

© А.Р. Акоев

Научная статья

УДК 378

DOI: <http://doi.org/10.15350/2409-7616.2022.4.15>

ФОРМИРОВАНИЕ СОЦИАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

А.Р. Акоев

Акоев Арсен Русланович,

ассистент кафедры физического воспитания,

Северо-Осетинский государственный

университет имени К.Л. Хетагурова,

Владикавказ, Россия.

kesaevz@bk.ru

Аннотация. В статье анализируются условия совершенствования физической культуры и ее влияние на формирование социального здоровья студентов. Физическая культура и спорт во все времена рассматривались как важнейшие средства улучшения состояния здоровья, и как следствие, осуществления успешной жизнедеятельности. Долгое время в вузе на занятиях по физической культуре и спорту студенты выполняли стандартные упражнения, сдавали контрольные нормативы, и этим ограничивалась их физкультурная деятельность. Социальный и оздоровительный аспекты на занятиях отсутствовали, студенты не получали также и теоретических знаний по физическому воспитанию и спорту. Следует добавить еще тот факт, что у студентов не были сформированы способности к самостоятельному подбору эффективных средств для повышения физического потенциала работоспособности, навыки самооценки своих индивидуальных возможностей в сфере физической культуры и спорта. В связи со сказанным, приоритетной задачей системы образования выступает обеспечение физического воспитания обучающихся оздоровительной направленностью; формирование у них нравственно-ценностного отношения к здоровому образу жизни; являясь, преимущественно, социальной сферой, способствовать становлению и укреплению социального здоровья обучающихся. Особое внимание уделяется ведущим факторам формирования социального здоровья, доказывається необходимость использования потенциала физической культуры как одного из эффективных средств формирования и поддержания социального здоровья человека, позитивных характеристик физического состояния и потенциала личности. Велика роль социального и психологического аспектов здоровья в совершенствовании процессов гармоничного развития внутренней мотивационной сферы личности; воспитания социально-перцептивных межличностных взаимоотношений; гибкой адаптации в быстроменяющемся обществе. В современном мире довольно часто приходится слышать лозунги: «Физическая культура – это наше здоровье», «Движение – это жизнь», «В здоровом теле – здоровый дух». К этим лозунгам автор статьи причисляет и лозунг «Физическая культура – залог социального здоровья общества».

Ключевые слова: социальное здоровье, физическое состояние, адаптация, физическая культура.

Библиографическая ссылка: Акоев А.Р. Формирование социального здоровья студентов средствами физической культуры // ЦИТИСЭ. 2022. № 4. С.163-170. DOI: <http://doi.org/10.15350/2409-7616.2022.4.15>

Research Full Article

UDC 378

FORMATION OF SOCIAL HEALTH OF STUDENTS BY MEANS OF PHYSICAL CULTURE

A.R. Akoev

Arsen R. Akoev,

Assistant of the Department of Physical Education,
North Ossetian State University named after
K.L. Khetagurova, Vladikavkaz, Russian Federation.
kesaevz@bk.ru

Abstract. *The article analyzes the conditions for improving physical culture and its influence on the formation of students' social health. Physical culture and sports at all times were considered as the most important means of improving the state of health, and as a result, the implementation of a successful life. For a long time at the university in physical culture and sports classes, students performed standard exercises, passed control standards, and this limited their physical activity. There were no social and health aspects in the classroom, students did not receive theoretical knowledge in physical education and sports either. It should also be added that the students did not have the ability to independently select effective means to increase the physical potential of working capacity, the skills of self-assessment of their individual capabilities in the field of physical culture and sports. In connection with the above, the priority task of the education system is to ensure the physical education of students with a health-improving orientation; the formation of their moral and value attitude to a healthy lifestyle; being mainly a social sphere, to contribute to the formation and strengthening of the social health of students. Particular attention is paid to the leading factors in the formation of social health, the need to use the potential of physical culture as one of the effective means of forming and maintaining a person's social health, positive characteristics of the physical state and potential of the individual is proved. The role of the social and psychological aspects of health in improving the processes of harmonious development of the internal motivational sphere of the personality is great; education of social-perceptual interpersonal relationships; flexible adaptation in a rapidly changing society. In the modern world, one often hears the slogans: "Physical culture is our health", "Movement is life", "A healthy mind in a healthy body". The author of the article also includes the slogan "Physical culture is a guarantee of the social health of society" among these slogans.*

