности ученика/Н.В. Тверская // Образование в современной школе. 2005, №2. С.32-37.

194. Теория и методика физической культуры. // Под ред. В.М. Шияна. - М.: Просвещение, 1988. 202 с.
195. Трубецков А.Д. ЗОЖ: медицинские и социальные подходы. // Гигиена и санитария. 2007. №5. С. 64-65.
196. Толстой Л.Н. Соединить в себе любовь к делу и к ученикам //Учитель: Статьи. Документы: Педагогический поиск. Воспоминания. Страницы литературы.- М., 1991.-298 с.
197. Тышкова М.Н. Исследование устойчивости личности детей и подростков в трудных ситуациях // Вопросы психологии. 2007. № 1. С. 22-29.
198. Усаков В.И. Педагогический контроль за физической подготовленностью дошкольников. Красноярск, Изд-во КГПИ, 2008. – 49 с.
199. Фрейд З. Будущее одной иллюзии //Сумерки богов.- М.: Политиздат, 1990. С. 82.
200. Фрумин И.Д., Эльконин Б.Д. Образовательное пространство как пространство развития //Вопросы психологии.- 1993.-№1.-С.78-84, С.79
201. Харчев А.Г. Быт и семья в социалистическом обществе. – Л.,1968.
202. Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. М.: Здоровье, 2008. – 99 с.
203. Чарлтон Э. - Основные принципы обучения здоровому образу жизни // Вопросы психологии. 2007. С. 28-29.
204. Чиркова Т.Н. Учет индивидуально–психологических особенностей детей. /Дошкольное воспитание. 1986. №5. С.54-56.
205. Чурекова Т.М., Блинова Н.Г., Сапего А.В. Содержание здоровьесберегающего сопровождения в системе непрерывного образования /Т.М. Чурекова, Н.Г. Блинова, А.В. Сапего // Валеология. 2004, №4. С.32-40.
206. Шадилов Ю.Ш. Здоровый образ жизни: социально-гигиенические и экологические проблемы. – Ташкент: Изд-во им. Ибн Сины, 1991. 288 с.
207. Шевченко Л. Л. От охраны здоровья к успеху в учебе / Л.Л. Шевченко // Начальная школа. 2006, № 8. С.75.

208. Шишкина В.А. Движения + движения. М.: 1992. 179 с.
209. Шлозберг С., Непорент Л. О здоровом образе жизни: Учебное пособие. – М. - СПб. – Киев: Диалектика, 2000. С. 38-42.
210. Шухатович В. Р. Здоровый образ жизни/ В. Р. Шухатович // Энциклопедия социологии. — Мн.: Книжный Дом, 2003. С. 44-45.
211. Юнг К.Г. Структура психики и процесс индивидуализации. – М., 1996. С. 24.
212. Яковлев Л.С. Инвайроментальные механизмы социализации: структуризация жизненных пространств.- Саратов, 1997. С. 91.
213. Яковлева Н.В. - Анализ подходов к изучению здоровья в психологии // Психология и практика. Ежегодник Российского психологического общества. Ярославль, 2011. С. 125.
214. Bronfenbrenner U. The ecology of Human Development Gambridge Harvard Universiti Press 1979.-188 p.
215. Dugas L. De Psych Norm Et Path. Paris, 1910.-288 p., P. 49
216. Hurreimann K. Einfuhrung in die Sozialisations theorie: Uber den Zummenhand von Socialstructur und Personlichkeit. Basei 1989.- 182 p., P. 18
217. Volkova E. N. The Interdisciplinary Approach to the solution of Asocial Childhood Problems X th ISPCAN European Regional Conference on Child Abuse and Neglect New Developments in Science and Practice Influences on Child Protection Germany, Berlin, 11 14 September, 2005.- 196 p.
218. Prigogine I. The Die Is Not Cast // Futures. Bulletin of the World Futures Studies Federation. Vol.- 25, No.- 4. January 2000. P. 17- 19.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Анкета

Для участников художественной самодеятельности клубов по интересам, любительских объединений

Уважаемые постоянные участники в жизни учреждения культуры! Перед Вами анкета, целью которой является выяснение осведомленности по проблеме здорового образа жизни молодежи. Опрос проводится анонимно. Обведите кружочком один или несколько вариантов ответов, которые, по Вашему мнению, правильны.

Пожалуйста, укажите: Ваш пол

- Мужской
- Женский

Ваш возраст (укажите полное число лет) __

1. Выберите пункты, которые, по Вашему мнению, отражают содержание выражения «здоровый образ жизни молодежи»

- отказ от вредных привычек (курения, алкоголя, наркотиков)
- здоровое питание
- соблюдение режима дня
- соблюдение правил гигиены умеренное употребление алкоголя -
- занятия спортом, поддержание оптимальной физической формы

2. Что по Вашему мнению можно отнести к понятию «Здоровый образ жизни молодежи»?

- регулярное посещение врача с целью профилактики
 - доброжелательные отношения с другими людьми
 - умение справляться со своими эмоциями, гармония с собой
 - интерес к информации о здоровом образе жизни молодежи
 - широкий круг интересов, богатая духовная жизнь, наличие хобби
- другое (укажите) _____

3. Считаете ли Вы необходимым придерживаться принципов здорового образа жизни?

- считаю, что это необходимо
- считаю, что это важно, но не главное в жизни
- эта проблема меня не волнует

4. Если Вы считаете необходимым придерживаться принципов здорового образа жизни, что этому мешает ?

- недостаток времени материальные трудности
- отсутствие необходимо! о упорств4, воли, настойчивости
- отсутствие условий (укажите каких)
- другие причины (укажите, какие) _____

5. Дайте оценку состоянию вашего здоровья

- хорошее
- удовлетворительное
- Слабое

6. Часто ли Вы посещаете врача?

- редко
- 2-3 раза в год
- прохожу ежегодный медосмотр
- ежемесячно

7. Придерживаетесь ли Вы здорового рациона и режима питания?

- да
- иногда
- нет

8. Занимаетесь ли Вы физической культурой?

- иногда
- нет
- не занимаюсь
- занимаюсь иногда
регулярно (2-3 раза в неделю)

9. Какими видами спорта Вы занимаетесь? (Укажите, какими именно)

10. Как часто Вы употребляете алкогольные напитки?

- редко
- не менее 3-х раз в неделю
- ежедневно
- не употребляю

11. Курите ли Вы?

- Да
- курил, но бросил
- нет

12. Пробовали ли Вы когда-нибудь наркотические или токсические вещества ?

- да
- нет
- если да, то сколько раз? Укажите ___раз

13. Часто ли Вы подвержены стрессам?

- да
- время от времени
- нет

14. Отметьте причины, которые вызывают у Вас стресс:

- финансовые трудности
- проблемы в коллективе
- проблемы в семье
- одиночество
- проблемы с учёбой другие

15. Есть ли у Вас какие-либо из указанных заболеваний?

- сердечно-сосудистые
- опорно-двигательного аппарата
- желудочно-кишечного тракта
- сахарный диабет
- нет

16. Из каких источников Вы получаете информацию о здоровом образе жизни молодежи ?

- из средств массовой информации
- через интернет
- из специальной литературы
- из других источников (укажите, каких) _____

17. Дайте оценку деятельности учреждений культуры по обеспечению педагогических условий здорового образа жизни в учреждениях культуры.

- хорошо
- удовлетворительно
- неудовлетворительно

Спасибо за сотрудничество!

АНКЕТА**Для зрителей культурно-досуговых программ
по проблемам здорового образа жизни**

Уважаемые зрители! Просим Вас **анонимно** ответить на вопросы, изложенные в анкете. Подчеркните вариант ответа, который совпадёт с Вашим мнением. Если Вы не уверены в своих знаниях по тому или иному вопросу, то ответ подчеркните волнистой чертой или допишите свой ответ. Можно подчеркнуть два и более ответов.

Ваш пол: мужской, женский

Ваш возраст? _____ лет

1. Ваши увлечения в свободное от учебы время?

- Спорт
- Литература
- Музыка
- Техника
- Компьютер
- Другое _____

2. На сколько активно Вы занимаетесь физкультурой и спортом?

- Постоянно
- От случая к случаю
- Не занимаюсь

3. Созданы ли в Центре культуры « Молодежный» условия для занятий физкультурой и спортом?

- Да
- Нет

4. Курите ли Вы?

- Да
- Нет
- Изредка
- До 10 сигарет в день
- Более 10 сигарет в день

5. Почему вы курите?

- От нечего делать
- Казаться более взрослым, независимым
- Другое _____

6. Знаете ли Вы, как влияет курение на состояние здоровья?

- Вредно для здоровья
- Полезно для здоровья
- Затрудняюсь ответить

7. Вредно ли курение для окружающих некурящих – «пассивное курение»

- Вредно
- Не вредно
- Затрудняюсь ответить

8. Стоит ли отказаться от курения, чтобы быть здоровым?

- Да
- Нет
- Не знаю

9. Употребляете ли Вы водку, вино, пиво?

-Да

-Нет

10. Если «да», то сколько раз (примерно) Вы выпиваете?