Keywords: *social health, physical condition, adaptation, physical culture.*

For citation: *Akoev A.R. Formation of social health of students by means of physical culture. CITISE, 2022, no. 4, pp.163-170. DOI: <http://doi.org/10.15350/2409-7616.2022.4.15>*

Проблема формирования социального здоровья современных студентов, значимость роста физического потенциала населения, развитие ценностного отношения к здоровью, здоровому образу жизни и т.д., актуализированы тенденциями современного общества, направленного на долгосрочную социальную стабильность в стране. Перечисленные проблемы особенно важны в условиях недостаточно сформированной государственной социальной политики в сфере охраны здоровья студенческой молодежи, особенно ее социального здоровья.

Говоря о социальной политике государства в сфере охраны здоровья студентов, как важнейшего направления устранения недостатков физического развития обучающихся, необходимо рассмотреть такой важный ее компонент, как физическая культура и ее роль в формировании социального здоровья. В условиях перехода на Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования (ФГОС ВО) дисциплина «Физическая культура и спорт» входит в базовую часть учебных планов всех направлений и профилей подготовки бакалавров и подразделяется на «физическую культуру и спорт» и «элективные курсы по физической культуре». Проблема формирования социального здоровья обучающихся, наряду с укреплением соматического состояния, стала особенно злободневной в связи с преобладанием малоподвижного образа жизни, несоблюдением режима питания, сна, отдыха и т.д.

Социальное здоровье в статье представлено как комплекс социальных ценностей и приоритетов, основанных на социальной мобильности личности (Л.М. Волкова, В.В. Евсеев) [3]; ее физкультурно-оздоровительной деятельности (Н.К. Тер-Геворкова, Я.Г. Зинченко) [14]; способности к гибкой социальной адаптации (Н.Г.К. Ахмедова) [1]; двигательной активности и осознанности регулярных физических занятий. «Ориентация на существующие положения теории физического воспитания (Н.Х. Гжемская), раскрывающие только предметную область воспитания физических качеств и обучения физическим упражнениям, не является достаточной ни для развития самого феномена физической культуры, ни для формирования физической культуры личности и ее одного из важнейших компонентов – социального здоровья» [5, с. 7-10].

Оздоровительный компонент социального здоровья студентов, как показал педагогический анализ научных источников по данной проблеме (Д.В. Бондаренко, В.А. Брыкина, Я.М. Герчак, Р.М. Калимулин, В.Ю. Колесников, Е.Г. Ткачева), наиболее успешно будет формироваться благодаря высокому уровню их физической культуры; активизации опорно-двигательной системы; выработыванию у обучающихся устойчивого ценностно-мотивационного отношения к здоровому стилю жизни [2; 4]. Исходя из этого, следует отметить, что в процессе формирования социального здоровья основной акцент делается на физкультурно-оздоровительной деятельности.

Социальная направленность и ценность физической культуры заключается не только в овладении навыками выполнения сложных гимнастических и акробатических упражнений, но и в том, чтобы усвоить способы саморазвития, саморегуляции, самосовершенствования, овладеть творческими подходами к формированию и укреплению социального здоровья. Социальный характер физкультурно-оздоровительной деятельности проявляется в успешной совместной деятельности всех участников образовательного процесса, включая представителей внешних организаций (работодателей, баз практик, образовательных

ассоциаций, учреждения дополнительного образования и т.д.). Заметим, что функциональная область физкультурно-оздоровительной деятельности состоит не из произвольного перечня функций, а образует конструктивную систему связей и отношений между вышеперечисленными ее компонентами.