В неделю: один, два, три или _____ раз

В месяц: один, два, три или _____ раз

11. Опасно ли употребление спиртных напитков для Вашего здоровья?

-Да

-Нет

-Не знаю

12. Изменяется ли состояние Вашего здоровья после принятия алкогольных напитков?

-Ухудшается

-Улучшается

-Остается неизменным

13. Знакомы ли Вы с людьми, употребляющими (употреблявшими) наркотики?

- Да

- Нет

14. Что толкает на первую пробу наркотиков?

- Любопытство

- Самоутверждение

- Желание не выделяться в компании

15. Поступали ли Вам предложения попробовать наркотики?

- Да

- Нет

16. Питаетесь ли Вы в столовой?

-Да

-Нет

17. Удовлетворены ли Вы организацией питания в ПУ № 108?

-Да

-Не совсем

-Нет

18. По-вашему мнению, здоровый образ жизни – это...?

-Отказ от вредных привычек

-Личная гигиена

-Оптимальный двигательный режим

-Рациональное питание

-Закаливание

-Положительные эмоции

-Занятия физической культурой и спортом

19. Какой образ жизни, на Ваш взгляд, является привлекательным, престижным? _____

Спасибо за сотрудничество!

Анкета
Для молодежи посещающей все программы
учреждения культуры.

Уважаемый участник! Перед Вами анкета, позволяющая определить Ваше отношение к воспитанию здорового образа жизни, установить индивидуальный стиль твоей жизни. Вам будет предложено три варианта ответа на поставленный вопрос, касающийся вашего стиля жизни. Вам необходимо выбрать один ответ, который наиболее полно отражает ваш Здоровый образ жизни. Долго не задумываетесь. Здесь нет правильных и неправильных ответов.

Сначала, дайте, пожалуйста, ответы на вопросы, касающиеся Вашей гигиены.

1. Как известно, нормальный режим питания это плотный завтрак, обед из трех блюд, полдник и скромный ужин. А какой режим питания у вас?

1. Именно такой.
2. Иногда бывает, что вы обходитесь без завтрака или обеда.
3. Вы вообще не придерживаетесь какого-либо режима.

2. Регулярно ли вы делаете зарядку?

1. Да, это для меня необходимость
2. Иногда делаю
3. Нет, не делаю вовсе

3. Часто ли вы используете выходные дни для активного отдыха (походов и занятий спортом)?

1. Регулярно (как минимум два раза в месяц)
2. Иногда (2 - 3 раза в пол года);
3. Нет, не делаю вовсе.

4. Если Вы студент, ученик или работаете, то насколько Вы оцениваете свою успеваемость:

1. Очень низкая.
2. Низкая.
3. Средняя.
4. Высокая.
5. Очень высокая.

В данном случае в зависимости от быстроты и количества выполняемой работы, оценок преподавателей либо замечаний руководящего начальства.

5. Хорошо ли Вы спите?

1. Очень плохо.
2. Плохо.
3. Удовлетворительно.
4. Хорошо
5. Очень хорошо.

Теперь подумайте над вопросами, характеризующими, состояние Вашего здоровья.

5. Часто ли Вы болеете?

1. Никогда.

2. Редко
3. Иногда.
4. Довольно часто.
5. Часто.

7. Страдаете ли Вы хроническими заболеваниями?

1. Да.
2. Были раньше
3. Участились в последнее время.
4. Не замечал (а).
5. Нет.

8. Соблюдаете ли правильный режим дня?

1. Нет.
2. Редко.
3. Иногда.
4. Часто
5. Да, всегда.

Подумайте, пожалуйста, насколько сильно влияют на Ваше здоровье негативные факторы. Для этого ответьте на следующие вопросы:

9. Часто ли Вы устаете?

1. Почти никогда не устаю.
2. Иногда устаю очень сильно.
3. Да, почти всегда сильно устаю.

10. Занимаетесь ли Вы каким-нибудь видом спорта?

1. Да, я регулярно посещаю спортзал.
2. Периодически посещаю спортивные секции.
3. Нет, я вообще не увлекаюсь спортом.

11. Курите ли Вы?

1. Да.
2. Нет.
3. Редко.

12. Употребляете ли Вы спиртное?

1. Нет, даже пиво.
2. Иногда бывает.
3. Выпиваю довольно часто.

13. Пьете ли Вы кофе?

1. Очень редко, в основном предпочитаю чай.
2. Пью не больше одной чашки в день.
3. 3. Пью его очень много.

Теперь заполните, пожалуйста, данные паспорттики анкеты.

14. Ваш пол.