В специально разработанной функциональной системе большинство ученых (В.И. Гулухиди, V.A. Kashuba, В.А. Кашуба, С.М. Футорный) основным компонентом считают блок внутренних функций по отношению к личности: функции адаптивной социализации, функции социальной интеграции и личностно-творческой функции [6; 15]. Перечисленные функции представляют ряд исключительно социально-направленных функций, так как характерны только социальным системам и направлены на формирование социально-значимых свойств личности; овладение нормами и правилами общественного поведения.

«Понятие «здоровье» является комплексным феноменом. Его изучение проходит на трех уровнях: физическом, психологическом и социальном. Наиболее изученным считается уровень физического здоровья, которое основывается на свойствах человеческого организма как сложной биологической системы. Психическое здоровье также изучается достаточно давно, однако, до сих пор невозможно говорить о его однозначных критериях оценки. Что же касается социального здоровья, то многие ученые сходятся во мнении (Д.В. Бондаренко, Е.Г. Ткачева, В.А. Брыкина), что вопросы, которые связаны с проблемами, критериями оценки и методами изучения этого уровня здоровья, представляются наименее изученными» [2, с. 47-51].

Каждый стремится развивать свои физические умения и навыки. От состояния физической развитости человека будет зависеть состояние его социального здоровья. В данной статье так же важно отметить, что не стоит путать оздоровительную физическую культуру с лечебной физкультурой. Многие специалисты считают, что эти понятия идентичны, но на самом деле это не так. Сравним эти два понятия. Заглянув в научную и методическую литературу, мы узнаем, что лечебная физкультура – это метод лечения, состоящий в применении физических упражнений (Е.Т. Кузнецова), то есть лечебная физическая культура применяется уже к больному человеку и способствует его выздоровлению [9]. А как говорилось выше, оздоровительная физическая культура – это ряд спортивных мероприятий, направленных на общее укрепление организма, повышение сопротивляемости многим инфекциям и вирусам. Разница между этими двумя понятиями очевидна, и путать их не стоит [12].

Подводя итог вышесказанному можно сказать, что для функционирования человеческого организма и для крепкого здоровья необходима двигательная активность в повседневной жизни, в свободное от служебных обязанностей время. Занятия спортом не стоит откладывать на задний план. Во многом от состояния здоровья зависит успешность деятельности в любой сфере. Развиваться физически качества необходимо на протяжении всей жизни, чтобы это вошло в привычку. Ведь как говорится: «В здоровом теле – здоровый дух».

Основными задачами учебно-воспитательной деятельности по физкультурно-оздоровительной работе выступают также:

- выработка у обучающихся потребности и интереса к занятиям по физической культуре;
- формирование у них устойчивой мотивации к здоровому стилю жизни; повышение двигательной активности;
- формирование социального здоровья; приобщение к массовой физической культуре и спорту;

- развитие уверенности в своих потенциальных способностях и возможностях для преодоления значительных физических нагрузок.

Осознанное отношение к здоровому образу жизни, к своему социальному здоровью во многом определяется жизненными ценностями и приоритетами обучающихся, их мировоззрение, социальным и нравственным опытом. «Научное представление о социальном здоровье начинало формироваться на стыке медицины и социологии, в результате поиска социальных причин медицинских заболеваний. Во многом, поэтому термин «социальное здоровье» ассоциируется, в первую очередь, с категориями демографической и медицинской науки (Л.Ф. Кожина, И.В. Косырева, О.В. Ларионова), как один из элементов структуры здоровья общественного» [8].

С целью определения роли занятий по физической культуре и спорту в вузе для формирования социального здоровья, сохранения и укрепления общего физического, психологического и соматического здоровья студентов, был осуществлен широкий научно-педагогический анализ исследований многих авторов (А.Е. Никифоров) [11]. В качестве главной цели исследования было определение технологии успешного разрешения проблемы формирования и укрепления социального здоровья студентов на основе активной физкультурно-оздоровительной деятельности. Важным компонентом проблемы формирования социального здоровья обучающихся, а также механизмов ее распространения среди современной студенческой молодежи, является целенаправленная деятельность государства, направленная на решение данной образовательно-воспитательной задачи.