1. женский
2. мужской

15. Возраст.

1. от 18 до 36 лет

2. от 36 до 60 лет

16. Состав семьи (количество человек)

1. 1
2. 2
3. 3
4. 4
5. 5 и более

17. Ежемесячный доход семьи в рублях.

1. до 1000 рублей.
2. 15000 рублей,
3. 20000 рублей.
4. 30000 рублей.
5. более 30000 рублей.

Спасибо. Подписывать анкету не нужно.

2. Обработка результатов анкетирования

После того, как заполнены все анкеты, они обрабатываются и результаты можно представить в виде сводной таблицы:

Таблица 1

Общие результаты анкетирования в процентах

Как известно, нормальный режим питания это плотный завтрак, обед из трех блюд, полдник и скромный ужин. А какой режим питания у вас?

1				
1. Именно такой				12,2
2. Иногда бывает, что вы обходитесь без завтрака или обеда;				13,2
3. Вы вообще не придерживаетесь какого-либо режима				74,6
2. Регулярно ли вы делаете зарядку?				
1. Да, это для меня необходимость				28
2. Иногда делаю				62,5
3. Нет, не делаю вовсе				9,5
3. Часто ли вы используете выходные дни для активного отдыха (походов и занятий спортом)?				
1. Регулярно (как минимум два раза в месяц)				19
2. Иногда (2 – 3 раза в пол года);				47
3. Никогда или очень редко				34
4. Насколько Вы оцениваете свою успеваемость: -2- очень низкое, +2 – очень высокое				
-2	-1	0	+1	+2
3,8	5,2	43	12,3	35,7

Хорошо ли вы спите?

5. Шкала: -2- слишком плохо, +2- очень хорошо

-2	-1	0	+1	+2
12,2	19,8	35,9	20,7	11,4

Часто ли вы болеете?

6. Шкала: -2- никогда, +2 – часто

-2	-1	0	+1	+2
2,3	17,3	29,8	41,3	9,3

7. Страдаете ли вы хроническими заболеваниями?

Шкала: -2-да, +2 – нет				
-2	-1	0	+1	+2
3,2	9	49	19,8	19
Соблюдаете ли вы правильный режим дня?				
8. Шкала: -2- нет, +2 – да				
-2	-1	0	+1	+2
3	2,1	9,4	44,3	41,2
9 Часто ли вы устаете				
Почти никогда не устаю;				14
Иногда устаю очень сильно;				46
Да, почти всегда сильно устаю.				40
10Занимаетесь ли вы каким-либо видом спорта				
Да, я регулярно посещаю спортзал				19
Периодически посещаю спортивные секции;				46
Нет, я вообще не увлекаюсь спортом				35
11Курите ли вы?				
Да				58
Нет				22
Редко				20
12Употребляете ли вы спиртное?				
Нет, даже пиво				42
Иногда бывает;				49
Выпиваю довольно часто.				9
13Пьете ли вы кофе?				
Очень редко, в основном предпочитаю чай;				30
Пью не больше одной чашки в день;				27
Пью его очень много.				43
14Пол				
1. Женщина				63
2. Мужчина				47
15Возраст				
1. 18- 35 лет				45
2. 36- 55 лет				38,7
Более 56 лет				16,3
16Состав семьи				
1. Один человек				11,1
2. Два человека				23,2
3. 3-4 человека				59,5
4. 5 человек и более				6,2
17Ежемесячный доход семьи				
1. до 5000 рублей				13,4
2. 5000- 7999 рублей				34,1
3. 7000- 9999 рублей				48,2
4. 10000- 20000 рублей				2,2
5. более 20000 рублей				1,8

Таблица 2 Цель опроса

Вопрос	Тип	Целевое назначение вопроса
Как известно, нормальный режим питания это плотный завтрак, обед из трех блюд, полдник	Функционально-психологический	Уточнить режим дня

и скромный ужин. А какой режим питания у вас?

Регулярно ли вы делаете зарядку?	Вопрос-фильтр	Узнать отношение к зарядке
Часто ли вы используете выходные дни для активного отдыха (походов и занятий спортом)?	Функционально-психологический	Узнать отношение к прогулкам
Насколько Вы оцениваете свою успеваемость: -2- очень низкое, +2 – очень высокое	функционально-психологический	Узнать отношение к успеваемости
Хорошо ли вы спите?	Вопрос-фильтр	Узнать отношение к сну
Часто ли вы болеете?	Вопрос-фильтр	Узнать отношение к количеству болезней
Страдаете ли вы хроническими заболеваниями?	Вопрос-фильтр	Уточнить количество хронических заболеваний
Соблюдаете ли вы правильный режим дня?	Вопрос-фильтр	Узнать отношение к режиму дня
Часто ли вы устаете	вопрос-фильтр	Узнать отношение к утомляемости
Занимаетесь ли вы каким-либо видом спорта	вопрос-фильтр	Узнать отношение к видам спорта
Курите ли вы?	Вопрос-фильтр	Узнать отношение к курению
Употребляете ли вы спиртное?	Вопрос-фильтр	Узнать отношение к спиртному
Пьете ли вы кофе?	Вопрос-фильтр	Узнать отношение к кофе
Пол	контрольный	Уточнить пол
Возраст	контрольный	Уточнить возраст
Состав семьи	контрольный	Уточнить состав семьи
Ежемесячный доход семьи	контрольный	Уточнить доход семьи

Спасибо за сотрудничество!

Анкета
Для учащейся молодежи
посещающей учреждение культуры

Просим Вас ответить на все вопросы, подчеркнув выбранный Вами ответ прямой линией. Если Вы не уверены в своих знаниях по тому или иному вопросу, то ответ подчеркните волнистой чертой или допишите свой ответ.

Можно подчеркнуть два и более ответов.

Ваш пол: мужской, женский

Ваш возраст?лет

1. Интересно ли Вы живете? -Да

-Нет

-Посредственно

- Другое.....

2. Ваши увлечения в свободное от учебы время?

-Спорт

-Литература

-Музыка

-Техника

-Компьютер

-Другое.....

3. Влияют ли положительные эмоции на укрепление Вашего здоровья?

-Да

-Нет

-Затрудняюсь ответить

4. Удовлетворяет ли Вас социально-психологический климат в Вашем учреждении образования?

-Да

-Нет

-Скорее да, чем нет

5. Является ли выбранная Вами профессия Вашим призванием?

-Да

-Нет

-Не знаю

6. Устраивают ли Вас отношения между преподавателями и учащимися?

-В основном, устраивают

-В чем-то устраивают, в чем-то нет

-Во многом не устраивают

7. На сколько активно Вы занимаетесь физкультурой и спортом?

-Постоянно

-От случая к случаю

-Не занимаюсь

8. В работе каких спортивных секций и клубов Вы принимали участие?

9. Созданы ли в Вашем учреждении образования условия для занятий физкультурой и спортом?

-Да

-Нет

10. Влияют ли занятия физкультурой и спортом на состояние Вашего здоровья?

-Да

-Нет

- Затрудняюсь ответить
- 11. Занимаетесь ли Вы закаливанием своего организма?
 - Да, занимаюсь
 - Нет
 - Не считаю нужным
- 12. Где и как Вы занимаетесь закаливанием?
 - Дома, по системе Иванова
 - В поликлинике
 - В ФОКе
 - В клубах («Оптималист», выходного дня и др.)
 - В учреждении образования
 - В турпоходах
 - Другое
- 13. Считаете ли Вы важным условием здорового образа жизни соблюдение личной гигиены?
 - Очень важно
 - Скорее важно
 - Скорее не важно
 - Совсем не важно
- 14. Курите ли Вы? -Да
 - Нет
 - Изредка
 - До 10 сигарет в день
 - Более 10 сигарет в день
- 15. Почему вы курите? -От нечего делать
 - Казаться более взрослым, независимым
- 16. Знаете ли Вы, как влияет курение на состояние здоровья?
 - Вредно для здоровья
 - Полезно для здоровья
 - Затрудняюсь ответить
- 17. Вредно ли курение для окружающих некурящих – «пассивное курение»
 - Вредно
 - Не вредно
 - Затрудняюсь ответить
- 18. Стоит ли отказаться от курения, чтобы быть здоровым?
 - Да
 - Нет
 - Не знаю
- 19. Употребляете ли Вы водку, вино, пиво?
 - Да
 - Нет
- 20. Если «да», то сколько раз (примерно) Вы выпиваете?
 - В неделю: один, два, три илираз
 - В месяц: один, два, три илираз
- 21. Опасно ли употребление спиртных напитков для Вашего здоровья?
 - Да
 - Нет
 - Не знаю
- 22. Изменяется ли состояние Вашего здоровья после принятия алкогольных напитков?
 - Ухудшается