«По результатам исследований, проведенными различными учеными (М.В. Морев, О. Рагимова), студенческая молодежь выделяет среди факторов риска здоровью, прежде всего, злоупотребление алкоголем – 75,6 %, курение – 73,5 %, что отражает один из стереотипов пропаганды здорового образа жизни. Недостаток двигательной активности отмечен у 39,9% человек; загрязнение окружающей среды осознается 29,3 % респондентов; на конфликты с окружающими указали 29,1 %; на перегруженность учебно-профессиональными и домашними обязанностями 7,9 %. У девушек это проявляется в поддержании «внешних» форм состояния (пропорции телосложения – 27 %, соотношение роста и массы тела – 54%, особенности фигуры). У юношей отмечена забота о развитии мускулатуры – 61,2 %, пропорций телосложения – 50 %, физических качеств – 32-47%» [10; 13]. Представленные результаты четко говорят о том, что необходимо подходить дифференцированно к методике и методологии физкультурно-оздоровительной деятельности с целью успешного формирования у обучающихся социального здоровья как важного компонента общей профессиональной компетентности специалиста любого профиля.

Таким образом, социальное здоровье выступает сложной и многогранной дефиницией, что определяет наличие разных подходов к его исследованию и функционирование многочисленных определений данного феномена. Как категория, отражающая уровень социальной мобильности, социальное здоровье обуславливает состояние личности, являющейся субъектом социальных отношений, состояние гармонии между личностными смыслами и деятельностью человека.

Список источников:

1. Ахмедова Н.Г.К. Социальное здоровье студенческой молодежи в условиях мирового кризиса // Социология в современном мире: наука, образование, творчество. 2012. № 4. С. 236-237. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=20136080>
2. Бондаренко Д.В., Ткачева Е.Г., Брыкина В.А. Социальное здоровье студенческой молодежи // Наука-2020. 2021. № 1 (46). С. 47-51. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44821439>

3. Волкова Л.М., Евсеев В.В. Формирование социального здоровья студентов через потенциал физической культуры // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2019. № 10 (176). С. 65-69. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=41318644>
4. Герчак Я.М., Калимулин Р.М., Колесников В.Ю. Особенности модернизации высшего профессионального образования в области физической культуры и спорта // ЦИТИСЭ. 2020. № 3 (25). С. 53-62. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44064960>
5. Гжемская Н.Х. Формирование социального здоровья студентов средствами физической культуры // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2008. Т. 3, № 3. С. 7-10. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=12798013>
6. Гулухиди В.И. Информационные технологии как средства повышения эффективности занятий по физической культуре и спорту в вузе // ЦИТИСЭ. 2022. № 2 (32). С. 475-482. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=49134238>
7. Гучетль И.Н., Иващенко Т.А., Манченко Т.В. Формирование ценностного отношения студентов к здоровому образу жизни на основе концепции педагогического стимулирования: социокультурный анализ // Вестник Майкопского государственного технологического университета. 2021. № 1 (13). С. 102-110. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=45777973>
8. Кожина Л.Ф., Косырева И.В., Ларионова О.В. Сохранение здоровья студентов одна из задач процесса обучения // Теория и практика современной науки. 2017. № 5 (23). С. 377-382. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=29770763>
9. Кузнецова Е.Т. Система физического воспитания студентов в образовательном пространстве университета // Здоровье для всех. 2021. № 1. С. 33-36. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46397858>
10. Морев М.В. Социальное здоровье как категория социологии // Siberian Socium. 2022. Т. 6, № 2 (20). С. 65-80. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=49161687>
11. Никифоров А.Е. Проблема формирования социального здоровья студентов педагогических специальностей в процессе физической культуры в вузе // Проблемы современного педагогического образования. 2014. № 44-1. С. 167-172. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=22413605>
12. Пилюшенко А.В. Социальное здоровье личности, социальная нагрузка и проблема социального иммунитета // Вестник Кемеровского государственного университета. Серия: Гуманитарные и общественные науки. 2021. Т. 5, № 2 (18). С. 141-147. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46292376>
13. Рагимова О. Социальное здоровье учащейся молодежи // Высшее образование в России. 2005. № 2. С. 146-147. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=9571450>
14. Тер-Геворкова Н.К., Зинченко Я.Г. Социальное здоровье современной молодежи российского общества // Научные труды Кубанского государственного технологического университета. 2019. № 54. С. 419-427. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=39152584>
15. Футорный С.М., Kashuba V.A., Кашуба В.А. Роль физического воспитания и спорта в ориентации студентов на здоровый образ жизни // Физическое воспитание студентов. 2011. № 3. С. 94-98. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=16396759>
16. Худышева М.К. Организация учебной деятельности в условиях здоровьесберегающей среды // Живая психология. 2016. Т. 3, № 4 (12). С. 289-293. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=28905328>

References:

1. Akhmedova N.G.K. Social health of student youth in the conditions of the global crisis. *Sociology in the modern world: science, education, creativity*, 2012, no. 4, pp. 236-237. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=20136080>
2. Bondarenko D.V., Tkacheva E.G., Brykina V.A. Social health of student youth. *Science-2020*, 2021, no. 1 (46), pp. 47-51. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44821439>
3. Volkova L.M., Evseev V.V. Formation of social health of students through the potential of physical culture. *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, 2019, no. 10 (176), pp. 65-69. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=41318644>
4. Gerchak Ya.M., Kalimulin R.M., Kolesnikov V.Yu. Features of modernization of higher professional education in the field of physical culture and sports. *CITISE*, 2020, no. 3 (25), pp. 53-62. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44064960>
5. Gzhemskaya N.Kh. Formation of social health of students by means of physical culture. *Russian Journal of Physical Education and Sport*, 2008, vol. 3, no. 3, pp. 7-10. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=12798013>
6. Gulukhidi V.I. Information technologies as a means of increasing the effectiveness of physical culture and sports classes at the university. *CITISE*, 2022, no. 2 (32), pp. 475-482. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=49134238>
7. Guchetl I.N., Ivashchenko T.A., Manchenko T.V. Formation of students' value attitude to a healthy lifestyle based on the concept of pedagogical stimulation: sociocultural analysis. *Bulletin of the Maikop State Technological University*, 2021, no. 1 (13), pp. 102-110. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=45777973>
8. Kozhina L.F., Kosyreva I.V., Larionova O.V. Preservation of students' health is one of the tasks of the learning process. *Theory and practice of modern science*, 2017, no. 5 (23), pp. 377-382. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=29770763>
9. Kuznetsova E.T. The system of physical education of students in the educational space of the university. *Health for everyone*, 2021, no. 1, pp. 33-36. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46397858>
10. Morev M.V. Social health as a category of sociology. *Siberian Socium*, 2022, vol. 6, no. 2 (20), pp. 65-80. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=49161687>
11. Nikiforov A.E. The problem of formation of social health of students of pedagogical specialties in the process of physical culture at the university. *Problems of modern pedagogical education*, 2014, no. 44-1, pp. 167-172. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=22413605>
12. Pilyushenko A.V. Social health of the individual, social burden and the problem of social immunity. *Bulletin of the Kemerovo State University. Series: Humanities and social sciences*, 2021, vol. 5, no. 2 (18), pp. 141-147. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46292376>
13. Ragimova O. Social health of student youth. *Higher education in Russia*, 2005, no. 2, pp. 146-147. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=9571450>
14. Ter-Gevorkova N.K., Zinchenko Ya.G. Social health of modern youth of the Russian society. *Scientific Works of the Kuban State Technological University*, 2019, no. S4, pp. 419-427. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=39152584>
15. Futorny S.M., Kashuba V.A., Kashuba V.A. The role of physical education and sports in the orientation of students towards a healthy lifestyle. *Physical education of students*, 2011, no. 3, pp. 94-98. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=16396759>

16. Khudysheva M.K. Organization of educational activities in a health-saving environment. *Living psychology*, 2016. vol. 3, no. 4 (12), pp. 289-293. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=28905328>

Submitted: 08 October 2022

Accepted: 08 November 2022

Published: 09 November 2022