- Улучшается
- Остается неизменным
- 23. Употребляли ли Вы и Ваши друзья какие-нибудь таблетки или химические вещества одурманивающего действия?
 - Да
 - Нет
- 24. Слышали ли Вы что-нибудь об опасности для здоровья при употреблении таблеток и других химических веществ?
 - Да
 - Нет
- 25. Как Вы думаете: опасность эта СУЩЕСТВУЕТ? или она ВЫДУМАНА врачами
- 26. В какой мере Вы знакомы с проблемой наркомании среди молодежи?
 - В полной мере
 - В некоторой степени
 - Почти знаком или совсем не знаком
 - Никогда не интересовался этими вопросами
- 27. Сталкивались ли Вы с проблемой употребления наркотиков?
 - Да, неоднократно пробовал
 - Да, 1-2 раза
 - Да, у меня был друг-наркоман
 - Да, в собственной семье
 - Да, в семье друзей или знакомых
 - К счастью, никогда не сталкивался
- 28. Является ли наркомания одной из причин заболевания СПИДом?
 - Да
 - Нет
 - Не знаю
- 29. Каким путем можно заразиться ВИЧ-инфекцией, СПИДом?
 - При повседневных контактах
 - При сексуальных контактах
 - При обмене шприцами и иглами, которые уже использовались носителями ВИЧ-инфекции
 - От ВИЧ-инфицированной матери
- 30. Поражается ли при СПИДе иммунная (защитная) система организма человека? -Да
 - Нет
 - Не знаю
- 31. С какого возраста, как Вы считаете, можно начинать половую жизнь?
 - С 11 лет
 - С 13 лет
 - С 15 лет
 - С 17 лет
 - После 18 лет
 - Другое
- 32. Насколько Вы осведомлены о средствах и способах безопасного секса?
 - Моих знаний мне вполне достаточно
 - Знаю практически все
 - Знаю очень мало, хотел бы узнать больше
 - Не знаю и знать не хочу

- Другое
- 33. Как Вы относитесь к проблеме ранней беременности?
 - Отношусь с осуждением
 - Считаю это личным делом каждого
 - Считаю, что, чем раньше, тем лучше
 - Эта проблема меня не волнует
 - Другое
- 34. Считаете ли Вы проституцию приемлемым способом зарабатывания денег?
 - Считаю, что эта работа не хуже, чем любая другая
 - Отношусь с осуждением
 - Могу представить себя в этом бизнесе
 - Считаю, что с этим необходимо бороться
 - Проституция – это способ получить за собственное удовольствие большие деньги
 - Не задумывался об этом
 - Другое
 -
- 35. По Вашему мнению, является ли составной частью здорового образа жизни рациональное питание? - Да
 - Нет
 - Не знаю
- 36. Согласны ли Вы, что рациональное питание – это:
 - равновесие между поступающей с пищей энергией и энергией, расходуемой человеком во время жизнедеятельности, иначе говоря, баланс энергии
 - удовлетворение потребностей организма в определенном количестве и соотношении пищевых веществ
 - соблюдение режима питания (определенное время приема пищи и определенное количество пищи при каждом приеме)
- 37. Придерживаетесь ли Вы какой-то особой диеты?
 - Отказ от мясопродуктов
 - Раздельное питание
 - Отказ от хлебобулочных изделий
 - Лечебное голодание - Другое
- 38. Питаетесь ли Вы в столовой ?
 - Да
 - Нет
- 39. Удовлетворены ли Вы организацией питания в учреждении образования?
 - Да
 - Не совсем
 - Нет
 - Особое мнение
- 40. Чтобы Вы хотели изменить в организации питания учреждения образования ? -
 - Ежедневное меню
 - График питания
 - Технологию приготовления пищи
 - Ассортимент продуктов
 - Обслуживание
 - Другое

Спасибо за сотрудничество!

Анкета Самооценки и своего здоровья

Уважаемый коллега!

Центр культуры "Молодежный" просит Вас принять участие педагогическим составом учреждения культуры в анкетировании по изучению. Полученные в ходе исследования данные позволят сформулировать основные направления деятельности учреждений культуры по воспитанию здорового образа жизни. Данное анкетирование абсолютно добровольным и составлена так, чтобы Вы могли не только выбрать наиболее подходящий на Ваш взгляд, вариант ответа, но и предложить свой.

=

1. Как Вы оцениваете состояние своего здоровья?
 - хорошее;
 - удовлетворительное;
 - неудовлетворительное;
 - иное

2. В чем заключаются основные проблемы Вашего здоровья?
 - периодическое обострение хронических заболеваний;
 - наличие хронических заболеваний без обострений;
 - частые простудные заболевания;
 - общее недомогание (усталость, слабость, апатия) без установленного диагноза;
 - у меня нет проблем со здоровьем;
 - затрудняюсь ответить;
 - иное .

3. Какие основные факторы риска развития своих заболеваний Вы можете отметить?
 - генетическая предрасположенность;
 - плохая экология;
 - нарушение режима труда и отдыха;
 - недостаточная двигательная активность;
 - стрессы и психологическое неблагополучие;
 - нерациональное питание;
 - излишний вес;
 - собственная низкая медицинская активность;
 - курение;
 - злоупотребление алкогольными напитками;
 - иное;

4. Связываете ли Вы проблемы со здоровьем с тем образом жизни, который Вы ведете?
 - да;
 - нет;
 - затрудняюсь ответить;
 - иное;

5. Считаете ли Вы возможным улучшить свое здоровье и самочувствие посредством ведения здорового образа жизни?
 - да;
 - нет;
 - затрудняюсь ответить;

- иное _____ .
6. Что Вы считаете необходимым изменить в своём образе жизни в первую очередь?
- увеличить физическую нагрузку;
 - нормализовать режим труда и отдыха;
 - оптимизировать питание;
 - научиться рациональным способам борьбы со стрессом;
 - избавиться от вредных привычек;
 - иное _____ .
7. Принимали ли Вы когда-либо участие в мероприятиях по формированию здорового образа жизни:
- да;
 - нет;
 - затрудняюсь ответить;
 - иное _____ .
8. Посещаете ли "Спортивный клуб ?
- да, постоянно;
 - да, иногда;
 - нет, так как не хватает времени;
 - нет, так как мне не подходят предлагаемые занятия;
 - нет, так как посещаю другие спортивные клубы;
 - нет, мне это не интересно;
 - иное _____ .
9. Участвовали ли Вы в различных соревнованиях (внутривузовских, межвузовских и т.д.) и спортивных мероприятиях академии?
- да, постоянно;
 - да, иногда;
 - нет, так как не хватает времени;
 - нет, так как мне это противопоказано по состоянию здоровья;
 - нет, так как считаю себя физически неподготовленным;
 - нет, так как ничего не знаю о таких соревнованиях;
 - нет, мне это не интересно;
 - иное _____ .
10. Приобретаете ли Вы льготные абонементы в бассейн?
- да, постоянно;
 - да, иногда;
 - нет, мне это не интересно;
 - нет, для меня это всё равно дорого;
 - . иное _____ .
11. Как Вы оцениваете работу Вашего учреждения культуры по обеспечению условий для занятий физической культурой и спортом?
- положительно;
 - удовлетворительно;
 - . неудовлетворительно;
 - затрудняюсь ответить;
 - иное _____ .
12. Посещаете ли Вы столовую (буфет) учреждения культуры?
- да, постоянно;
 - да, иногда;
 - нет, так как меня не устраивает ассортимент блюд;
 - нет, так как мне не нравится качество блюд;
 - нет, так как у столовой неудобный режим работы;
 - нет, так как для меня это дорого;

- иное _____ .
13. Что Вы считаете необходимым изменить в работе столовой (буфета)?
- режим работы;
 - ассортимент блюд;
 - качество блюд;
 - ничего, меня всё устраивает;
 - затрудняюсь ответить;
 - иное _____ .
14. Как Вы оцениваете работу столовой по обеспечению условий для полноценного и рационального питания сотрудников и педагогов?
- удовлетворительно;
 - неудовлетворительно;
 - затрудняюсь ответить;
 - иное _____ .
15. Испытываете ли Вы психологический дискомфорт, стрессы, связанные с работой?
- да, постоянно;
 - да, иногда;
 - нет, мои психологические проблемы не связаны с работой;
 - нет, у меня нет психологического дискомфорта;

16. Обращались ли Вы к администрации учреждения культуры с предложениями по созданию педагогических условий ведения здорового образа жизни молодежи?

- да, в отношении работы столовой;
- да, в отношении культурно-досуговых программ по воспитанию жизни молодежи
- да, в отношении условий для занятий физической культурой и спортом;
- да, в отношении улучшения условий труда;
- да, в отношении улучшения морально-психологического климата в коллективе;
- нет, так как меня все устраивает;
- нет, так как вряд ли что-нибудь можно существенно изменить;
- иное _____

17. Как Вы оцениваете работу администрации учреждения культуры по обеспечению, условий воспитания у сотрудников здорового образа жизни?

- удовлетворительно;
- неудовлетворительно;
- затрудняюсь ответить;
- иное _____

18. Каковы Ваши основные предложения по обеспечению педагогических условий воспитания у сотрудников здорового образа жизни? _____

19. О себе:
 Возраст _____ Пол _____

Спасибо за сотрудничество!

Приложение 6

На экспериментальных базах была апробирована следующая опытно-экспериментальная программа.

Система культурно-досуговых программ по реализации основных направлений работы	Сроки выполнения	Ответственные исполнители	Источник финансирования	Смежные организации
1. Скорректировать планы работы, определить первоочередные задачи, поиск средств финансирования	Январь	Культурно-массовый отдел Дворца культуры		Департамент культуры по делам молодежи и спорта
2. Фестиваль творчества молодежи области и района	Январь-февраль	Культурно-массовый отдел Дворца культуры		Департамент культуры по делам молодежи и спорта
3. Ориентировать КДУ на поиск инновационных форм работы с молодежью	В течение года	Дворец культуры		Департамент культуры по делам молодежи и спорта
4. Использовать опыт семейных клубов и клубов по интересам других культурно-досуговых учреждений	Весь период	Дворец культуры		Молодежный центр
5. Способствовать развитию культурно-досуговой самодетельности молодежи, создавать условия, стимулирующие самодетельность участников клубного объединения	Весь период	Дворец культуры		Молодежный центр
6. Проводить молодежные праздники, дни рождения, юбилеи, смотры-выставки	Весь период	Дворец культуры		Молодежный центр
7. Привлекать творческие коллективы, работников культуры, музеев, библиотек в физкультурно-оздоровительную деятельность	Весь период	Дворец культуры		Отдел культуры

Раздел II. Создание единого банка данных талантливой молодежи в учреждении культуры по воспитанию здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры на основе лично-ориентированного подхода.

Система культурно-досуговых программ по реализации основных направлений работы	Сроки выполнения	Ответственные исполнители	Источник финансирования	Смежные организации
1. Организация и проведение научно-практических конференций учащихся	Сентябрь, апрель	Департамент культуры по делам молодежи		Институты, колледжи, школы
2. Издание молодежной печатной продукции на темы «Воспитание здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры»	Февраль	Департамент культуры по делам молодежи	Спонсорство	Местная газета
3. Организация учреждениями культуры цикла молодежных программ на местном телевидении	Весь период	Местный телеканал	Спонсорство	Молодежный центр

Раздел 3. Воспитание ценностных ориентаций молодежи в учреждениях культуры на основе лично-ориентированного подхода

Система культурно-досуговых программ по реализации основных направлений работы	Сроки выполнения	Ответственные исполнители	Источник финансирования	Смежные организации
1. Методическое обеспечение по совершенствованию процесса воспитания здорового образа жизни в учреждениях культуры	Весь период	Департамент культуры по делам молодежи и спорта		Управления образования
2. Организация и проведение областных и городских культурно-досуговых программ, посвященных воспитанию здорового образа жизни	В течение года	Дворец культуры		Департамент культуры по делам молодежи и спорта, Молодежный центр
3. Организация и проведение конкурса патриотической песни	Май	Дворец культуры		Молодежный центр
4. Организация и проведение «Звездных походов» молодежи	Июль	Клуб по интересам		Департамент культуры

Раздел 4. Реализация творческих способностей молодежи в процессе воспитания здорового образа жизни.

Система культурно-досуговых программ по реализации основных направлений работы	Сроки выполнения	Ответственные исполнители	Источники финансирования	Смежные организации
1. Создание физкультурно-оздоровительных клубов	Январь	Департамент культуры по делам молодежи и спорта		Спорт. школа, клубы по месту жительства
2. Организация культурно-досуговых программ в физкультурно-оздоровительных клубах	Февраль-март	Дворец культуры		Спорт. школа
3. Создание клуба по изучению рукопашного боя, русских кулачных боев	Октябрь	Дворец культуры		Музей, библиотека
4. Организация спортивных программ, эстафет, забегов	Весь период	Дворец культуры		Департамент культуры
5. Организация слета молодых туристов	Июнь-июль	Департамент культуры		Спортивная школа, школа юных туристов
6. Организация экскурсий, походов, марафонов	Июнь-сентябрь	Департамент культуры		Спортивная школа, школа юных туристов
7. Организация городского конкурса вариативных программ в сфере отдыха и оздоровления молодежи	Август	Департамент культуры по делам молодежи и спорта		Департамент культуры по делам молодежи и спорта
8. Организация и поддержка передвижных палаточных лагерей, экспедиций, раскрывающих творческий потенциал молодежи	Июнь-август	Департамент культуры по делам молодежи и спорта		Школа туристов, клуб юных моряков

Раздел 5. Организация молодежного отдыха

Система культурно-досуговых программ по реализации основных направлений работы	Сроки выполнения	Ответственные исполнители	Источники финансирования	Смежные организации
1. Проведение молодежных программ и шоу	Весь период	Дворец культуры		Молодежный центр